

Impacto del estrés laboral crónico en la salud del anestesiólogo

Dr. Gustavo Calabrese*

* Coordinador de la Comisión de Riesgos profesionales de CLASA. Coordinador de la Comisión de Asuntos Laborales de CLASA, Vice Presidente de CLASA (Uruguay).
«Colegio Mexicano de Anestesiología A.C.»

El estrés laboral se define como las nocivas reacciones físicas y emocionales que ocurren cuando las exigencias del trabajo no igualan las capacidades, los recursos o necesidades del anestesiólogo. Cuando éste se torna excesivo, superando la tolerancia del organismo, puede derivar en graves consecuencias como desgaste en la salud, actuación profesionalmente pobre, repercusión en la seguridad del paciente y en la vida familiar.

INCIDENCIA

Mientras que en la población médica la incidencia del estrés laboral es del 28%, en los anestesiólogos la incidencia es notoriamente más elevada, siendo del orden del 50% a nivel europeo y del 59 - 64 - 96% a nivel latinoamericano.

Esta realidad se ve reflejada en varias investigaciones reportando que el estrés laboral en el anestesiólogo puede estar relacionado a numerosos aspectos de la compleja vida laboral del anestesiólogo. Es así que se le relacionó a la falta de control de su tiempo en el 83%, a interferencia con la vida familiar en el 75%, a aspectos médico-legales en el 66%, a problemas de comunicación en el 63%, a problemas clínicos en el 61%. También a sistema de trabajo en el 58%, a contactos con pacientes graves en el 28% y a decisiones de emergencia en el 23% y a contacto con la muerte en el 13%, así como a problemas de la organización laboral en el 42%, a responsabilidades administrativas en el 41%, a conflictos en la esfera privada en el 35%, conflictos de relaciones laborales 25%, conflictos extralaborales en el 23% y problemáticas médico-legales 2.8%. En el caso de residentes de anestesia lo relacionaron a enfrentarse a pacientes críticos o a la muerte de pacientes, a la dificultad de balancear su vida personal y a las demandas profesionales crecientes.

Mecanismo de acción

Ciclo de estrés

El estrés laboral crónico se comporta bajo forma de un proceso dinámico, acumulativo generando una activación frecuente del ciclo del estrés desgastando paulatina y permanentemente los sistemas biológicos. Este ciclo del estrés es activado frecuentemente por numerosos factores estresantes en la vida laboral del anestesiólogo, dentro de ellos destacamos:

- El tipo de especialidad
- El escenario laboral complejo
- El hábitat laboral intenso
- La falta de control de su tiempo
- La interferencia con la vida familiar
- Los posibles problemas médico-legales
- El progresivo desajuste de expectativas profesionales
- La inseguridad laboral

Cuando el estrés se torna excesivo, superando la tolerancia del organismo, puede tener efectos tales como desgaste en la salud, actuación profesionalmente pobre, repercusión en la seguridad del paciente y en la vida familiar.

IMPACTO DEL ESTRÉS LABORAL

Cuando los factores estresantes anteriormente analizados se acumulan y superan la tolerancia del organismo surge el estrés excesivo y nocivo, el que puede tener un impacto muy importante sobre la salud, la vida familia y la vida laboral.

IMPACTO SOBRE LA SALUD

El impacto del estrés laboral sobre la salud produce un desgaste paulatino y permanente de los sistemas biológicos pudiendo provocar, entre otras enfermedades físicas, deterioro psicoemocional, trastornos de la conducta y alteraciones intelectuales.

1. Enfermedades físicas entre las que destacamos la fatiga crónica, gastritis, úlcera gastroduodenal, hipertensión arterial, arritmias, angor, afecciones musculoesqueléticas, afecciones neurológicas, disminución de la inmunidad, alteraciones reproductivas y contribuir a provocar abortos espontáneos (Figura 1).

En Latinoamérica predomina la incidencia de efectos a nivel:

- Digestivo, destacándose la gastritis en un 45%, úlcera gastroduodenal en el 11%.
- Cardiovascular, destacándose la hipertensión arterial en el 23% y arritmias en el 13%, angor en el 5%, infarto agudo de miocárdico 3%.

2. Trastornos psíquicos tales como deterioro psíquico emocional como la ansiedad el 19%, la angustia en el 43% y la depresión en el 31%, lo que puede llegar en algunos casos a ser el campo propicio para el suicidio (Figura 2). Destacamos que la depresión en anestesiólogos y residentes en Latinoamérica resultó superior al de la población general, registrándose entre 11, 31 y hasta 40%.

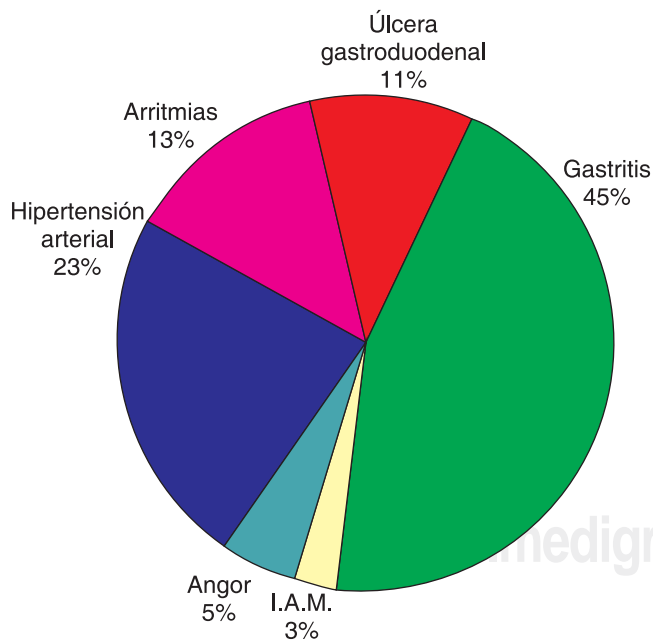


Figura 1. Efecto del estrés laboral en la salud física del anestesiólogo.

3. Trastornos en la conducta; como alcoholismo, fueron del 44%, consumo de psicofármacos del 16% y abuso de drogas del 1.7% así como conductas agresivas u hábito de consumo de psicofármacos.

4. Trastornos intelectuales como dificultad de concentración, disminución del estado de alerta, trabajos de baja calidad y alteraciones de la performance clínica.

IMPACTO FAMILIAR

Se caracteriza por dificultades para balancear la vida familiar, aislamiento, fracaso de vínculo con hijos, dificultades en la relación de pareja, falta de soporte afectivo, divorcios y destrucción familiar.

IMPACTO LABORAL

Entre otras, se destacan la falta de interés laboral, el ausentismo laboral, insatisfacción laboral, trabajo de pobre calidad, contribuir a cometer errores médicos, en algunos casos pueden llegar a mala praxis y los consiguientes problemas legales, llevando todas estas situaciones a pérdida de imagen profesional y en algunas ocasiones al abandono o al cambio de la especialidad y al retiro prematuro de la especialidad, y en casos extremos de problemas legales en proceso de juicios civiles y/o penales, llegando al suicidio.

¿QUÉ PODEMOS HACER DE AHORA EN MÁS CON EL ESTRÉS LABORAL?

Entre otras cosas, buscar un diagnóstico precoz, terapia médica y psicológica cuando requiera el cuadro sintomático. Debemos buscar cambios de fondo en la calidad de vida, incluyen-

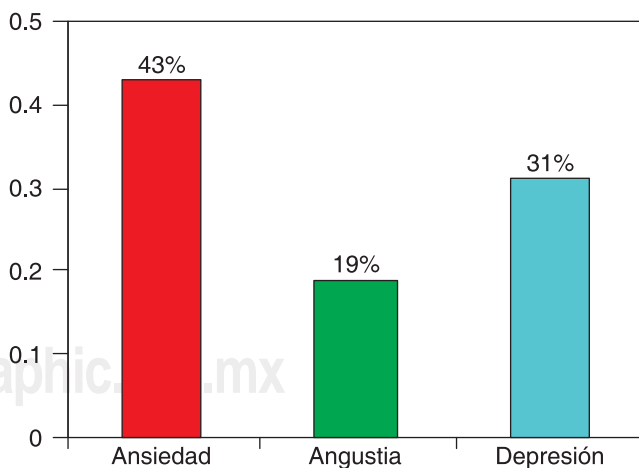


Figura 2. Principales trastornos psíquicos como consecuencia del estrés laboral en el anestesiólogo.

do cambios de hábitos de alimentación, del sueño, descanso, esparcimiento, satisfacción laboral y oportunidades de mayor participación en el trabajo. Estos objetivos se pueden buscar teniendo como instrumento: calendarios laborales, familiares y sociales equilibrados, junto a las exigencias de adecuada infraestructura, adecuadas protecciones laborales, así como tratar de hacer más «humanizado» el ambiente laboral.

RECOMENDACIONES

«La principal dificultad es la resistencia del médico a admitir problemas y aceptar el título de paciente». Para

lograr disminuir la prevalencia del estrés crónico laboral y sus consecuencias se recomiendan medidas orientadas a disminuir o evitar los factores estresantes. Se considera una Enfermedad Profesional la que genera «una responsabilidad compartida»; por tanto, la prevención debe realizarse desde una triple perspectiva: Nivel Personal, Nivel del Equipo, Nivel de Organización/Institucional integrando el concepto de prevención primaria que consiste en eliminar y/o disminuir los factores de estrés; la secundaria, que procura la detección precoz de la depresión y ansiedad, y la terciaria, que implica la rehabilitación y recuperación de las personas que lo han sufrido.

BIBLIOGRAFÍA

1. Calabrese G. Riesgos profesionales. En: Aldrete JA. Texto de anestesiología teórico práctico. Manual Moderno, México. 2003:1477-1498.
2. Calabrese G. ¿A qué riesgos profesionales estamos expuestos los anestesiólogos? *Rev Anest Mex* 2004;16: 3. En Internet: <http://www.anestesiaenmexico.org/RAM3/indexRAM3.html>
3. Calabrese G. Influencia del estilo de vida laboral del anestesiólogo en la salud. En: Anestesiólogos Mexicanos en Internet .Ciberconferencia. En: II Congreso Virtual Mexicano de Anestesiología. I Congreso Virtual Latinoamericano de Anestesiología www.anestesia.com.mx/congreso2002; 1-30 de noviembre 2002.
4. Calabrese G. Estrés crónico en el anestesiólogo actual. *Actas Peruanas* 2001;14:10-13.
5. Calabrese G. Impacto del estrés laboral en el anestesiólogo. *Rev Col Anest* 2006;34:4.
6. Calabrese G. Guía de Prevención y Protección de los Riesgos Profesionales del Anestesiólogo. *Anest Analg Rean* 2006;20:4-40.
7. Calabrese G. Impacto de los calendarios laborales del Anestesiólogo en la salud, el rendimiento y la seguridad. *Rev Arg Anest* 2004;62:356-363.
8. Calabrese G. Riesgos profesionales relacionados a la organización laboral. *Rev Anest Mex* [en línea]. 2004 [acceso el 6 de mayo de 2006: [30 pantallas]. Disponible en: <http://www.anestesiadolor.org/RAM/SUPLEMENTO/Sup1/index.htm>.
9. Calabrese G. Implicaciones laborales en el anestesiólogo. *Rev Col Anest* [en línea]. 2005 [acceso el 6 de mayo de 2006;33:[30 pantallas]. Disponible en: http://www.scare.org.co/rca/archivos/articulos/2005/vol_3/PDF/v33n3a07.pdf
10. Calabrese G. Informe CLASA 2000 «Encuesta de Riesgos Profesionales del Anestesiólogo en Latinoamérica». Comisión de Riesgos Profesionales. Confederación Latinoamericana de Sociedades de Anestesiología. XXI Asamblea de Delegados de CLASA. XXVI Congreso Latinoamericano de Anestesiología. San Salvador. El Salvador.2001.