



**Universidad
Israel**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA ISRAEL
ESCUELA DE POSGRADOS “ESPOG”**

MAESTRÍA EN SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL

Resolución: RPC-SO-22-No.477-2020

PROYECTO DE TITULACIÓN EN OPCIÓN AL GRADO DE MAGISTER

Título del proyecto:
Diseño de un programa de prevención de riesgo psicosocial para el personal de enfermería del servicio de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos febrero- agosto del 2023.
Línea de Investigación:
Gestión integrada de organizaciones y competitividad sostenible.
Campo amplio de conocimiento:
Servicios
Autor/a:
YUGSI VELA MIRYAN ABIGAIL
Tutor/a:
M.Sc. Fausto Pazmiño Muñoz

Quito – Ecuador

2023

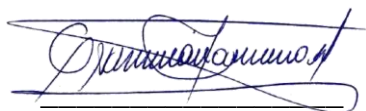
APROBACIÓN DEL TUTOR



Yo, **Fausto German Pazmiño Muñoz** con C.I: **1710051978** en mi calidad de Tutor del proyecto de investigación titulado: **Diseño de un programa de prevención de riesgo psicosocial para el personal de enfermería del servicio de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos febrero -agosto del 2023.**

Elaborado por: **MIRYAN ABIGAIL YUGSI VELA** con C.C: **0503435638**, estudiante de la Maestría: **Seguridad y Salud Ocupacional**, de la **UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA ISRAEL (UISRAEL)**, como parte de los requisitos sustanciales con fines de obtener el Título de Magister, me permito declarar que luego de haber orientado, analizado y revisado el trabajo de titulación, lo apruebo en todas sus partes.

Quito D.M., 05 septiembre del 2023



Firma

DECLARACIÓN DE AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL ESTUDIANTE



Yo, **Miryan Abigail Yugsi Vela** con C.I: **050343563-8**, autor/a del proyecto de titulación denominado: **Diseño de un programa de prevención de riesgo psicosocial en el personal de enfermería del servicio de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos febrero - agosto de 2023.**

Previo a la obtención del título de Magister en Seguridad y Salud Ocupacional.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar el respectivo trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor".
2. Manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Tecnológica Israel los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor del trabajo de titulación, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital como parte del acervo bibliográfico de la Universidad Tecnológica Israel.
3. Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de prosperidad intelectual vigentes.

Quito D.M., 05 septiembre del 2023

Firma

Tabla de contenidos

APROBACION DEL TUTOR	2
DECLARACION DE AUTORIZACION POR PARTE DEL ESTUDIANTE	3
Índice General	4
Índice de Tablas	6
Índice de Figura	7
INFORMACIÓN GENERAL	8
Contextualización del tema	8
Problema de investigación	9
Objetivo general	10
Objetivos específicos	10
Vinculación con la sociedad y beneficiarios directos:	11
CAPÍTULO I: DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO	12
1.1.Contextualización general del estado del arte	12
1.1.1. Factores de Riesgo	13
1.1.2. Factores de Riesgo y sus componentes	14
1.1.3. Principales Riesgos Psicosociales	16
1.2. Proceso investigativo metodológico	17
1.3. Análisis de Resultados	18
1.3.1. Investigación con enfoque demográfico	18
1.3.2. Investigación Descriptiva	19
1.3.3. Investigación documental	20
1.3.4. Investigación de Campo	20
Instrumento	21
CAPÍTULO II: PROPUESTA	28
2.1. Fundamentos teóricos aplicados	28

2.1. Descripción de la propuesta	30
2.2. Desarrollo y Ejecución de la propuesta	32
2.3. Validación de la propuesta	39
2.4. Matriz de articulación de la propuesta	40
CONCLUSIONES	42
RECOMENDACIONES	43
BIBLIOGRAFÍA	44
ANEXOS	46

Índice de Tablas

Tabla 1. Factores Psicosociales y sus componentes	15
Tabla 2. Género del personal de enfermería del área de Emergencia	19
Tabla 3. Rango de Edades del personal de enfermería del área de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos.	20
Tabla 4. Resultado por dimensión de la evaluación de riesgo psicosocial.	22
Tabla 5. Carga y ritmo de trabajo.	23
Tabla 6. Desarrollo de Competencias.	24
Tabla 7. Recuperación.	25
Tabla 8. Acoso Laboral.	25
Tabla 9. Condiciones del Trabajo.	25
Tabla 10. Doble Presencia. (Laboral – Familiar.)	25
Tabla 11. Salud Auto Percibida.	26
Tabla 12. Resultados Global del riesgo psicosocial.	27
Tabla 13. Opciones de respuesta del cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial.	28
Tabla 14. Nivel de riesgo por cada dimensión y promedio global.	29
Tabla 15. Programa de prevención de riesgos psicosociales.	34

Índice de Figuras

Figura 1. Factor de Riesgos psicosociales	16
Figura 2. Para la vigilancia de los riesgos psicosociales.	17
Figura 3. Los Principales riesgos psicosociales.	18
Figura 4. Genero de Enfermería del Hospital Básico Sigchos.	19
Figura 5. Rango de Edades del Personal de Enfermería en el Hospital Básico de Sigchos	20

INFORMACIÓN GENERAL

Contextualización del problema.

El siguiente Estudio se centra en el Diseño de un Programa de prevención de Riesgo Psicosocial en el personal de Enfermería del Hospital Básico de Sigchos periodos Febrero- Julio 2023.

La OMS realizó un estudio llevado a cabo entre junio y agosto del 2020 en 130 países, con el objetivo de evaluar las alteraciones de los servicios de salud mental, neurológico y tratamientos de toxicomanías como consecuencia de la pandemia. (Aragón & Zapata, 2020).

"El estudio refleja que más del 60% de los países señalo perturbaciones de los servicios de salud mental destinados a las personas vulnerables, el 67% observaba perturbaciones en los servicios de orientación psicológica y de psicoterapia, un 30% señalo perturbaciones en el acceso de medicamentos destinados a tratar trastornos mentales, neurológicos y derivado del consumo de OMS. (Aragón & Zapata, 2020)

Los riesgos laborales que hacen que el trabajador sea propenso a sufrir accidentes y/o ser susceptible a enfermedades profesionales ya sean mentales o físicas. Estos riesgos laborales se caracterizan por su naturaleza biológica, química, ergonómica, física, mecánica (accidental) y hasta psicosocial.

El riesgo psicosocial hoy por hoy (periodo de pandemia) tiene una fuerte incidencia debido al miedo y las incertidumbres sobre la patología y la contaminación que pueden hacer al trabajador de la salud susceptible a enfermedades mentales. ((Silva, 2020).

La depresión fue catalogada por la Organización Mundial de la Salud como el principal trastorno mental incapacitante a nivel mundial. Siendo la principal causa del suicidio. Según Juan Sánchez, gerente del proyecto de salud mental del Ministerio de Salud, en Ecuador el 30% de las personas que se han suicidado tenían un antecedente relacionado a la depresión, la PAHO y la OMS establece que en el Ecuador treinta de cada cien personas sufren algún problema de salud mental (Loaiza, 2021).

A pesar del fortalecimiento del primer nivel de atención, implementación de MAIS y, la constitución de los equipos de salud pública se evidencia que la depresión y

ansiedad continúan afectando con mayor frecuencia a las mujeres, presentándose tres veces más que en los hombres.

"En el ambiente hospitalario, la salud mental requiere una especial atención, debido principalmente a que existen diferentes factores que limitan el desarrollo personal y del trabajo de los empleados, entre ellos: horarios de trabajo, atención a individuos enfermos que en ocasiones enfrentan crisis, el sentimiento provocado por la muerte, las crecientes demandas de las personas que no quedan satisfechas con los servicios recibidos".

La constitución de la Organización Internacional del Trabajo establece un principio en el que los trabajadores deben estar protegidos contra las enfermedades en general o las enfermedades profesionales y los accidentes resultantes de su trabajo. (OIT, s.f.). Según la Organización Mundial de la Salud, la salud ocupacional es una ciencia multidisciplinaria dirigida a promover y proteger la salud de las personas trabajadoras mediante la prevención de enfermedades y accidentes de trabajo, así como la eliminación de factores que ponen en peligro su salud y bienestar. (OIT, s.f.). Bajo este concepto, una de las ramas que ha tomado mayor relevancia en el bienestar de los trabajadores, es la protección fisiológica (enfermedades cardiovasculares, alteraciones del sueño, etc.), la protección psicológica (alteración de la conducta, depresión, ansiedad, a través de una evaluación de factores de riesgo psicosocial en las empresas. (Equipo Técnico de Trabajo Decente de la OIT para América Central, 2015)

"Factores externos como su entorno laboral bajo presión, incluso el uso de prendas de protección que causaban sofocamiento, sudoración, falta de visibilidad y de contacto con sus pacientes muchas veces moribundos aumentaron los riesgos de agotamiento y depresión, generando no solo un estado de cansancio físico extenuante sino también mental, permitiendo que la calidad de atención no sea oportuna y eficiente para los demás pacientes en espera de atención".

Esto generó en el personal sanitario, miedo a contagiarse y morir, angustia por el aislamiento de su propia familia junto con sentimientos de culpa y frustración de no poder salvar la vida de muchas personas e incluso de sus propios compañeros. Añadido a esto, las extensas jornadas laborales, los turnos rotativos más continuos que en otros tiempos, la carga laboral que se les imponía por la emergencia, sin contar

con las emociones negativas que tenían que escuchar de sus pacientes, provocó un riesgo en la salud mental de cada uno. (Equipo Técnico de Trabajo Decente de la OIT para América Central, 2015)

1. Problema objeto de investigación

¿En qué dimensión elaborar un programa de prevención de riesgos psicosociales en el ámbito laboral para garantizar un bienestar físico, psicológico y social en las enfermeras del Hospital Básico de Sigchos?

Se beneficiará también la institución como el inicio de una investigación el cual permite identificar culturas en seguridad y Salud en el Trabajo y los factores de riesgos psicosociales que pone peligro a todo los profesionales de enfermería y a su vez conocer la realidad sobre la prevención de riesgos, ya que son las principales premisas para optimizar la salud y seguridad laboral son : planificación, implementación, Capacitación, Evaluación sobre prevención y minimizar los accidentes laborales.

3. Objetivos general y específicos

3.1 Objetivo general

Diseñar un programa de prevención de riesgo psicosocial, mediante el diagnóstico de factores de riesgos con la aplicación de instrumentos de evaluación psicosocial que influyan en la calidad de vida del personal de enfermería del área de emergencia del Hospital Básico de Sigchos.

4. Objetivos específicos

- Contextualizar los fundamentos teóricos sobre los factores de riesgos psicosocial que afecten la integridad física y emocional del personal de Enfermería en el área de Emergencia del Hospital de Sigchos.
- Determinar el impacto psicosocial intralaboral y extralaboral en el personal de enfermería en el área de emergencias del Hospital Básico de Sigchos.
- Elaborar un programa de prevención de Riesgos psicosocial para el personal de Enfermería del área de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos.
- Validar por expertos el diagnóstico realizado y realizar el programa de prevención que permita subsanar los posibles hallazgos encontrados al momento de la elaboración de diagnóstico.

Vinculación con la sociedad y beneficios directos

La vinculación con la sociedad será la transmisión de conocimientos impartidos sobre la materia de seguridad y salud ocupacional a las 10 enfermeras del Hospital Básico Sigchos a través de medidas preventivas y una adecuada gestión de factores psicosociales, que produzcan un gran impacto de manera positiva y negativa dentro del ámbito laboral, que con los resultados obtenidos en la evaluación de factores de riesgo, con la aplicación de instrumentos identificando las dimensiones que afecten en la salud, el rendimiento y satisfacción del trabajo.

"Los factores psicosociales tienen, alteraciones psicológicas tales como problemas emocionales, ansiedad, estrés y responsabilidades en su rol, todos relacionados con su entorno laboral; teniendo como posibles consecuencias los accidentes laborales (pinchazos), alteraciones en la salud (física y mental), afectación en la relación personal-paciente, y/o violencia verbal o psicológica dirigida a los cuidadores directos por parte de los usuarios".

En la actualidad las organizaciones deben determinar, proporcionar y mantener el ambiente necesario para la operación de sus procesos y lograr la conformidad de los productos y servicios, entre ellos la parte psicosocial, como la disminución del estrés, prevención del síndrome de agotamiento y el cuidado de las emociones, que puedan ocasionar daño a la salud o enfermedades siendo la depresión, ansiedad, trastornos bipolares y trastorno obsesivo compulsivo.

Cabe mencionar que la gestión de riesgos psicosociales es de vital importancia para establecer un ambiente de trabajo sano, de un ambiente laboral de bienestar general tanto físico como psicológico, generando la libertad de expresión, opiniones y preocupaciones libre de represalias, la comunicación efectiva en todos los niveles de la organización laboral.

CAPITULO 1: DESCRIPCION DEL PROYECTO

1.1. Contextualización General del estado del arte.

El Hospital Básico de Sigchos, cuya construcción corresponde a un compromiso presidencial asumido en 2012 se encuentra ubicado en la provincia de Cotopaxi, Cantón Sigchos al Noroeste de Latacunga y se levanta en medio de un relieve quebradizo y montañoso de la cordillera Occidental de los Andes.

El Hospital Básico de Sigchos, cuenta con Personal Médico Profesional capacitado, Lcda. Obstetras, Lcda. en Enfermería, Auxiliares de Enfermería, Personal de limpieza, guardias de seguridad.

Su Infraestructura está compuesta de 33 camas en las diferentes áreas como: consulta externa, emergencias 24 horas, cirugía, atención obstétrica, rehabilitación, laboratorio, imagenología (rayos X, ecografía), entre otros servicios.

El personal de Enfermería debe considerar la búsqueda de actividades que le proporcionen vigor físico y mental que le permita trabajar con la máxima efectividad y alcanzar su nivel potencial más alto de satisfacción en la vida tanto en el aspecto personal como profesional.

Para analizar esta problemática es necesario, entender la exposición a los factores de riesgo psicosocial en enfermería que se incrementa por las características propias de su trabajo y las condiciones del mismo, ya que el objeto del cuidado al ser humano lo realiza en ambientes hospitalarios y extrahospitalarios, desarrollando un gran número de funciones y responsabilidades en escenarios que exigen la convivencia con el sufrimiento, el dolor y la confrontación en la toma de decisiones difíciles, de las que se derivan frecuentemente implicaciones éticas y morales

La Carga de trabajo" (48%), Demanda Psicológica (43%) y Participación/Supervisión (51%) presentan un nivel de riesgo más elevado entre la muestra investigada".

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera que la promoción de la salud mental se está convirtiendo en una parte importante de los programas e iniciativas técnicas, para el desarrollo sostenible; el concepto de ambiente saludable incluye la dimensión intersectorial de la salud y coordina acciones relacionadas con la pobreza, el comercio y los derechos humanos, todos los cuales afectan los determinantes de la salud (Salud, 2010).

"Según el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) de España varios estudios realizados en países europeos, Estados Unidos, Australia y Canadá han demostrado que los programas de promoción de la salud en el trabajo pueden reducir los costes laborales directos como son: el cuidado de la salud, reducción de ausentismo por enfermedad, rotación de empleados y accidentes de trabajo. Esta evidencia, cada vez más sólida, no debería ser pasada por alto en el centro de trabajo sobre todo si apuntan a la competitividad y sostenibilidad".

Según la OIT, la salud ocupacional como todas las acciones aplicadas en los centros de trabajo para la atención, evaluación y control de los riesgos generados por factores físicos ejemplo ruidos, vibraciones, radiaciones entre otros. Organización Internacional del Trabajo (OIT.(1985), 2019).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la Salud Ocupacional es una actividad multidisciplinaria dirigida a promover y proteger la salud de los/as trabajadores/as mediante la prevención y el control de enfermedades y accidentes y la eliminación de los factores y condiciones que ponen en peligro la salud y la seguridad en el trabajo. (Castiblanque, R. P., & Palomares, R. C. (2020).
enriquecimiento humano y profesional en el trabajo (Ministerio de Salud Argentina).

Factores Psicosociales

La Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere algunas intervenciones en el entorno psicosocial del trabajo, la organización del trabajo y cultura organizacional con clara evidencia de efectividad, los factores psicosociales se constituyen por la interacción de percepciones y experiencias, aspectos personales individuales y condiciones de trabajo, influidos además por situaciones económicas, políticas, sociales (epidemiología social), culturales, la interacción de las condiciones laborales

(ambiente de trabajo, satisfacción y organización), las características personales (capacidades, necesidades, expectativas, costumbres y cultura y condiciones personales no relacionadas con el trabajo) y su influencia en el rendimiento laboral o productividad, la salud o enfermedad y la satisfacción laboral y pertenencia. (Sauter & Bestratén & Romero, 2017)

Tabla 1

Factores Psicosociales y sus componentes.

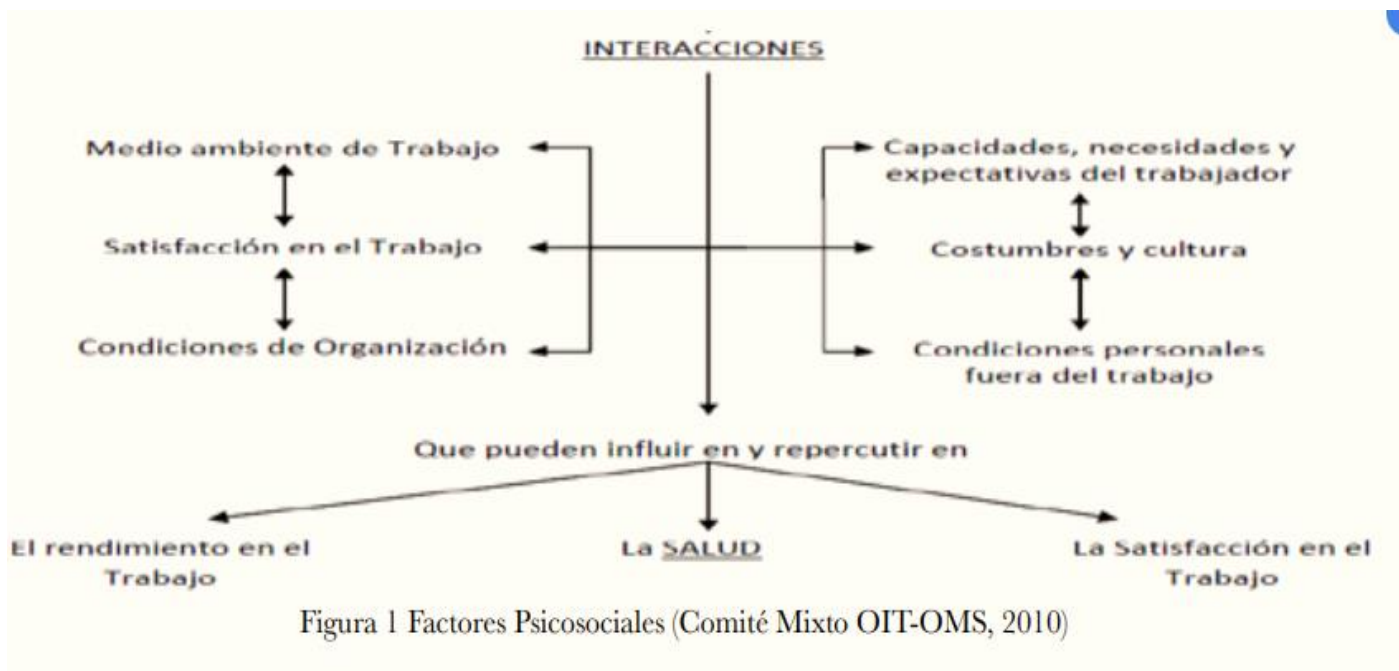
Factor Psicosocial	Análisis
Contenido de trabajo	Lapsos muy cortos, excesiva dificultad, trabajo inútil, duración excesiva o muy corta, repetitividad, baja multiplicidad, bajo coste de las tareas, desajuste entre capacidad y demanda, demandas de relevancia o emocionalidad constante, tareas que crean riesgo de abuso, etc.
Ritmo/ carga de trabajo	Saturación, ritmo elevado o insuficiente, plazos de tiempo cortos sin adaptabilidad, nivel de concentración/atención repetitiva, interrupciones, consecuencias de los errores, incertidumbre, tiempos insuficientes, directrices imprecisas y nada claras, muchas tareas, necesidad de persistencia en la actualización, etc.
Tiempo de trabajo	Trabajo nocturno, horas excesivas, horarios irregulares e impredecibles, descanso insuficiente, semana laboral por objetivos, disponibilidad constante, hiperconectividad, etc.
Participación/Control	Falta de autoridad temporal o de decisión, complejidad de lluvia de ideas y colaboración, impracticabilidad de propuestas, déficit de liderazgo, etc.

Desempeño de rol	Indefinición, problemas con los propios valores, roles y funciones conflictivas, ambigüedad, sobrecarga, responsabilidad con las personas, etc.
Desarrollo profesional	Desarrollo insuficiente, estancamiento de la carrera profesional, condiciones contractuales precarias, remuneración inadecuada, educación o formación inadecuada, déficit retributivo, reconocimiento o estatus, desigualdad, etc.
Relaciones interpersonales	Falta de apoyo dentro del círculo social, mala calidad de relaciones personales, situaciones conflictivas, desconfianza, aislamiento social, etc.

Fuente: (al., 2020).

"Los factores psicosociales en el trabajo consisten en interacciones entre el trabajo, su medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de organización, por una parte, y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, puede influir en la salud, en el rendimiento y en la satisfacción". (Salud., 2020)

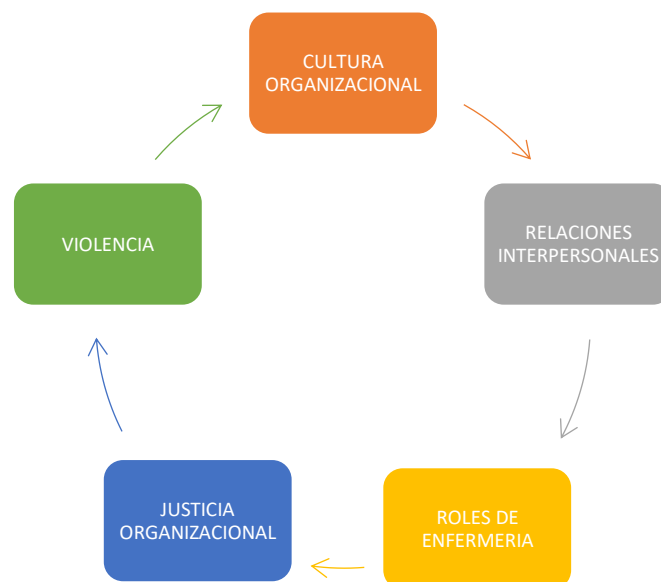
Figura 1. Riesgos psicosociales



Los factores psicosociales en el trabajo consisten en interacciones entre el trabajo, su ambiente, la satisfacción y las condiciones de la organización del trabajo, por una parte, y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, pueden influir en la salud y en el rendimiento y la satisfacción en el trabajo (García, 2017).

Figura 2.

Para la vigilancia de los riesgos psicosociales.



LOS PRINCIPALES RIESGOS PSICOSOCIALES

- ✚ El **estrés**, es el más global un estado que se caracteriza por altos niveles de excitación y de respuesta y la frecuente sensación de no poder afrontarlos». Cuando esta situación se cronifica, se produce el desgaste profesional
- ✚ La **violencia laboral**: se refiere a la violencia ejercida desde una posición de poder contra una persona o un grupo en un ámbito relacionado con el trabajo. En general existen dos tipos de violencia: la física y la psicológica.

- ✚ El **acoso laboral**: está estrechamente relacionado con un mal clima en la empresa y un comportamiento negativo entre compañeros de trabajo, incluidos los superiores o directivos.
- ✚ El **acoso sexual**: existen dos principales tipos: el quid pro quo o chantaje sexual y el producido por un ambiente hostil.
- ✚ La **inseguridad contractual**: se trata de una preocupación constante derivada de la inestabilidad del trabajo y de las condiciones cambiantes del mismo.
- ✚ El **conflicto familia-trabajo**: se manifiesta con dos vertientes: familia-trabajo y trabajo-familia. (OMS.(2019)., 2018)

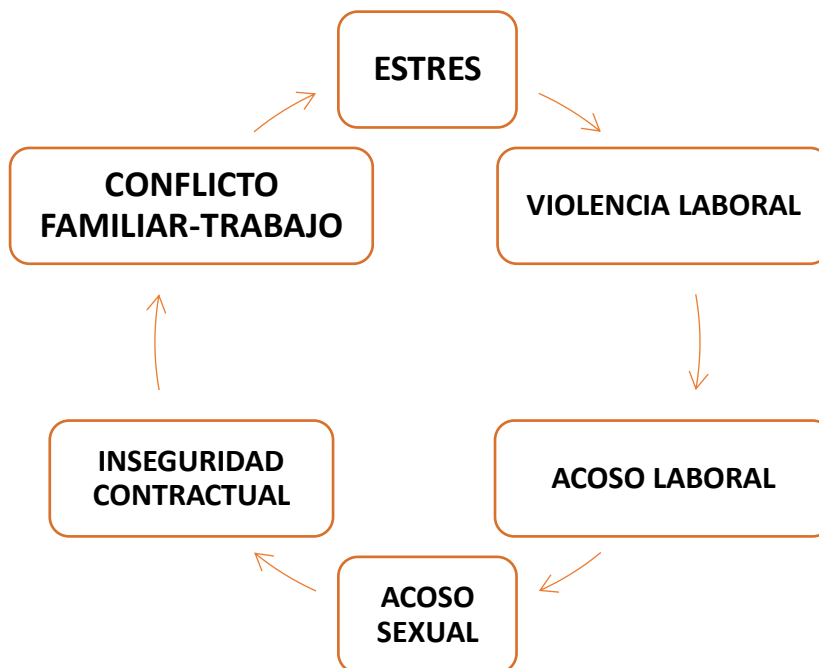


Figura 3

Los Principales riesgos psicosociales. (Organización Mundial de La Salud – OMS. (2019).)

1.3. Análisis de resultados

Tipo de investigación

1.3.1 Investigación con enfoque demográfico.

El estudio tiene un enfoque demográfico, se realiza un aporte descriptivo de la distribución del personal de Enfermería del área de emergencia del Hospital básico de Sigchos, se refleja la siguiente información estadística sociodemográfica relacionado al objeto de estudio.

Tabla 2

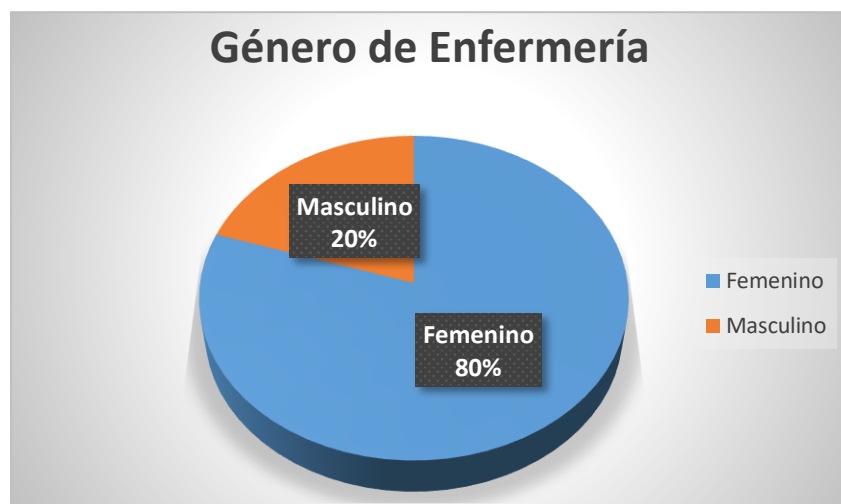
Género del personal de enfermería del área de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos.

Femenino	Masculino	Total
8	2	10
80%	20%	100%
Total		100%

Fuente: Creación propia.

Figura 4

Género de Enfermería.



Fuente: Creación propia.

1.3.2. Investigación Descriptiva.

Es de tipo descriptiva, actualmente en el Hospital Básico de Sigchos está constituido con 60 profesionales de la salud, el cual en el área de Emergencia laboran 11 Enfermeras que permitió analizar los indicadores de gestión en el personal, mediante el análisis del problema. Además, la descripción permitió observar la situación conflictiva del problema referido al riesgo psicosocial que soportan las enfermeras.

Tabla 3

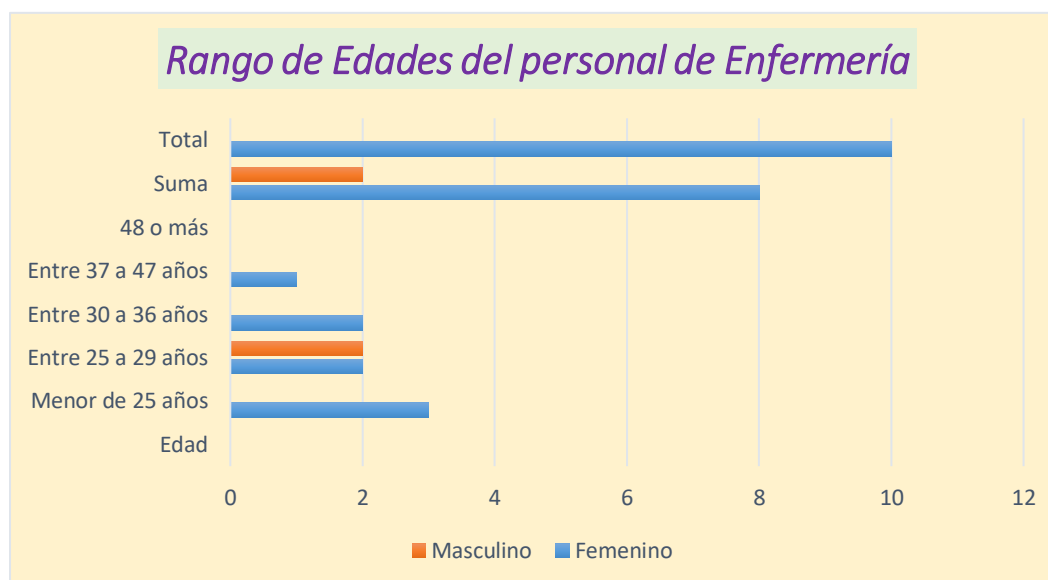
Rango de Edades del personal de enfermería.

Desglose	Femenino	Masculino
Edad		
Menor de 25 años	3	0
Entre 25 a 29 años	2	2
Entre 30 a 36 años	2	0
Entre 37 a 47 años	1	0
48 o más	0	0
Suma	8	2
Total	10	

Fuente: Creación propia.

Figura 5

Rango de Edades del personal de Enfermería en el Hospital Básico de Sigchos.



Fuente: Creación propia.

Análisis descriptivo: Dentro del personal de Enfermería, se encuentra que el 80% del personal es de sexo femenino representa al rango de edad de 25-47 años; mientras que el 20% del personal de sexo masculino representa el rango de edad de 25-29 años que se refleja en la tabla 3 y figura 2. Se concluye que el 80% del personal docente posee un promedio de rango de edad de 25 a 47 años.

1.3.3. Investigación documental.

La modalidad documental, permitió recopilar información derivada de textos de Factores de Riesgos de Seguridad Ocupacional, para conceptualizar las variables de la investigación.

1.3.4. Investigación de Campo.

Mediante la investigación de campo, se empleó la técnica de la encuesta aplicada a las Enfermeras del Hospital Básico de Sigchos, para conocer sus opiniones en lo concerniente a la satisfacción laboral y los riesgos psicosociales a los que se encontraban expuestos en su trabajo.

1.4. Análisis e interpretación de resultados

El análisis e interpretación de resultados está basado en el cuestionario de evaluación del riesgo psicosocial emitida por el Ministerio del Trabajo, el cual fue aplicado a (10) personas del personal Enfermeras en el Área de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos

INSTRUMENTO

En este contexto las preguntas del cuestionario se formularon en un vocabulario sencillo y conciso

Tabla 4

Resultado por dimensión de la evaluación de riesgo psicosocial.

RESULTADO POR DIMENSIÓN DE LA EVALUACIÓN DE RIESGO PSICOSOCIAL			
DIMENSIONES DEL CUESTIONARIO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
DIMENSIÓN 1. CARGA Y RITMO DE TRABAJO	80%	10%	10%
DIMENSIÓN 2. DESARROLLO DE COMPETENCIAS	60%	40%	0%
DIMENSIÓN 3. LIDERAZGO	80%	20%	0%
DIMENSIÓN 4. MARGEN DE ACCIÓN Y CONTROL	60%	40%	0%
DIMENSIÓN 5. ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO	90%	10%	0%
DIMENSIÓN 6. RECUPERACIÓN	70%	30%	0%
DIMENSIÓN 7. SOPORTE Y APOYO	80%	20%	0%
DIMENSIÓN 8. OTROS PUNTOS IMPORTANTES	90%	10%	0%
DIMENSIÓN 8.1. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: ACOSO DISCRIMINATORIO	80%	20%	0%
DIMENSIÓN 8.2. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: ACOSO LABORAL	70%	20%	10%
DIMENSIÓN 8.3. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: ACOSO SEXUAL	100%	0%	0%
DIMENSIÓN 8.4. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: ADICCIÓN AL TRABAJO	80%	20%	0%
DIMENSIÓN 8.5. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: CONDICIONES DEL TRABAJO	70%	30%	0%
DIMENSIÓN 8.6. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: DOBLE PRESENCIA (LABORAL – FAMILIAR)	60%	30%	10%
DIMENSIÓN 8.7. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: ESTABILIDAD LABORAL Y EMOCIONAL	90%	10%	0%
DIMENSIÓN 8.8. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: SALUD AUTO PERCIBIDA	70%	20%	10%

Nota. Fuente: Evaluación de riesgo psicosocial.

Análisis descriptivo: Con los resultados obtenidos, se explica cada nivel de riesgo.

El riesgo bajo: Significa que tiene un potencial mínimo dentro de lo que concierne a la seguridad y salud, por lo que no causa efectos negativos a corto plazo. Estos efectos pueden evitarse mediante el seguimiento periódico de la frecuencia y posibilidad de ocurrencia, las actividades están enfocadas a garantizar que el nivel de riesgo se mantenga.

El riesgo medio: Es un efecto potencial moderado causando a mediano plazo efectos nocivos y afectaciones a la integridad física y enfermedades ocupacionales. Si las medidas de seguridad y prevención no se utilizan de manera continua y de acuerdo con las necesidades específicas identificadas, es probable que los impactos sean mayores y más frecuentes.

El riesgo alto: Es efecto potencial alto sobre la seguridad y salud, los niveles de riesgo son inaceptables y tienen el potencial de provocar rápidamente efectos nocivos sobre la salud y el estado físico de los docentes. Las medidas de seguridad y prevención tienen que usarse de manera adecuada y precisa, de acuerdo con las necesidades específicas identificadas para evitar la aparición de enfermedades.

A continuación, se toma en cuenta las dimensiones de riesgo medio y riesgo alto donde predominan un mayor riesgo psicosocial.

Tabla 5

Carga y ritmo de trabajo.

DIMENSIONES DEL CUESTIONARIO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
DIMENSIÓN 1. CARGA Y RITMO DE TRABAJO	80%	10%	10%

Nota Fuente: Resultados del riesgo psicosocial.

Análisis descriptivo: La dimensión carga y ritmo de trabajo presenta un riesgo alto del 10% que representa el trabajo mentales y físicos a los cuales se ve sometida una persona en su trabajo, el exceso de trabajo o insuficiente, tiempo para realizar una determinada tarea, causando problemas de estrés y tensión.

Tabla 6*Desarrollo de Competencias.*

DIMENSIONES DEL CUESTIONARIO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
DIMENSIÓN 2. DESARROLLO DE COMPETENCIAS	60%	40%	0%

Nota Fuente: Resultados del riesgo psicosocial.

Análisis descriptivo: La dimensión de Desarrollo de Competencias presenta un riesgo medio del 40% que representa menos oportunidades de desarrollar competencias, destrezas, habilidades, conocimientos, actitudes de las personas, en el área de trabajo.

Tabla 7*Recuperación*

DIMENSIONES DEL CUESTIONARIO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
DIMENSIÓN 6. RECUPERACIÓN	70%	30%	0%

Nota Fuente: Resultados del riesgo psicosocial emitida por el Ministerio del Trabajo.

Análisis descriptivo: La dimensión de recuperación presenta un riesgo medio del 30% que representa el tiempo destinado para el descanso y recuperación de energía luego de realizar las actividades laborales tanto físicas como mentales; así como también el tiempo intralaboral destinado a la recreación, distracción, pausas activas destinado a las actividades personales y familiares.

Tabla 8*OTROS PUNTOS IMPORTANTES: ACOSO LABORAL*

DIMENSIONES DEL CUESTIONARIO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
DIMENSIÓN 8.2. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: ACOSO LABORAL	70%	20%	10%

Nota Fuente: Resultados del riesgo psicosocial.

Análisis descriptivo: La dimensión de acoso laboral presenta un riesgo alto del 10% que representa el trato desigual, exclusión o preferencia hacia una persona, basados en la identidad de género, orientación sexual, edad, discapacidad, estado de salud, etnia, religión, nacionalidad, ideología, estereotipos estéticos o cualquier otra, que tenga por efecto alterar o impedir los derechos laborales en los procesos de selección y durante la existencia de la relación laboral.

Tabla 9

OTROS PUNTOS IMPORTANTES: CONDICIONES DEL TRABAJO.

DIMENSIONES DEL CUESTIONARIO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
DIMENSIÓN 8.5. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: CONDICIONES DEL TRABAJO	70%	30%	0%

Nota Fuente: Resultados del riesgo psicosocial.

Análisis descriptivo: La dimensión de condiciones del trabajo, presenta un riesgo medio del 30% que representa las condiciones de seguridad, ergonómicas, higiénico, psicosocial, que afecta negativamente a la salud de los trabajadores y servidores en su actividad laboral.

Tabla 10

OTROS PUNTOS IMPORTANTES: DOBLE PRESENCIA(LABORAL-FAMILIAR).

DIMENSIONES DEL CUESTIONARIO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
DIMENSIÓN 8.6. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: DOBLE PRESENCIA (LABORAL – FAMILIAR)	60%	30%	10%

Nota Fuente: Resultados del riesgo psicosocial.

Análisis descriptivo: La dimensión de doble presencia (laboral- familiar), presenta un riesgo medio del 30% y riesgo alto el 10% representa los conflictos entre el trabajo y vida personal / familiar dentro del área el cual trabajan día a día el personal de enfermería.

Tabla 11

OTROS PUNTOS IMPORTANTES: SALUD AUTO-PERCIBIDA.

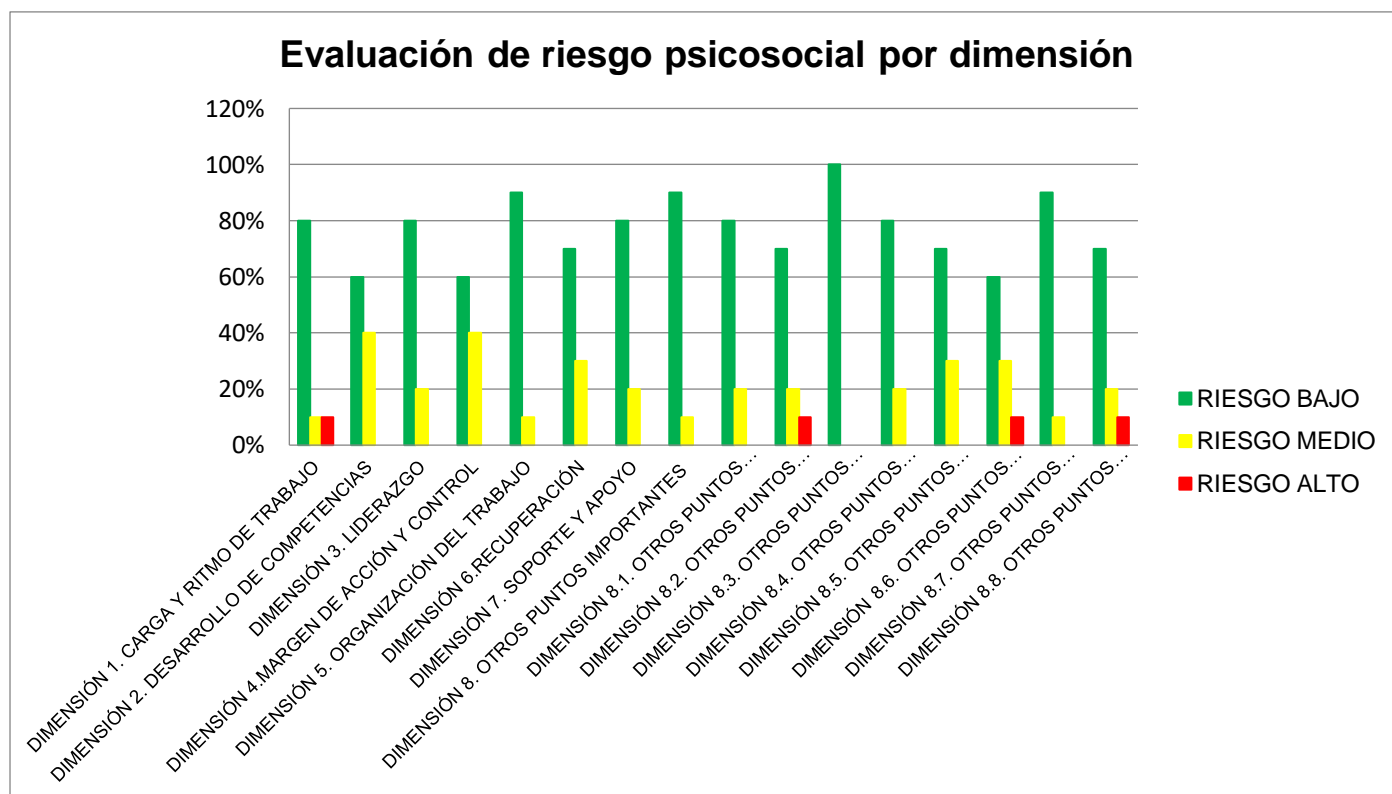
DIMENSIONES DEL CUESTIONARIO	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
DIMENSIÓN 8.8. OTROS PUNTOS IMPORTANTES: SALUD AUTO PERCIBIDA	70%	20%	10%

Nota Fuente: Resultados del riesgo psicosocial.

Análisis descriptivo: La dimensión de Salud Auto-Percibida, presenta un riesgo medio del 20% y riesgo alto del 10% representa el cansancio del trabajador tanto en la salud física y mental y psicológica, con relación al trabajo que realizan dentro de sus horarios laborables.

Figura 6

Evaluación de riesgo psicosocial por dimensión.



Nota. Fuente: Ministerio del Trabajo.

Autor: Creación propia.

Tabla 12

Resultados Global de la evaluación de riesgo psicosocial.

RESULTADO GLOBAL DE LA EVALUACIÓN DE RIESGO PSICOSOCIAL	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
	90%	10%	0%

Resultados Global de la tabla del Ministerio del trabajo.

RESULTADO GLOBAL	Número de los Ítems	RIESGO BAJO	RIESGO MEDIO	RIESGO ALTO
	58	175 a 232	117 a 174	58 a 116

Nota. Fuente: Creación propia.

Análisis descriptivo: Los resultados globales nos representan que no existen riesgos altos debido a los puntajes mínimos obtenidos en la mayoría de las dimensiones de la herramienta utilizada; mientras que en los riesgos medios nos representa el 10%. Para la creación del programa de prevención se tomarán en cuenta las dimensiones que representan los riesgos altos y medios, con programas, estrategias y actividades que alcancen a controlar los riesgos que influyen en dichas dimensiones de estudio.

CAPÍTULO II: PROPUESTA

2.1. Fundamentos teóricos aplicados.

En conjunto con varias entidades públicas y privadas, el Ministerio del Trabajo conformó diversas mesas técnicas para diseñar una herramienta que estimule el cumplimiento del programa de prevención de riesgos psicosociales. Una de las metas de este proceso fue crear un cuestionario que permitiera detectar, analizar y evaluar los riesgos psicosociales. Durante este procedimiento, se estudiaron teorías, técnicas e instrumentos de prevención y evaluación de riesgos psicosociales implementados en otros países.

El cuestionario cuenta con 58 ítems divididos en 16 dimensiones formuladas con un lenguaje claro y preciso, y las opciones de respuesta se presentan en una escala Likert, como se observa en la tabla 13.

Tabla 13

Opciones de respuesta del cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial.

Puntuación	Opción de respuesta
4	Completamente de Acuerdo
3	Parcialmente de Acuerdo
2	Poco de Acuerdo
1	En desacuerdo

Nota: Ministerio de Trabajo Laboral

A continuación, se presentan las diferentes dimensiones con su respectivo número ítems que las representa. Por cada dimensión se realiza una sumatoria simple de la puntuación obtenida de los ítems que integran cada dimensión. En la tabla 14 se puede visualizar cada dimensión con su puntaje promedio para clasificar en riesgo: bajo, medio o alto; y al final se refleja el promedio global de todas las dimensiones para definir el tipo de riesgo que afronta cada docente.

Tabla 14*Nivel de riesgo por cada dimensión y promedio global.*

Dimensión	Número total de ítems	Riesgo Bajo	Riesgo Medio	Riesgo Alto
Carga y ritmo de trabajo	4	13 a 16	8 a 12	4 a 7
Desarrollo de competencias	4	13 a 16	8 a 12	4 a 7
Liderazgo	6	18 a 24	12 a 17	6 a 11
Margen de acción y control	4	13 a 16	8 a 12	4 a 7
Organización del trabajo	6	18 a 24	12 a 17	6 a 11
Recuperación	5	16 a 20	10 a 15	5 a 9
Soporte y apoyo	5	16 a 20	10 a 15	5 a 9
Otros puntos importantes:	24	-	-	-
Otros puntos importantes: Acoso discriminatorio	4	13 a 16	8 a 12	4 a 7
Otros puntos importantes: Acoso laboral	2	7 a 8	5 a 6	2 a 4
Otros puntos importantes: Acoso sexual	2	7 a 8	5 a 6	2 a 4
Otros puntos importantes: Adicción al trabajo	5	16 a 20	10 a 15	5 a 9
Otros puntos importantes: Condiciones del Trabajo	2	7 a 8	5 a 6	2 a 4
Otros puntos importantes: Doble presencia (laboral – familiar)	2	7 a 8	5 a 6	2 a 4
Otros puntos importantes: Estabilidad laboral y emocional	5	16 a 20	10 a 15	5 a 9

Otros puntos importantes:	2			
Salud auto percibida		7 a 8	5 a 6	2 a 4
PROMEDIO GLOBAL	58	175 a 232	117 a 174	58 a 16

Nota Fuente: (Trabajo.(2018)., Guía para la aplicación del cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial.)

Los riesgos Psicosociales son factores negativos que causan daño a la salud, y pueden afectar tanto a la salud física, mental, como psicológico produciendo un bajo desempeño en el ámbito laboral y a su vez produciendo enfermedades laborales relacionados con el riesgo psicosocial: como el Estrés.

El factor de Estrés. – Se manifiesta como un conjunto de reacciones nocivas, tanto físicas como emocionales, que ocurren cuando las exigencias del trabajo superan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador, pudiendo originar enfermedad mental y hasta física. (Alonso Fernández, 2019)

Síndrome Burnout: "El síndrome de desgaste profesional es un fenómeno que afecta la calidad de vida de las personas afectadas, un trastorno adaptativo crónico que implica un desgaste y lleva al colapso físico e intelectual. Se manifiesta en síntomas como: apatía, irritabilidad, agresividad, atención dispersa, dificultad para memorizar, ansiedad, depresión, anorexia, trastornos del sueño, alteraciones sexuales, digestivas, cardiovasculares, metabólicas y gastrointestinales, sensación de inutilidad, y sentimiento de estar derrumbado profesionalmente". (R., cited 2018 octubre 22.)

Síndrome Mobbing: El acoso laboral resultan ser sensibles para la mayoría de los trabajadores de la salud ya que se abordan situaciones privadas y falta apoyo por parte de los superiores cuando se ha sido víctima de esto.

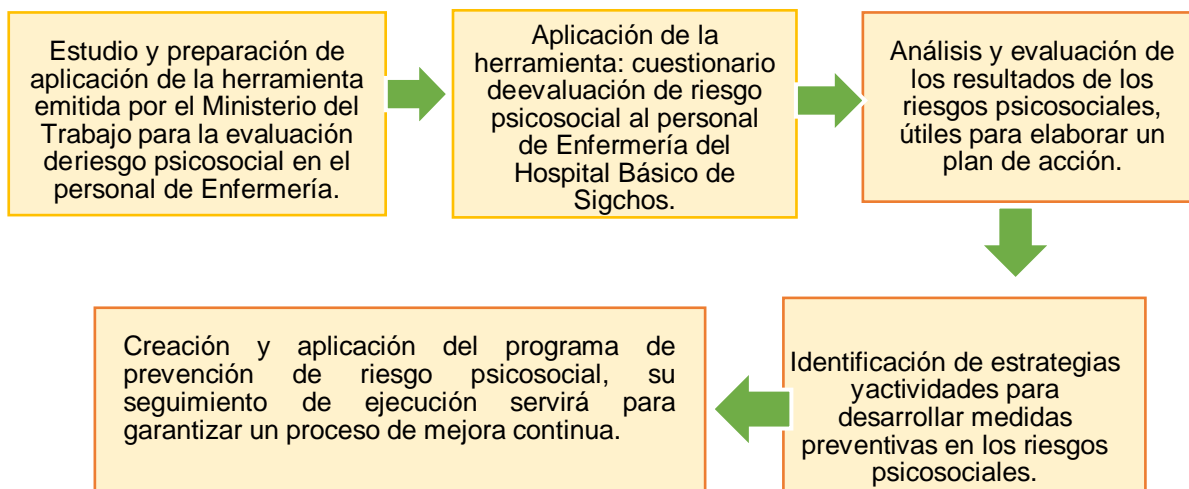
El **mobbing** puede ser percibido de distintas formas es porque se conoce poco sobre el concepto real de la palabra, se puede asociar con múltiples formas de violencia y existe heterogeneidad en el uso del término. (Global., 2016).

2.1. Descripción de la propuesta

Las personas objeto de estudio son las Enfermeras del área de Emergencia que laboran en el Hospital Básico de Sigchos, quien se encuentra ubicada en la Cantón Sigchos, donde se ofrece servicios de atención Hospitalaria de segundo nivel de atención con calidad, calidez y humanístico al usuario.

La(o)s Enfermera(o)s, se exponen a riesgos psicosociales por los diversos factores al que están expuestos en su tiempo laboral; dichos factores han sido clasificados en diferentes dimensiones a través del cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial emitido por el Ministerio del Trabajo, donde los resultados presentan riesgos medios y altos en el ámbito laboral de las enfermeras. Por ende, es evidente establecer un plan de prevención, con objetivos, estrategias, actividades, recursos y evaluaciones a los riesgos psicosociales que prevalecen y ponen en peligro al personal de Enfermería con el objetivo de disminuir los índices de ausentismo, absentismo, accidentabilidad y mejorando aspectos del clima y desempeño laboral.

a. Estructura general



b. Explicación del aporte

A través del uso de un cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial, se evaluó un total de 10 Enfermeras del Hospital Básico de Sigchos, analizando los resultados en función de diferentes dimensiones que representan los factores de riesgo psicosocial presentes en el ambiente laboral.

Estas dimensiones se dividen en tres niveles de riesgo: bajo, medio y alto. Los resultados indicaron que las dimensiones con riesgo medio incluyen: Desarrollo de competencias, Recuperación, Condiciones del trabajo doble presencia (laboral-familiar), mientras que las dimensiones con riesgo alto incluyen: la carga y el ritmo de trabajo, el acoso laboral y las condiciones del trabajo doble presencia (laboral-familiar), salud auto percibida.

2.2. Desarrollo y ejecución de la propuesta.

Se llevó a cabo una exhaustiva revisión bibliográfica de los factores de riesgo psicosocial y los efectos negativos en la salud del personal de Enfermería como parte del proceso de creación del programa de prevención de riesgos psicosociales. Mediante la herramienta: cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial creado por el Ministerio del Trabajo se implementó a la(o)s enfermería del Hospital Básico de Sigchos para su desarrollo. Dicho cuestionario está constituido por diversas dimensiones que representan los diferentes factores de riesgo psicosocial que puede presentarse en el ámbito laboral.

En los resultados, se obtuvo dimensiones donde existen presencia de riesgo alto: recuperación, acoso laboral y salud auto percibida; riesgos medios: carga y ritmo de trabajo, margen de acción y control y doble presencia (laboral-familiar), que pueden causar daño y consecuencias negativas a largo plazo en la salud y en el ámbito familiar de las enfermeras del Hospital Básico de Sigchos, por ende, se analizó y se evaluó cada dimensión para identificar estrategias y actividades para desarrollar medidas preventivas y crear un programa de prevención de riesgo psicosocial como se indica en la tabla 15.

Tabla 15: Programa de prevención de riesgos psicosociales.

Dimensión	Objetivo	Actividad	Recursos	Responsable	Tiempo	Evaluación
Carga y ritmo de trabajo	Reducir el agotamiento físico y mental de los docentes para incrementar el nivel de motivación en la enseñanza universitaria.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar el área de trabajo que implican mayor carga física y mental de la(o)s enfermeras. 2. Verificar los horarios de trabajo que tiene las enfermeras dentro de la jornada laboral. 	<p>Personal de enfermería. Materiales: Reglamento institucional y horarios hospitalarios.</p>	<p>Departamento de Talento Humano Personal de enfermería. Jefa de enfermería.</p>	Frecuencia mensual.	<p>Cuestionario EPGE-14 Estrés. Escala de apreciación del estrés Aplicar mensual.</p>
	Controlar los niveles de estrés, evitar la fatiga física y mental; e incrementar la motivación.	<ol style="list-style-type: none"> 3. Realizar pausas activas durante 15 minutos, actividades enfocadas a: flexibilidad, activación muscular, movilidad articular, lúdicas, rítmicas y creativas. 4. Actividades psicoeducativas como: mejora de la autoestima, manejo de emociones, prevención y manejo de estrés, resolución de conflictos, etc. 	<p>Personal de salud. Materiales: Trípticos de procedimientos para realizar las actividades con Música.</p>	<p>Médico ocupacional Jefa de enfermería. Personal encargado de estrategias.</p>	Frecuencia: 30 minutos diarios	<p>Test de atención Test d2 (Brickenkamp) 2. Escala de bienestar psicológico EBP. Aplicar anualmente.</p>

Desarrollo de competencias	Desarrollar técnicas psicoeducativas que permitan controlar el estrés fuera y dentro del trabajo.	5. Aplicar un programa de estrategias psicoeducativas y herramientas para el desarrollo de inteligencia emocional y asertividad en el trabajo.	Personal de enfermería. Materiales: premios de técnicas de relajación para estabilizar neurologicamente.	Área de salud ocupacional Jefa de enfermería.	Frecuencia trimestral durante el año.	Aplicar: MSCEIT: Test de inteligencia emocional Mayer-Salovey-Caruso. Frecuencia trimestral.
	Establecer espacios sociales donde se represente la participación y toma de decisiones.	6. Crear espacios de debates científicos donde las enfermeras puedan participar con nuevos métodos de investigación científica: metodologías, estrategias.	Personal de enfermería. Materiales: Planificación de estrategias educativas dentro del área de salud.	Área de salud ocupacional Jefa de enfermería.	Frecuencia mensual.	Integración de metodologías científicas dentro del área de enfermería en el ámbito salud.

Doble presencia (laboral-familiar)	Mejorar la calidad de las relaciones interpersonales de la(o)s Enfermera para fomentar un clima laboral adecuado en el Hospital Básico de Sigchos.	7. Planificar actividades recreativas para los docentes como: excursiones, campeonatos deportivos, campeonatos de juegos de mesa, homenajes en fechas importantes.	Personal de enfermería. Materiales: Cronograma, de días recreativos y espacios sociales y deportivos.	Departamento de Salud y seguridad ocupacional. Jefa de enfermera	Frecuencia 1 actividad por semana durante el año.	Al final de cada período mensual Cuestionario de clima laboral CLA. Escalas de clima social CIES, CES).
Recuperación	Motivar al personal de enfermería para que puedan alcanzar los objetivos profesionales institucionales.	8. Aplicar la técnica de reconocimiento laboral: incentivo en especie al mérito y nombramiento. 9. Evaluación de rendimiento laboral y académico dentro del área Hospitalaria.	Director distrital. Talento Humano. Jefa de Enfermería Materiales: Productos firmas de nombramientos.	Departamento de Talento Humano	Frecuencia semestral durante el año lectivo.	Al final del año lectivo, aplicar: Escala de motivaciones psicosociales Ministerio del Trabajo.
	Establecer espacios familiares y sociales para generar mayor bienestar e influencia positiva en el desarrollo cognitivo, social y emocional.	10. Planificar la distribución de vacaciones anuales en temporadas que concuerden con la disponibilidad de sus familias para programar eventos vacacionales familiares.	Personal enfermería. Materiales: Reglamento institucional de distribución de vacaciones anuales.	Director Distrital Planificación Institucional Departamento de Talento Humano	Frecuencia anual durante el año lectivo.	Aplicar: Test de atención D-2. Escala de bienestar psicológico EBP. Frecuencia anual.

<p>Condiciones del Trabajo</p>	<p>Mejorar las condiciones de los trabajadores del Hospital Básico de Sigchos referentes a Seguridad y Salud en el Trabajo.</p>	<p>11. Proponer posibles convenios con otras instituciones del área de salud para obtener capacitaciones continuas y mejoramiento de calidad y calidez dentro y fuera de la institución con equipamiento correcto y necesario según la necesidad del usuario.</p> <p>12. Solicitar material de intervención de enfermería para el manejo y el cuidado directo de los pacientes y familiares.</p>	<p>Humanos: Personal de enfermería. Talento Humano. Materiales: Contratos de convenios y equipamiento Hospitalario.</p>	<p>Departamento de Talento Humano Administración financiera.</p>	<p>Frecuencia anual durante el año lectivo.</p>	<p>Aplicar: Departamento financiero. Director distrital zonal.</p>
<p>Acoso Laboral</p>	<p>Reducir y prevenir el acoso laboral que se puedan generar en el normal desarrollo de actividades laborales.</p>	<p>13. Aplicar un estudio de acoso laboral.</p> <p>14. Aplicar talleres de sensibilización de acoso laboral.</p>	<p>Personal de salud y enfermería. Materiales: Investigaciones sobre los tipos de acoso laboral.</p>	<p>Departamento seguridad y salud ocupacional Departamento de talento humano</p>	<p>Frecuencia Semestral durante el año lectivo.</p>	<p>Sociabilización al personal de enfermería y compañeros de salud respecto al acoso laboral, realizar el cuestionario de evaluación de estilos, modalidades y tipos de acoso laboral (Ministerio del Trabajo).</p>

<p>Salud Auto percibida</p>	<p>Fomentar un estado de salud y bienestar tanto mental como física en el personal de Enfermería del Hospital Básico de Sigchos.</p>	<p>15. Crear un plan de actividad física: resistencia, fortalecimiento, equilibrio y flexibilidad, dentro del horario laboral con el fin de mejorar la salud y capacidad física.</p> <p>16. Capacitar a través de redes sociales, correo electrónico o conferencias sobre consejos para llevar una buena salud del sueño y sus beneficios en el desarrollo y desempeño laboral.</p>	<p>Personal de Enfermería Área administrativa. Materiales: Investigaciones de los beneficios de un plan acción actividad física y la buena salud del sueño.</p>	<p>Departamento de seguridad y salud ocupacional Departamento de talento humano</p>	<p>Frecuencia Trimestral durante el año.</p>	<p>Aplicar: Evaluación y control del estado físico mediante los exámenes médicos ocupacionales. Aplicación del cuestionario internacional de actividad física (MSP).</p>
------------------------------------	--	---	---	---	--	--

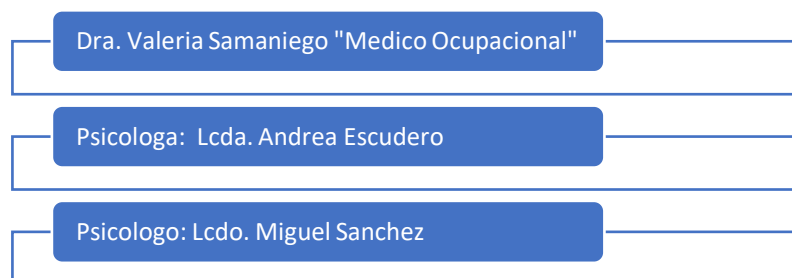
Nota. Fuente: Creación propia

c. Estrategias y/o técnicas

Para la evaluación e identificación de riesgos psicosociales expuestos para el personal de Enfermería en su entorno laboral se utilizó el cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial emitido por el Ministerio del Trabajo. En base a los resultados obtenidos y a las dimensiones que presentan un índice alto y medio en riesgo psicosocial, se procedió a proponer junto a la área de Seguridad y Salud Ocupacional del Hospital Básico de Sigchos , estrategias sociales rol- relación y de bienestar mental y física para accionar frente a las dimensiones que presentan exposición de factores de riesgo; dichas estrategias contienen objetivos, actividades para desarrollar dentro y fuera del horario laboral, los recursos que se requieren para su cumplimiento, los responsables a cargo para su ejecución, la frecuencia de tiempo con la que se deberá realizar la actividad y la evaluación que permitirá verificar mediante cuestionarios, si los niveles de riesgo han disminuido y concretar que se posee un control de prevención de riesgos psicosociales en el ambiente laboral.

16.1. Validación de la propuesta

La validación del presente proyecto esta otorgada por los profesionales Médicos y Psicólogos de Salud del área de Seguridad y Salud Ocupacional del Hospital Básico de Sigchos. Luego de analizar y evaluar las dimensiones que alarman la presencia de riesgos psicosociales en el personal de Enfermería que labora en el área de Emergencia, se emplearon diversos criterios de los expertos para la validación de la propuesta del programa de prevención de riesgos psicosociales. Integrantes del Área de Seguridad y Salud Ocupacional del Hospital Básico de Sigchos:



16.2. Matriz de articulación de la propuesta

Tabla 1: Matriz de articulación de la propuesta.

EJES O PARTES PRINCIPALES	SUSTENTO TEÓRICO	SUSTENTO METODOLÓGICO	ESTRATEGIAS / TÉCNICAS	DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS	INSTRUMENTOS APLICADOS
MARCO METODOLOGICO	Ministerio del Trabajo: Características de los riesgos y su prevención.	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Sistema de Gestión. ✚ Revisión Documental. ✚ Enfoque Cuantitativo. ✚ Alcance Descriptivo 	<p>Análisis documental de prevención de riesgo psicosocial.</p> <p>Encuesta aplicada.</p> <p>Análisis y resultados de la información obtenida.</p>	<p>Análisis de las dimensiones investigadas.</p> <p>Los resultados obtenidos arrojaron una importancia en la evaluación de riesgo psicosocial.</p>	<p>Aplicación del cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial.</p> <p>Ministerio del Trabajo</p>
MARCO TEORICO	Ministerio del Trabajo: OIT, Concepto, Artículos, de factor de riesgo psicosocial.	<p>Revisión Documental.</p> <p>Enfoque Científico.</p> <p>Análisis de artículos científicos, estrategias de prevención de riesgo psicosocial.</p>	<p>Recolección de datos ya artículos científicos actualizados según el tema de investigación dentro del ámbito de salud en el área de Enfermería.</p>	<p>La información recolectada en la sustentación del tema de titulación brinda la información necesaria para complementar los objetivos y estrategias de prevención en el riesgo psicosocial.</p>	<p>Aplicación de revisión bibliográfica y artículos científicos actualizados según la OITE y Ministerio del Trabajo.</p>

<p>PROPUESTA</p>	<p>Ministerio del trabajo: Información y tabulación de resultados de riesgos psicosociales.</p>	<p>Análisis descriptivo de las dimensiones de riesgo psicosocial. Revisión bibliográfica y documentada de páginas oficiales estatales. Propuesta con estrategias y actividades para planificación anual. Proceso de ejecución en estudio.</p>	<p>Recolección de datos informativos para la propuesta. Análisis de datos obtenidos. Análisis y factibilidad de cumplimiento del programa de prevención.</p>	<p>La aplicación del presente proyecto ayuda en la salud física y mental de las enfermeras, como: mejoramiento de desempeño laboral, eficiencia en sus actividades laborales, clima laboral adecuado que no afecte al personal de enfermería del Hospital Básico de Sigchos del área de Emergencia, etc.</p>	<p>Aplicación del presente programa de prevención de riesgos psicosociales.</p>
-------------------------	---	---	--	--	---

Nota Fuente: Creación propia.

CONCLUSIONES

Revisado los fundamentos teóricos, se ha concluido que los riesgos psicosociales evolucionan a través de las relaciones sociales dentro y fuera del trabajo y en el entorno laboral donde se encuentran frente a diversos factores psicosociales, que, sin prevención de controlar dichos factores pueden impactar de manera peligrosa para la salud mental, física y social del personal de Enfermería del Hospital Básico de Sigchos. A través de la encuesta realizada se obtiene resultados de dos dimensiones que afectan al personal de enfermería como es de riesgo medio evidencia: desarrollo, recuperación, condición del trabajo, doble presencia (laboral-familiar), salud auto percibida; así mismo de las dimensiones de riesgo alto se presenta: carga y ritmo de trabajo, acoso laboral, doble presencia (laboral-familiar) y salud auto percibida.

El personal de salud del Área de Enfermería está expuestos diariamente a los factores de riesgo psicosocial cuyo riesgo va de medio a alto en su ambiente laboral, consecuentemente, se debe establecer un plan de prevención con estrategias, recursos y evaluaciones con el objetivo de disminuir los índices de ausentismo, absentismo, accidentabilidad, mejorando aspectos del ambiente intrafamiliar y laboral obteniendo así un desempeño laboral satisfactorio.

Se elaboró un programa de prevención de riesgo psicosocial para el personal de enfermería del área de emergencia del Hospital Básico de Sigchos, donde se detallan 15 actividades relacionadas con las dos dimensiones que afectan en el área laboral como: la carga y ritmo de trabajo, formar parte de espacios en la toma de decisiones, aplicación de estrategias para optimizar el tiempo familiar y social, aplicar un estudio de acoso laboral y ofrecer planes para llevar una buena salud física y mental. Por cada actividad propuesta en el programa de prevención abarca: objetivo, recursos, frecuencia de tiempo a realizar la actividad y evaluación que permite dar un seguimiento y control a los riesgos psicosociales que se exponen en el entorno laboral.

El programa de prevención de riesgos psicosociales pasó por un proceso de evaluación por parte de profesionales en el área de seguridad y salud ocupacional del Hospital Básico de Sigchos y jefa de enfermeras.

RECOMENDACIONES

Es importante que el Hospital Básico de Sigchos, realice un seguimiento continuo de la línea investigativa en el área de enfermería con ayuda del área de psicología del hospital, siendo una rama importante para la Prevención de Riesgos Laborales factores del trabajo relacionadas con el área laboral.

Se recomienda al Hospital Básico de Sigchos un continuó seguimiento del personal de enfermería mediante evaluaciones periódicas, trimestrales y semestrales con ayuda de la encuesta del Ministerio del trabajo y otras técnicas de evaluación con respecto a los riesgos psicosociales con el fin de detectar posibles y futuros riesgos psicosociales con el objetivo de implementar medidas preventivas y así mitigar las consecuencias.

También es importante recomendar al área psicología del Hospital Básico de Sigchos realizar continuas capacitaciones y talleres al personal de enfermería sobre los factores psicosociales a los que se encuentran expuestos así obtener el cumplimiento de las funciones propuestas en el presente programa de prevención.

BIBLIOGRAFIA

1. Organización Mundial de la Salud, El efecto sobre la salud de los riesgos psicosociales en el trabajo: una visión general (Madrid: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, 2010),
2. OIT. (1985). C161 - Convenio sobre los servicios de salud en el trabajo. In *Anais do 70ª Conferencia General de la Organización Internacional del Trabajo* Ginebra: OIT 2020.
3. (Castiblanque, R. P., & Palomares, R. C. (2020). Culturas organizacionales que refuerzan la intensificación del trabajo a través de recursos digitales y su impacto sobre la salud laboral. *Revista Prisma Social*, (29).
4. Comité Mixto OIT-OMS, 1984; Sauter, Murphy, Hurrell, & Levi, 2017; Bestratén & Romero, 1999).
5. Organización Mundial de la Salud (2020). A safe and healthy return to work during the COVID-19 pandemic.
6. García, M., Rubio, P., & Bravo, L. (2007). Relación entre los factores de riesgo psicosocial y la resistencia al cambio organizacional en personal de seguridad de una empresa del sector económico terciario.
7. Organización Mundial de La Salud – OMS. (2019). *Salud Ambiental y Entornos Saludables* Recuperado el 5 de marzo de 2013, de https://www.paho.org/col/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&layout=+blog&id=388
8. ILO International Programme on Safety and Health at Work and the Environment. (2011). Sistema de gestión de la SST: una herramienta para la mejora continua: día mundial de la seguridad y la salud en el trabajo, 28 de abril 2011. Ginebra: OIT.
9. Factores de Riesgo Psicosocial. (Silva, Batista de Carvalho, *Carvalho Santos Leite*, & *Neves de Oliveira*, 2020)
10. *Equipo Técnico de Trabajo Decente de la OIT para América Central, Haití, Panamá, República Dominicana* 2020.
11. Ministerio de Educación. (2022, February 21). Desempeño del docente.
12. Ministerio del Trabajo. (2018). Guía para la aplicación

del cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial.

13. Alonso Fernández, F. ¿Por qué trabajamos? El trabajo entre el estrés y la felicidad. *Salud Mental* 2009; 32:439-440.
14. Oyazún R. Síndrome Burnout: cansancio mental y fatiga física. [Online].; 2018 [cited 2018 octubre 22. Available from: <https://www.eldiariodelarepublica.com/nota/2016-12-9-18-25-0-sindrome-burnout-cansancio-mentaly-fatiga-fisica>.
15. Implicaciones del hostigamiento psicológico (mobbing) sobre los testigos: Un estudio observacional en enfermería. *Enfermería Global*.(2016)

ANEXOS

ANEXO1: Cuestionario de evaluación de Riesgo Psicosocial (Ministerio del Trabajo).

DATOS GENERALES					
I D	Ítem 1				
A	Fecha:				
B	Provincia:				
C	Ciudad:				
D	Área de trabajo:	Administrativa:		Operativa:	
E	Nivel más alto de instrucción (Maque una sola opción) :	Ninguno		Técnico / Tecnológico	
		Educación básica		Tercer nivel	
		Educación media		Cuarto nivel	
		Bachillerato		Otro	
F	Antigüedad, años de experiencia dentro de la empresa o institución:	0-2años		11-20años	
		3-10años		Igual o superior a 21 años	
G	Edad del trabajador o servidor:	16-24 años		44-52años	
		25-34años		Igual o superior a 53 años	
		35-43años			
H	Auto-identificación étnica:	Indígena		Afro - ecuatoriano:	
		Mestizo/a:		Blanco/a:	
		Montubio/a:		Otro:	
I	Sexo del trabajador o servidor:	Mujer:		Hombre:	
CARGA Y RITMO DE TRABAJO		Completamente de Acuerdo (4)	Parcialmente de Acuerdo (3)	Poco de acuerdo (2)	En desacuerdo (1)
N R	Ítem 2				
1	Considero que son aceptables las solicitudes y requerimientos que me piden otras personas (compañeros de trabajo, usuarios, clientes)				
2	Decido el ritmo de trabajo en mis actividades				
3	Las actividades y/o responsabilidades que me fueron asignadas no me causan estrés				
4	Tengo suficiente tiempo para realizar todas las actividades que me han sido encomendadas dentro de mi jornada laboral				
Suma de puntos de la dimensión				Punt os	

DESARROLLO DE COMPETENCIAS		Completamente de Acuerdo (4)	Parcialmente de Acuerdo (3)	Poco de acuerdo (2)	En desacuerdo (1)
Ítem 3					
5	Considero que tengo los suficientes conocimientos, habilidades y destrezas para desarrollar el trabajo para el cual fui contratado				
6	En mi trabajo aprendo y adquiero nuevos conocimientos, habilidades y destrezas de mis compañeros de trabajo				
7	En mi trabajo se cuenta con un plan de carrera, capacitación y/o entrenamiento para el desarrollo de mis conocimientos, habilidades y destrezas				
8	En mi trabajo se evalúa objetiva y periódicamente las actividades que realizo				
Suma de puntos de la Dimensión		0		Puntos	
LIDERAZG		Completamente de Acuerdo (4)	Parcialmente de Acuerdo (3)	Poco de acuerdo (2)	En desacuerdo (1)
0					
Ítem 4					
9	En mi trabajo se reconoce y se da crédito a la persona que realiza un buen trabajo o logran sus objetivos.				
10	Mi jefe inmediato está dispuesto a escuchar propuestas de cambio e iniciativas de trabajo				
11	Mi jefe inmediato establece metas, plazos claros y factibles para el cumplimiento de mis funciones o actividades				
12	Mi jefe inmediato interviene, brinda apoyo, soporte y se preocupa cuando tengo demasiado trabajo que realizar				
13	Mi jefe inmediato me brinda suficientes lineamientos y retroalimentación para el desempeño de mi trabajo				
14	Mi jefe inmediato pone en consideración del equipo de trabajo, las decisiones que pueden afectar a todos.				
Suma de puntos de la Dimensión		0		Puntos	
MARGEN DE ACCIÓN Y CONTROL		Completamente de Acuerdo (4)	Parcialmente de Acuerdo (3)	Poco de acuerdo (2)	En desacuerdo (1)
Ítem 5					
15	En mi trabajo existen espacios de discusión para debatir abiertamente los problemas comunes y diferencias de opinión				
16	Me es permitido realizar el trabajo con colaboración de mis compañeros de trabajo y/u otras áreas				
17	Mi opinión es tomada en cuenta con respecto a fechas límites en el cumplimiento de mis actividades o cuando exista cambio en mis funciones				
18	Se me permite aportar con ideas para mejorar las actividades y la organización del trabajo				
Suma de puntos de la Dimensión		0		Puntos	

ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO		Completamente de Acuerdo (4)	Parcialmente de Acuerdo (3)	Poco de acuerdo (2)	En desacuerdo (1)
Ítem 6					
19	Considero que las formas de comunicación en mi trabajo son adecuados, accesibles y de fácil comprensión				
20	En mi trabajo se informa regularmente de la gestión y logros de la empresa o institución a todos los trabajadores y servidores				
21	En mi trabajo se respeta y se toma en consideración las limitaciones de las personas con discapacidad para la asignación de roles y tareas				
22	En mi trabajo tenemos reuniones suficientes y significantes para el cumplimiento de los objetivos				
23	Las metas y objetivos en mi trabajo son claros y alcanzables				
24	Siempre dispongo de tareas y actividades a realizar en mi jornada y lugar de trabajo				
Suma de puntos de la Dimensión		0		Puntos	
RECUPERACIÓN		Completamente de Acuerdo (4)	Parcialmente de Acuerdo (3)	Poco de acuerdo (2)	En desacuerdo (1)
Ítem 7					
25	Después del trabajo tengo la suficiente energía como para realizar otras actividades				
26	En mi trabajo se me permite realizar pausas de periodo corto para renovar y recuperar la energía.				
27	En mi trabajo tengo tiempo para dedicarme a reflexionar sobre mi desempeño en el trabajo				
28	Tengo un horario y jornada de trabajo que se ajusta a mis expectativas y exigencias laborales				
29	Todos los días siento que he descansado lo suficiente y que tengo la energía para iniciar mi trabajo				
Suma de puntos de la Dimensión		0		Puntos	
SOPORTE Y APOYO		Completamente de Acuerdo (4)	Parcialmente de Acuerdo (3)	Poco de acuerdo (2)	En desacuerdo (1)
Ítem 8					
30	El trabajo está organizado de tal manera que fomenta la colaboración de equipo y el diálogo con otras personas				
31	En mi trabajo percibo un sentimiento de compañerismo y bienestar con mis colegas				
32	En mi trabajo se brinda el apoyo necesario a los trabajadores sustitutos o trabajadores con algún grado de discapacidad y enfermedad				
33	En mi trabajo se me brinda ayuda técnica y administrativa cuando lo requiero				
34	En mi trabajo tengo acceso a la atención de un médico, psicólogo, trabajadora social, consejero, etc. en situaciones de crisis y/o rehabilitación				
Suma de puntos de la Dimensión		0		Puntos	

Ítem 9		Completamente de Acuerdo (4)	Parcialmente de Acuerdo (3)	Poco de acuerdo (2)	En desacuerdo (1)
35	En mi trabajo tratan por igual a todos, indistintamente la edad que tengan				
36	Las directrices y metas que me autoimpongo, las cumpla dentro de mi jornada y horario de trabajo				
37	En mi trabajo existe un buen ambiente laboral				
38	Tengo un trabajo donde los hombres y mujeres tienen las mismas oportunidades				
39	En mi trabajo me siento aceptado y valorado				
40	Los espacios y ambientes físicos en mi trabajo brindan las facilidades para el acceso de las personas con discapacidad				
41	Considero que mi trabajo está libre de amenazas, humillaciones, ridiculizaciones, burlas, calumnias o difamaciones reiteradas con el fin de causarme daño.				
42	Me siento estable a pesar de cambios que se presentan en mi trabajo.				
43	En mi trabajo estoy libre de conductas sexuales que afecten mi integridad física, psicológica y moral				
44	Considero que el trabajo que realizo no me causa efectos negativos a mi salud física y mental				
45	Me resulta fácil relajarme cuando no estoy trabajando				
46	Siento que mis problemas familiares o personales no influyen en el desempeño de las actividades en el trabajo				
47	Las instalaciones, ambientes, equipos, maquinaria y herramientas que utilizo para realizar el trabajo son las adecuadas para no sufrir accidentes de trabajo y enfermedades profesionales				
48	Mi trabajo está libre de acoso sexual				
49	En mi trabajo se me permite solucionar mis problemas familiares y personales				
50	Tengo un trabajo libre de conflictos estresantes, rumores maliciosos o calumniosos sobre mi persona.				
51	Tengo un equilibrio y separo bien el trabajo de mi vida personal.				
52	Estoy orgulloso de trabajar en mi empresa o institución				
53	En mi trabajo se respeta mi ideología, opinión política, religiosa, nacionalidad y orientación sexual.				
54	Mi trabajo y los aportes que realizo son valorados y me generan motivación.				
55	Me siento libre de culpa cuando no estoy trabajando en algo				
56	En mi trabajo no existen espacios de uso exclusivo de un grupo determinado de personas ligados a un privilegio, por ejemplo, cafetería exclusiva, baños exclusivos, etc., mismo que causa malestar y perjudica mi ambiente laboral				
57	Puedo dejar de pensar en el trabajo durante mi tiempo libre (pasatiempos, actividades de recreación, otros)				
58	Considero que me encuentro física y mentalmente saludable				
Suma de puntos de la Dimensión		0		Puntos	

ANEXO 2.- Validación por Expertos.

VALIDACION POR EXPERTO

Título del trabajo/Artículo: Diseño de un programa de prevención de riesgo psicosocial en el personal de enfermería del servicio de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos.

Autor del trabajo/Artículo: Lcda. Abigail Yugi.

Fecha: 08-09-2023.

Objetivos del trabajo/Artículo:

Objetivo General: Diseñar un programa de prevención de riesgo psicosocial, mediante el diagnóstico de factores de riesgos con la aplicación de instrumentos de evaluación psicosocial que influyan en la calidad de vida del personal de enfermería del área de emergencia del Hospital Básico de Sigchos.

1. Contextualizar los fundamentos teóricos sobre los factores de riesgos psicosocial que afecten la integridad física y emocional del personal de Enfermería en el área de Emergencia del Hospital de Sigchos.
2. Determinar el impacto psicosocial intralaboral y extralaboral en el personal de enfermería en el área de emergencias del Hospital Básico de Sigchos.
3. Elaborar un programa de prevención de Riesgos psicosocial para el personal de Enfermería del área de Emergencia del Hospital Básico de Sigchos.
4. Validar por expertos el diagnóstico realizado y realizar el programa de prevención que permita subsanar los posibles hallazgos encontrados al momento de la elaboración de diagnóstico.

Datos de experto

Nombre y Apellido	Nro. Cédula	Título académico de mayor nivel	Tiempo de experiencia
Dra. Erika Montaña	0106511512	Sec. Médico General	2 AÑOS


Criterios de evaluación

Criterios	Descripción
Impacto	Representa el alcance que tendrá el método de gestión y su representatividad en la generación del valor público.
Aplicabilidad	La capacidad de implementación del modelo considerando que los contenidos de la propuesta sean aplicables.
Conceptualización	La propuesta tiene como base conceptos y teoría propias de la gestión por resultados de manera sistemática y articulada.
Actualidad	Los contenidos consideran procedimientos actuales y cambios científicos y tecnológicos.
Calidad técnica	Miden los atributos cualitativos del contenido de la propuesta.
Factibilidad	Nivel de utilización del modelo propuesto por parte de la entidad.
Pertinencia	Los contenidos son conducentes, concierne y convenientes para solucionar el problema planteado.

Evaluación:

Criterios	En total desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Impacto				X
Aplicabilidad				X
Conceptualización			X	
Actualidad				X
Calidad técnica				X
Factibilidad			X	
Pertinencia				X

Resultado de la evaluación

VALIDADO	X	NO VALIDADO		FIRMA DEL EXPERTO	
					 ERIKA PRISCILA MONTAÑA LOJA

