



**Impacto psicosocial en los profesionales que brindan atención en salud mental en
el departamento del Meta**

Yurleidy Reyes Bustos y Maira Alejandra Ferrer R.

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Oriente (Orinoquía)

Centro Universitario Villavicencio (Meta)

Programa Trabajo Social

Noviembre de 2024

**Impacto Psicosocial en los profesionales que brindan atención en salud mental en
el departamento del Meta**

Yurleidy Reyes Bustos y Maira Alejandra Ferrer R.

Trabajo de investigación e innovación presentado como requisito para optar al título de
Trabajador Social

Asesor(a)

Neisa Briggithe Rivera Parrado

Título académico

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Oriente (Orinoquía)

Centro Universitario Villavicencio (Meta)

Programa Trabajo Social

Noviembre de 2024

Dedicatoria

A mi madre, su amor incondicional y apoyo constante han sido el pilar de mi fortaleza.

A una persona especial que fue catalizador de este sueño; por inspirarme a iniciar este camino, por su apoyo en los momentos cruciales.

A mi familia y amigos, por su paciencia, comprensión y ánimo. Su presencia ha hecho más ligera esta jornada y más dulces los logros.

A mis docentes, en especial a Neissa, su sabiduría y dedicación han sido la brújula que orientó mi aprendizaje.

Al profesor Jeisson, un docente excepcional cuyo conocimiento trasciende las aulas. Sus enseñanzas sobre salud mental y el trato profesional de las enfermedades han sido invaluable.

Yurleidy Reyes

A mi madre, por su amor incondicional y apoyo constante, quien me enseñó el valor del esfuerzo y la perseverancia.

A mi querido esposo y compañero de vida, quien ha sido mi roca y mi mayor apoyo en este viaje. Gracias por estar a mi lado en cada paso del camino, por la paciencia y comprensión.

A mi hijo, quien ha sido mi inspiración constante y la razón por la que nunca renuncié a mis sueños. Agradezco su comprensión y sacrificio durante este proceso y espero que este proyecto sea un ejemplo para él; con voluntad puede lograr cualquier meta que se proponga en la vida.

A mis profesores, por su guía y sabiduría, que han sido fundamentales en mi crecimiento y formación académica.

Maira A. Ferrer

TABLA DE CONTENIDO

Resumen	06
Abstract	07
Introducción.....	08
Planteamiento del problema.....	09
Justificación.....	10
Objetivo general.....	11
Objetivos específicos.....	11
Marco teórico	12
Marco empírico	16
Marco legal.....	20
Metodología	21
Definición de variables.....	21
Diseño	22
Participantes	22
Muestra	23
Instrumento	24
Resultados	25
Discusión.....	36
Conclusiones.....	39
Referencias	41
Anexos	45

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Datos sociodemográficos.	23
Tabla 2. Problemáticas identificadas.	26
Tabla 3. Reconocimiento de impactos psicosociales.	27
Tabla 4. Expectativas de mejora.	29
Tabla 5. Propuestas de intervención.	30
Tabla 6. Análisis general.	33

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Medias de las problemáticas identificadas.	27
Figura 2. Medias de impactos percibidos por profesionales en salud mental.	28
Figura 3. Medias de expectativas de mejora del personal psicosocial.	29
Figura 4. Medias de propuestas de mitigación.	31

Resumen

Esta investigación explora las problemáticas psicosociales que enfrentan los profesionales que brindan atención en salud mental en algunos municipios del departamento del Meta. Bajo un contexto donde el bienestar de quienes cuidan de la salud mental de otros es crucial, este estudio revela los desafíos y necesidades apremiantes del sector.

Mediante un diseño mixto anidado, se analizaron las experiencias de 39 profesionales, descubriendo que el estrés laboral y el agotamiento emocional son las preocupaciones más urgentes. Los resultados destacan una clara demanda de intervenciones institucionales, desde programas de bienestar hasta oportunidades de desarrollo profesional.

La investigación no solo identifica problemas; también presenta soluciones propuestas por los mismos profesionales. Entre las más respaldadas se encuentran los descansos compensatorios y los talleres de autocuidado, reflejando una necesidad crítica de equilibrio entre la demanda laboral y el bienestar personal.

Este estudio ofrece una mirada profunda de las realidades del personal de salud mental, proporcionando perspectivas valiosas para instituciones y formuladores de políticas. Los hallazgos sugieren un camino claro hacia la mejora del bienestar laboral y, por ende, de la calidad de atención en salud mental en la región.

La lectura completa de esta investigación promete una comprensión integral de los retos que enfrenta el sector, así como estrategias para abordarlos, esenciales para cualquier individuo interesado en el futuro de la atención en salud mental.

Palabras clave: Salud Mental, Profesionales en Atención en Salud Mental, Problemáticas Psicosociales.

Abstract

This research explores the psychosocial problems faced by professionals who provide mental health care in some municipalities of the department of Meta. In a context where the well-being of those who care for the mental health of others is crucial, this study reveals the challenges and pressing needs of the sector.

Using a nested mixed design, the experiences of 39 professionals were analyzed, discovering that work stress and emotional exhaustion are the most pressing concerns. The results highlight a clear demand for institutional interventions, from wellness programs to professional development opportunities.

Research not only identifies problems; It also presents solutions proposed by the same professionals. Among the most supported are compensatory breaks and self-care workshops, reflecting a critical need for balance between work demand and personal well-being.

This study offers an in-depth look at the realities of the mental health workforce, providing valuable insights for institutions and policymakers. The findings suggest a clear path towards improving workplace well-being and, therefore, the quality of mental health care in the region.

Reading this research in full promises a comprehensive understanding of the challenges facing the sector, as well as strategies to address them, essential for any individual interested in the future of mental health care

Keywords: Mental Health, Mental Health Care Professionals, Psychosocial Problems.

Introducción

La salud mental es un componente indispensable del bienestar integral de los individuos y las comunidades. Lejos de ser simplemente la ausencia de trastornos psicológicos. La OMS define la salud mental como “un estado de bienestar en el que el individuo realiza sus capacidades, supera el estrés normal de la vida, trabaja de forma productiva y fructífera, y aporta algo a su comunidad” (OMS: 2013, p.9).

Por consiguiente, poseer salud mental implica tener la capacidad de adaptabilidad y afrontamiento adecuado de situaciones cotidianas, mantener relaciones interpersonales satisfactorias, desarrollar el propio potencial y aportar activamente a la sociedad (Hiriart, 2018, como se cita en Jahoda, 1958).

Los profesionales que brindan atención en salud mental desempeñan un papel crucial en el bienestar psicosocial de la población. Este grupo incluye principalmente a Trabajadores Sociales, Psicólogos y Psiquiatras, cada uno con funciones específicas pero complementarias. Los Trabajadores Sociales se enfocan en el contexto social del individuo, abordando factores ambientales y relacionales que afectan la salud mental, y facilitando el acceso a recursos comunitarios. Los Psicólogos, por su parte, se centran en la evaluación, diagnóstico y tratamiento de trastornos mentales a través de diversas terapias y técnicas psicológicas, promoviendo el desarrollo de habilidades de afrontamiento y bienestar emocional. Los Psiquiatras, siendo médicos especializados, aportan una perspectiva biológica al tratamiento de la salud mental, pudiendo prescribir medicamentos cuando es necesario, además de ofrecer psicoterapia. Estos profesionales trabajan a menudo en equipos multidisciplinarios, combinando sus experticias para proporcionar una atención integral que abarca aspectos biológicos, psicológicos y sociales de la salud mental.

De acuerdo con Labrocca y Méndez (2001; como se cita en García, 2004), los especialistas en salud mental se encuentran inmersos por extensos períodos en las complejidades y angustias de quienes atienden durante sus jornadas laborales.

Es común que las interacciones entre el profesional y el usuario del servicio se centren en las dificultades presentes de este último, abarcando áreas como la salud general, el bienestar psicológico, y las dinámicas familiares, sociales o laborales. Los individuos que buscan ayuda suelen llegar con una carga emocional significativa, manifestando una variedad de sentimientos intensos como ansiedad, temor, resistencia y desesperanza, entre otros. En consecuencia, se evidencia que la mayoría de los requerimientos que enfrentan los profesionales dedicados a la atención en salud mental son predominantemente de naturaleza psicosocial.

Planteamiento del problema

El personal psicosocial desempeña un rol fundamental en la atención y acompañamiento de diversas problemáticas de salud mental en la comunidad. Sin embargo, la naturaleza de su labor los expone a factores de riesgo que pueden comprometer su propio bienestar psicológico y mental. Por ejemplo, un estudio realizado por Raquel et al. (2015) en personal de enfermería de una unidad de salud de tercer nivel, encontró que el 33% presentaba agotamiento emocional, mientras que el 17.9% mostraba altos niveles de despersonalización, que son síntomas clave del síndrome de burnout. La investigación demostró una relación significativa entre los factores psicosociales laborales y el desarrollo del síndrome de burnout en esta población de estudio.

A pesar de la crucial importancia de velar por la salud mental de quienes cuidan la salud mental de otros, se ha identificado una carencia de programas, políticas y estrategias institucionales enfocadas específicamente en brindar atención psicosocial y apoyo emocional al personal que presta estos servicios en entidades de salud. Esta deficiencia puede derivar en consecuencias negativas tanto a nivel individual (deterioro de la calidad de vida, ausentismo laboral, disminución del rendimiento) como organizacional (baja productividad, rotación de personal, afectación de la calidad del servicio).

En este contexto, resulta apremiante comprender a profundidad las principales demandas, necesidades y dificultades que enfrenta el personal psicosocial en cuanto a su atención en salud mental, con el fin de desarrollar estrategias pertinentes y efectivas orientadas a resguardar su bienestar integral y brindar respuesta a la siguiente pregunta de investigación ¿Cuáles son los principales impactos psicosociales en trabajadores que brindan atención en salud mental en una muestra de profesionales del departamento del Meta?

Justificación

Los profesionales que brindan atención en salud mental promueven el bienestar mental y abordan diversas problemáticas psicológicas y sociales que afectan a la comunidad. No obstante, en el desempeño de sus labores, estos profesionales están expuestos a riesgos que pueden afectar su propia salud mental, lo cual es una situación preocupante que requiere atención.

La presente investigación se justifica por varias razones fundamentales. En primer lugar, se evidencia una necesidad apremiante de visibilizar y abordar las necesidades y demandas específicas del personal psicosocial en relación con su atención en salud mental, un aspecto que hasta ahora ha sido escasamente explorado. Al comprender a profundidad esta realidad, será posible diseñar estrategias orientados a resguardar el bienestar integral de quienes velan por el bienestar mental de los demás.

En segundo lugar, esta investigación tiene un impacto potencial en varios niveles. A nivel individual, puede conducir a mejoras en la calidad de vida laboral y personal de los profesionales psicosociales, previniendo el desgaste emocional, el estrés y otros trastornos mentales derivados de su labor. A nivel organizacional, al promover el cuidado de la salud mental de su capital humano, se espera un incremento en la productividad, disminución del ausentismo laboral y rotación de personal, así como una optimización de la calidad de los servicios prestados.

Adicionalmente, los hallazgos de este estudio sentarán un precedente valioso para futuras investigaciones en esta línea, aportando conocimientos empíricos que contribuyan en garantizar el derecho a la salud mental de los trabajadores del sector salud, especialmente aquellos inmersos en contextos de alta demanda emocional.

Desde la mirada específica del Trabajo Social, esta investigación representa un aporte invaluable para la profesión, al visibilizar y abordar las necesidades en salud mental del propio personal psicosocial, se reafirma el compromiso ético de velar no solo por el bienestar de las poblaciones vulnerables, sino también de los propios trabajadores sociales y agentes de cambio inmersos en contextos de alta demanda emocional.

Finalmente, esta investigación aporta conocimientos empíricos que permiten visibilizar una arista poco explorada de la salud mental, generando conciencia sobre la importancia de promover entornos laborales saludables para los propios agentes de intervención psicosocial. Esto se alinea con los principios fundamentales del Trabajo Social de promover la justicia social, la dignidad humana y el bienestar integral de todos los sectores de la población, incluidos los profesionales inmersos en la praxis.

En síntesis, esta investigación sienta un precedente que impulsa a la disciplina del Trabajo Social a reafirmar su compromiso con el autocuidado de sus profesionales, fortalecer sus competencias en salud mental ocupacional y seguir abogando por entornos laborales dignos que resguarden la integridad de quienes trabajan por el bienestar colectivo.

Objetivo general.

Examinar las principales problemáticas que expone el personal psicosocial frente a su atención en salud mental en una muestra de trabajadores del sector salud del departamento del Meta.

Objetivos específicos.

- Analizar cuáles son las principales problemáticas que identifica el personal psicosocial frente a su atención en salud mental.

- Determinar el tipo de ayuda que quiere recibir el personal psicosocial por parte de la institución para la cual labora.
- Identificar propuestas que refiere el personal psicosocial para mitigar las problemáticas frente a su atención en salud mental.

Marco Teórico

La presente investigación se desarrolló en el departamento del Meta, situado en la región de los Llanos Orientales de Colombia. Esta entidad territorial, compuesta por 29 municipios, se caracteriza por su diversidad geográfica y los desafíos particulares que enfrenta en materia de salud mental. El estudio contó con la participación de profesionales de salud mental provenientes de cinco municipios estratégicos: Granada, Villavicencio (la capital departamental), Puerto Rico, Guamal y El Dorado, ofreciendo así una muestra representativa de la región.

De acuerdo con el Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH 2022), el Meta afronta retos significativos en la atención de salud mental, derivados de su complejo contexto sociopolítico. Factores como el conflicto armado prolongado, el desplazamiento forzado y los altos índices de violencia han configurado un panorama que demanda una atención psicosocial especializada y constante. Este escenario crea un entorno laboral particularmente exigente para los profesionales de la salud mental, quienes se ven en la obligación de gestionar no solo las necesidades apremiantes de sus pacientes, sino también sus propias experiencias emocionales y el impacto que este contexto genera en su ejercicio profesional.

Para comprender verdaderamente el impacto de los factores psicosociales en los profesionales de la salud, es fundamental primero entender qué significa realmente estar saludable. Oblitas (2004; como se cita en Mebarak, et al. 2009), presenta una visión integral y profundamente humana de la **salud**; es ese estado de armonía que se experimenta cuando el bienestar físico, psicológico y social están en equilibrio. Esta perspectiva trasciende la tradicional visión médica centrada solo en la ausencia de enfermedad, reconociendo que la

salud abarca también experiencias subjetivas y la forma en que los seres humanos se comportan e interactúan con el mundo. Esta visión se enriquece con el aporte de Dubos (1975; como se cita en Oblitas, 2004), quien describe la **salud** como la capacidad de adaptación y funcionamiento óptimo del ser humano dentro de su entorno. Es particularmente relevante entender que la salud no es un estado estático, sino un proceso dinámico que evoluciona constantemente, como un río que fluye y se adapta a los cambios del terreno. Esta naturaleza cambiante de la salud refleja la capacidad de resiliencia y adaptación de los individuos ante las diferentes circunstancias de la vida.

Asimismo, la OMS define la **salud mental** como “un estado de bienestar en el que el individuo realiza sus capacidades, supera el estrés normal de la vida, trabaja de forma productiva y fructífera, y aporta algo a su comunidad” (OMS: 2013, p.9).

El abordaje en el contexto de la salud mental y psicosocial según la OMS tiene como objetivo principal proteger y promover el equilibrio social y psicológico de los individuos, prevenir los trastornos mentales, y brindar el apoyo local o externo necesario según la problemática.

Es importante resaltar que los profesionales que trabajan con problemáticas sociales no están exentos de desarrollar afectaciones. Su objetividad, neutralidad o parcialidad pueden verse alteradas por las mismas problemáticas en las que han trabajado. Tenerlas en cuenta no elimina el riesgo de afectación, pero puede prevenir y reducir los factores determinantes de su trabajo y bienestar individual (Cantera y Cantera, 2014).

Además, la realidad de los profesionales de atención en salud mental manifiesta exacerbación de síntomas emocionales, aumentos considerables de ausentismo y, en el peor de los casos, desarrollo de trastornos mentales secundarios a su labor, lo que pone en evidencia la existencia de una problemática para la que no tienen las herramientas necesarias.

Como afirman Montañez et al. (2007), **psicosocial** se refiere a la interacción entre los aspectos psicológicos de un individuo y su entorno social. Este concepto reconoce que el

bienestar mental y emocional de una persona está intrínsecamente vinculado con su contexto social, cultural y ambiental.

Desde una perspectiva más amplia, lo psicosocial abarca los procesos internos psicológicos del individuo, incluyendo pensamientos, emociones y comportamientos, las relaciones interpersonales y dinámicas grupales en las que el individuo participa, el contexto sociocultural más amplio, que incluye normas culturales, sistemas de creencias y estructuras sociales, los factores ambientales y situacionales que influyen en el bienestar mental y el funcionamiento social.

En el ámbito de la salud mental, el **enfoque psicosocial** implica considerar no solo los síntomas o diagnósticos individuales, sino también cómo estos interactúan y son influenciados por el entorno social del individuo.

Cuando se piensa en quienes dedican su vida a cuidar la salud mental de otros, a menudo se olvida que ellos también necesitan ser cuidados. Los profesionales de la salud mental se encuentran en una posición única; día tras día abren su corazón y mente para acompañar a otros en sus momentos más vulnerables, lo que puede tener un profundo impacto en su propio bienestar.

Ello puede llegar a desencadenar agotamiento, conocido en el campo profesional como **burnout o síndrome de desgaste profesional**, se manifiesta como un profundo cansancio emocional, una sensación de desconexión con su trabajo y una disminución en la satisfacción de sus logros profesionales.

Como señala Ferrer (2002), este desgaste puede profundizarse hasta convertirse en lo que se denomina Fatiga por Compasión, una experiencia que va más allá del simple cansancio. Es como si el peso de las historias y el dolor que escuchan día tras día se acumulara en su ser, afectando no solo su energía vital, sino también su forma de ver el mundo y de relacionarse con otros. Este fenómeno toca todas las fibras de su existencia: desde su bienestar físico hasta su vida social y su paz mental.

El estrés laboral, por su parte, se presenta como un factor omnipresente en el campo de la salud mental, manifestándose a través de respuestas físicas y emocionales perjudiciales que ocurren cuando las exigencias del trabajo no igualan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador. Este estrés puede tener un impacto significativo en la satisfacción laboral, un constructo multidimensional que refleja la valoración que los individuos hacen de su trabajo y que influye directamente en su desempeño y bienestar. (Sánchez, 2010).

Frente a estos desafíos, el **autocuidado** emerge como una estrategia fundamental. Se refiere a las prácticas cotidianas y a las decisiones sobre ellas que realiza una persona, familia o grupo para cuidar de su salud. En el contexto de los profesionales de salud mental, el autocuidado implica el desarrollo de habilidades y estrategias para manejar el estrés, mantener un equilibrio emocional y prevenir el agotamiento. Trujillo et al. (2014).

La **atención psicosocial** se presenta como un enfoque integral que reconoce la interacción entre los aspectos psicológicos y sociales del bienestar humano. Este enfoque es particularmente relevante en contextos como el colombiano, donde factores como el conflicto armado y el desplazamiento forzado han generado necesidades complejas que requieren intervenciones multidimensionales. (Camacho & Díaz Rico 2016).

Para abordar estas necesidades, los **equipos multidisciplinarios** en salud mental juegan un papel crucial. Estos equipos, compuestos por profesionales de diversas disciplinas como psiquiatría, psicología, trabajo social y enfermería, entre otros, permiten un abordaje integral de la salud mental, considerando los múltiples factores que influyen en el bienestar psicosocial. Leal-Egaña, A. (2006).

Finalmente, es imprescindible considerar los **determinantes sociales de la salud mental**, que son las condiciones en las que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen. Álvarez et al. (2022). Estos determinantes influyen no solo en la salud mental de la población general, sino también en las condiciones laborales y el bienestar de los profesionales que brindan atención en salud mental.

Marco Empírico

La salud mental de los profesionales que brindan atención psicosocial es un tema de interés, particularmente acentuado a raíz de la pandemia del COVID-19. Esta crisis global ha puesto de manifiesto las exigencias extraordinarias que enfrentan los profesionales de la salud mental, quienes no solo debieron adaptarse rápidamente a nuevas modalidades de atención, sino que también se vieron expuestos a niveles elevados de estrés y carga emocional. Sin embargo, es una problemática latente dentro del personal que brinda atención en salud mental, por consiguiente, se darán a conocer investigaciones realizadas en torno al mismo.

García et al. (2020) realizaron un estudio con el personal de un hospital psiquiátrico infantil en México, en el que participaron 46 psicólogos. Los resultados indicaron que el malestar mental en los trabajadores de la salud se debía a tres principales factores: las altas demandas psicológicas que generan síntomas conductuales y cognitivos, lo que ocasiona estrés por el desgaste emocional; la baja calidad en el liderazgo, evidenciada por la falta de apoyo social de los superiores, lo que resulta en un elevado nivel de insatisfacción laboral debido a la percepción de escaso respaldo institucional; y, por último, el desequilibrio entre esfuerzo y recompensa, lo que provoca inseguridad y descontento en el trabajo. Los profesionales de la salud mental necesitan crecer tanto en lo profesional como en lo personal. Un sistema de gestión organizacional efectivo no solo asegura el cumplimiento de objetivos laborales, sino que también protege contra el desgaste de quienes dedican su vida al cuidado de otros. Cuando se logra este equilibrio, florece naturalmente un ambiente laboral positivo que se traduce en mayor productividad y, lo más importante, en una atención más cálida y efectiva para los pacientes.

La salud mental de los profesionales en formación del campo psicosocial también ha sido objeto de estudio, como lo demuestra la investigación de Trujillo et al. (2014), sobre la salud mental en estudiantes de psicología. Este estudio arroja luz sobre las implicaciones para

la formación en autocuidado de los futuros profesionales de la salud mental, un aspecto crucial para entender el panorama completo del bienestar psicológico en este campo.

Los hallazgos principales de esta investigación pueden resumirse de la siguiente manera:

Prevalencia de patologías: Se identificó que la carrera de psicología presenta un 11% de patologías mentales entre sus estudiantes.

Motivos de consulta frecuentes: Los síntomas más comunes observados fueron:

- Ansiedad
- Depresión
- Descontrol de impulsos

Comorbilidad: Se evidenció una coexistencia significativa entre trastornos ansiosos y del ánimo con rasgos o trastornos de la personalidad no tratados, lo cual agrava el pronóstico de los estudiantes afectados.

Implicaciones para la formación: El estudio subraya la importancia de una revisión constante y coherente de la salud mental de los estudiantes de psicología, considerando que su futura práctica profesional estará orientada a trabajar con las problemáticas y malestares que afligen a la humanidad.

Calidad de vida: Se expresa una preocupación por la calidad de vida de los estudiantes de psicología, enfatizando la necesidad de que sus estilos de vida sean congruentes con la disciplina que ejercerán.

Esta investigación resalta la importancia del autocuidado y la atención a la salud mental desde la etapa de formación de los profesionales psicosociales.

Según Nazarov, et al. (2024). De acuerdo con la investigación denominada: *los efectos de la tensión moral en el personal sanitario: frecuencia, vinculaciones e influencia en la deserción laboral*, destaca que, el personal del sector salud frecuentemente afronta circunstancias que representan dilemas morales en su entorno laboral, situaciones que pueden

afectar su permanencia en el puesto y su estado general de bienestar. Los principales detonantes de estrés moral identificados fueron: Demandas de atención que superaban las capacidades percibidas como seguras por el personal, carencia de recursos necesarios y la percepción de que las autoridades administrativas no atendían adecuadamente las problemáticas que comprometían la calidad de atención. Un dato significativo reveló que el 44% (517 participantes) que contemplaron renunciar mostraron niveles más elevados de angustia y daño moral.

Con base en la investigación de Cabarkapa et al. (2020), se halló que, en el marco de la pandemia por COVID-19, los profesionales sanitarios que trabajaron en primera línea constituyeron uno de los grupos con mayor vulnerabilidad frente a problemas de salud mental. Existe una comprensión limitada sobre los diversos riesgos que enfrentan estos profesionales, y la literatura científica muestra vacíos significativos respecto a estrategias preventivas y medidas para proteger su bienestar psicológico. Durante esta investigación se realizó una revisión sistemática siguiendo el protocolo PRISMA, explorando el impacto psicológico en trabajadores sanitarios durante crisis epidémicas o pandémicas. Los principales hallazgos son:

Impacto psicológico variable con mayor riesgo de:

- Traumas
- Trastornos relacionados con estrés
- Depresión
- Ansiedad

Factores de riesgo identificados:

- El temor al contagio y a lo desconocido fue un desafío primordial
- Mayor vulnerabilidad en personal de enfermería y mujeres
- El estigma social y familiar incrementó el estrés y aislamiento

Las estrategias de afrontamiento mostraron variaciones según:

- Contextos socioculturales
- Roles profesionales (médicos, enfermeras, otros)

Conforme Patiño et al. (2022), En un importante estudio realizado en Barranquilla con 42 residentes de diferentes especialidades médicas arrojó luz sobre dos aspectos fundamentales que afectan el bienestar de estos profesionales: el control sobre su trabajo y las recompensas recibidas.

Los hallazgos más significativos revelaron una problemática preocupante, existe un notable desequilibrio entre la intensa carga laboral que enfrentan los residentes y el escaso reconocimiento que reciben por su esfuerzo. Esta situación se agrava por la deficiente gestión del tiempo y problemas organizacionales en las instituciones donde se forman. Como consecuencia, los residentes desarrollan un débil vínculo emocional y profesional con sus centros de formación, lo que se refleja en una baja sensación de realización personal.

Un aspecto particularmente alarmante es cómo la limitada participación en la toma de decisiones y el reducido control sobre sus funciones impactan negativamente en el bienestar de los residentes. La investigación sugiere que cuando los médicos en formación no tienen suficientes oportunidades para demostrar su dominio en las responsabilidades asignadas, su percepción de bienestar se ve significativamente afectada.

Empleando las palabras de Díaz (2011) en su artículo *Estrés laboral y factores de riesgo psicosocial*; el entorno laboral moderno ha experimentado transformaciones significativas que han incrementado la exposición de los trabajadores a diversos factores de riesgo psicosocial. Estos cambios, que incluyen nuevas formas de contratación, intensificación del trabajo y desequilibrio entre vida laboral y personal, han convertido al estrés laboral en uno de los principales desafíos para la salud ocupacional contemporánea.

Los factores de riesgo psicosocial en el trabajo se manifiestan a través de diversos mecanismos que afectan tanto la salud mental como física de los trabajadores. Estos pueden incluir excesiva carga laboral, falta de autonomía, conflictos interpersonales, y ausencia de

reconocimiento profesional. La exposición prolongada a estos factores puede desencadenar una variedad de respuestas en los trabajadores, desde alteraciones del estado de ánimo hasta trastornos físicos más severos.

Un aspecto crucial que destaca el artículo es la naturaleza individual de la respuesta al estrés: lo que para algunos trabajadores puede representar un desafío estimulante, para otros puede constituir una fuente significativa de angustia y malestar.

Marco Legal

El marco legal que regula la atención en salud mental en Colombia se caracteriza por su desarrollo relativamente reciente y, en cierta medida, limitado. A pesar de los avances en el reconocimiento de la salud mental como un derecho fundamental, existe una notable escasez de legislación específica que aborde de manera integral las necesidades y desafíos en este campo. Particularmente preocupante es la ausencia de leyes que protejan

explícitamente la salud mental de los profesionales que brindan atención en este ámbito. Esta laguna legal deja a estos trabajadores en una posición vulnerable, expuestos a los riesgos psicosociales inherentes a su labor sin un respaldo normativo adecuado.

No obstante, existen algunos instrumentos legales que sientan las bases para la atención en salud mental en el país. La piedra angular de este marco es la Ley 1616 de 2013, conocida como la "Ley de Salud Mental". Esta legislación marca un hito al reconocer por primera vez la atención en salud mental como un derecho fundamental. Su objetivo principal es garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental para toda la población colombiana, con un énfasis especial en niños, niñas y adolescentes. La ley establece directrices para la promoción de la salud mental, la prevención de trastornos mentales y la atención integral e integrada dentro del Sistema General de Seguridad Social en Salud.

Complementando este marco, la Ley 1090 de 2006 aborda aspectos específicos relacionados con los profesionales de la salud mental, particularmente en su Título V. Este apartado detalla los deberes y derechos de estos profesionales, incluyendo una

disposición crucial que establece el deber del empleador de proporcionar protección especial para garantizar la integridad física y mental de estos trabajadores en el ejercicio de sus actividades profesionales. Esta disposición, aunque importante, carece de la especificidad y amplitud necesarias para abordar de manera comprehensiva los desafíos que enfrentan estos profesionales.

En un esfuerzo por fortalecer el enfoque de salud mental a nivel nacional, se implementó la Política Nacional de Salud Mental en 2018. Esta política tiene como objetivo principal promover la rehabilitación integral y la inclusión de personas con problemas y trastornos mentales, así como de sus familias y cuidadores, en diversos ámbitos de la vida social, incluyendo el familiar, laboral, educativo, religioso, político y cultural.

A pesar de estos avances legislativos y políticos, es evidente que aún existe un vacío significativo en cuanto a la protección y promoción específica de la salud mental de los profesionales que trabajan en este campo. La ausencia de normativas detalladas que aborden los riesgos psicosociales, el burnout, y otros desafíos propios de esta profesión subraya la necesidad de desarrollar un marco legal más robusto y específico. Este vacío no solo pone en riesgo el bienestar de estos profesionales, sino que también puede impactar negativamente en la calidad de la atención que brindan a la población.

Metodología

Pregunta de investigación

¿Cuáles son los principales impactos psicosociales en trabajadores que brindan atención en salud mental en una muestra de profesionales del departamento del Meta?

Definición de variables

1.1 Variable independiente

V.I: Atención en salud mental: Se refiere a los servicios proporcionados para prevenir, diagnosticar y tratar problemas de salud mental y/o emocional; bajo el objetivo de mejorar el bienestar psicológico de los individuos.

3.2 Variable dependiente

V.D: Demandas del personal psicosocial: Se refiere a las necesidades, requerimientos y desafíos específicos que enfrentan los profesionales que trabajan en el ámbito de la salud mental y el apoyo psicosocial.

Diseño

La presente investigación se fundamenta en un diseño mixto anidado, siguiendo la conceptualización como lo señala Barreto (2023, como se cita en Creswell y Creswell, 2018). Este enfoque metodológico permite una integración sinérgica de datos cuantitativos y cualitativos, donde un método se anida o incorpora dentro del marco más amplio del otro. En nuestro estudio, los datos cuantitativos

obtenidos a través de escalas Likert proporcionaron una base estructurada para identificar y medir las problemáticas psicosociales que enfrenta el personal de salud mental. Simultáneamente, se anidó un componente cualitativo que permitió una exploración más profunda de las experiencias, percepciones y propuestas de los participantes. Esta combinación metodológica, como señalan Creswell y Plano Clark, no solo enriquece la comprensión del fenómeno estudiado, sino que también permite abordar diferentes niveles de análisis, ofreciendo una visión más completa y matizada del impacto psicosocial en los profesionales de salud mental y las estrategias potenciales para su mitigación.

Participantes

El presente estudio se centró en profesionales que brindan atención en salud mental dentro del departamento del Meta. La población objetivo incluyó específicamente a

Psicólogos, Trabajadores Sociales y Psiquiatras que ejercen en el sector salud de la región.

La inclusión de profesionales de diferentes disciplinas (Psicología, Trabajo Social y Psiquiatría) enriqueció el estudio, proporcionando perspectivas variadas sobre los desafíos y

experiencias en la atención en salud mental. Además, el amplio rango de edades de los participantes permitió capturar las vivencias de profesionales en distintas etapas de su carrera, desde aquellos en sus primeros años de ejercicio hasta los más experimentados.

Muestra

En este estudio, la población objetivo estuvo conformada por profesionales psicosociales que prestan servicios de atención en salud mental en el departamento del Meta. Se empleó un tipo de muestreo por conveniencia no probabilístico, lo cual permitió seleccionar a los participantes basándose en su accesibilidad y disposición para participar en la investigación.

La muestra final consistió en 39 participantes ($n = 39$), distribuidos de la siguiente manera:

Tabla 1.

Datos sociodemográficos.

Datos Personales	Datos	M (Media)	DT (Desviación típica o estándar)
Edad		36.18	8.742
Años de servicio		3.72	5.424
Género	Femenino:32 Masculino:7		
Profesión	Psicología:35 Trabajo Social:3 Psiquiatría: 1		

Nota: Esta tabla contiene los datos sociodemográficos de la población objeto de estudio, que tuvo en cuenta la edad, años de servicio, género y profesión. Datos tomados de la aplicación del instrumento (2024)

Esta composición de la muestra permitió obtener una visión diversa de las experiencias y necesidades en torno a la salud mental de los profesionales en el departamento del Meta. Aunque se observa una predominancia significativa de mujeres en la muestra, esto refleja en cierta medida la distribución de género común en estas profesiones en el contexto colombiano.

Esta diversidad en la muestra, aunque con ciertas limitaciones en cuanto a la representación de género y distribución por profesión, ofreció una base sólida para explorar las problemáticas que enfrenta el personal psicosocial en su labor de atención en salud mental en el departamento del Meta.

Instrumentos

Cuestionario de salud mental para personal de salud: El instrumento utilizado en esta investigación es una escala de medición, la cual hizo parte de un proceso de validación por expertos o jueces, quienes ratificaron su pertinencia; éste tiene como objetivo principal evaluar las problemáticas psicosociales, necesidades y propuestas de mejora relacionadas con la atención en salud mental del personal que brinda servicios psicosociales.

Este cuestionario mide específicamente las siguientes dimensiones:

- Problemáticas psicosociales enfrentadas en el ámbito laboral (sobrecarga, estrés, desgaste emocional, falta de recursos y apoyo institucional).
- Principales problemáticas identificadas en la atención en salud mental recibida.
- Tipo de apoyo o ayuda deseada por parte de la institución empleadora.
- Propuestas para mitigar las problemáticas en la atención en salud mental.

El cuestionario consta de un total de 20 ítems o afirmaciones, distribuidos en 4 bloques temáticos correspondientes a las dimensiones mencionadas. Cada bloque contiene 5 afirmaciones.

Las respuestas se registran mediante una escala de Likert de 5 puntos, donde 1 significa "totalmente en desacuerdo", 2 "en desacuerdo", 3 "ni de acuerdo ni en desacuerdo", 4 "de acuerdo" y 5 "totalmente de acuerdo".

Es importante mencionar que el cuestionario está precedido por un párrafo introductorio que explica el propósito del estudio, destaca la importancia de la participación, brinda instrucciones generales y garantiza la confidencialidad y uso ético de la información recopilada.

Además de la escala Likert, el instrumento incorporó un componente cualitativo mediante una pregunta abierta al final del cuestionario. Este espacio permitió a los profesionales de salud mental expresar libremente sus experiencias, preocupaciones y observaciones que no podían ser capturadas adecuadamente a través de las opciones predeterminadas de la escala. La pregunta se formuló de manera abierta: "¿Desea compartir alguna observación adicional sobre su experiencia profesional en relación con los temas abordados?". Las respuestas fueron registradas textualmente y posteriormente analizadas mediante un proceso de categorización temática, identificando patrones y elementos significativos que complementaron y enriquecieron los datos cuantitativos obtenidos a través de la escala Likert. Este enfoque mixto permitió obtener una comprensión más profunda y matizada del fenómeno estudiado, al combinar la precisión de las mediciones cuantitativas con la riqueza descriptiva de las experiencias personales compartidas por los participantes.

Resultados

En esta sección se presentan los hallazgos obtenidos a partir del análisis de los datos recolectados en la investigación sobre el impacto psicosocial en los profesionales que brindan atención en Salud Mental en el departamento del Meta. Los resultados se estructuran en cuatro bloques principales que abordan: las problemáticas psicosociales identificadas, los impactos percibidos en la salud mental de los profesionales, las expectativas de mejora institucional, y las propuestas de intervención sugeridas por los participantes. Se utilizó una escala Likert de 5 puntos para medir el grado de acuerdo de los 39 participantes con diversas afirmaciones relacionadas con su experiencia laboral. A continuación, se detallan los resultados mediante estadísticos descriptivos para cada bloque, incluyendo medias, desviaciones estándar y varianzas, seguidos de un análisis interpretativo que destaca las tendencias más significativas y las relaciones entre las diferentes variables estudiadas. Estos resultados proporcionan una visión integral de la situación actual y las necesidades de los profesionales de salud mental en el contexto laboral del departamento del Meta.

Los resultados del estudio muestran patrones significativos en las principales problemáticas enfrentadas por el personal psicosocial en relación con su atención en salud mental. Los 39 profesionales encuestados indicaron que el estrés laboral es una de las principales dificultades ($M=4.00$, $DE=0.889$), seguido de cerca por el agotamiento emocional, resultado de una carga laboral intensa y el contacto con situaciones traumáticas ($M=3.97$, $DE=0.986$). Asimismo, los participantes expresaron una clara necesidad de apoyo institucional ($M=3.95$, $DE=1.123$), señalando una falta de respaldo en el manejo del estrés y la presión laboral ($M=3.77$, $DE=1.180$). Aunque la carencia de insumos para la atención se percibe menos crítica en comparación ($M=3.36$, $DE=1.158$), los resultados reflejan que las dificultades se centran principalmente en la salud mental y el bienestar emocional del personal, destacando la importancia de estrategias de apoyo psicosocial en el sector.

Tabla 2

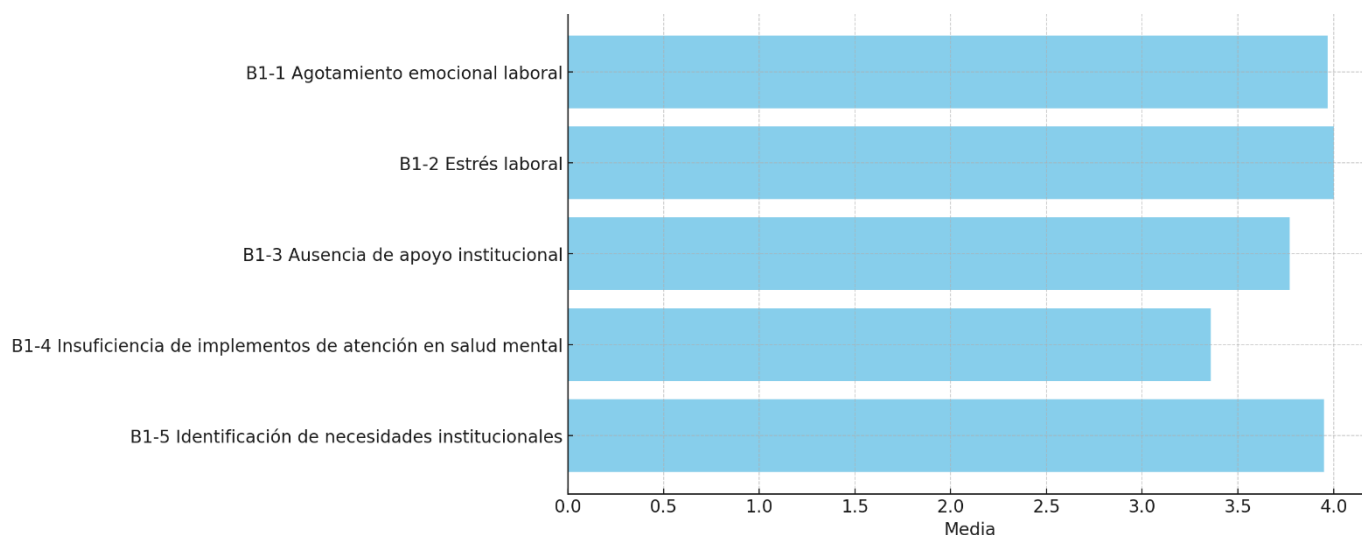
Problemáticas identificadas

	N	Media	DE	Varianza
B1-1 Agotamiento emocional laboral	39	3.97	0.986	0.973
B1-2 Estrés laboral	39	4.00	0.889	0.789
B1-3 Ausencia de apoyo institucional	39	3.77	1.180	1.393
B1-4 Insuficiencia de implementos de atención en salud mental	39	3.36	1.158	1.341
B1-5 Identificación de necesidades institucionales	39	3.95	1.123	1.260

Nota: Esta tabla muestra las principales problemáticas identificadas por profesionales que brindan atención en salud mental (2024).

Figura 1

Medias de las problemáticas identificadas.



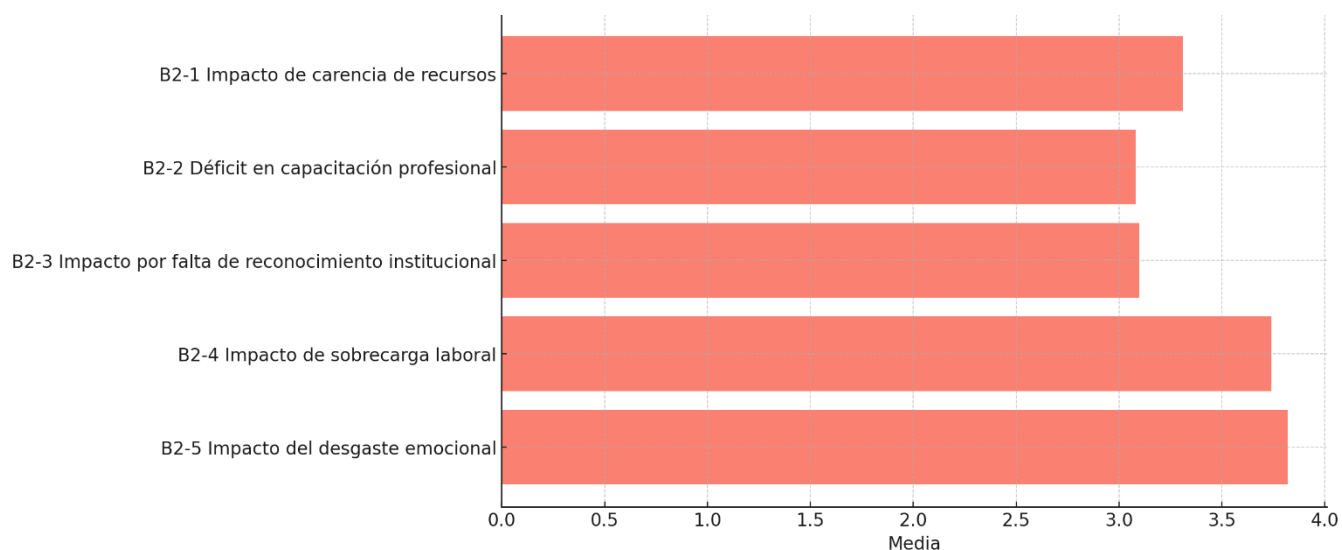
Nota: Esta figura muestra las medias de las principales problemáticas identificadas por profesionales que brindan atención en salud mental.

Los resultados del estudio indican aspectos clave sobre el impacto de factores institucionales en la salud mental del personal psicosocial. La problemática de mayor relevancia identificada es el desgaste emocional ($M=3.82$, $DE=1.17$), seguido por la sobrecarga laboral ($M=3.74$, $DE=1.29$), lo que destaca la necesidad de intervención en estos ámbitos. La falta de recursos tiene un impacto moderado ($M=3.31$, $DE=1.00$), mientras que el reconocimiento institucional ($M=3.10$, $DE=1.27$) y la capacitación profesional ($M=3.08$, $DE=1.38$) se encuentran en un nivel más bajo, aunque aún relevante. Las desviaciones estándar elevadas, especialmente en la capacitación profesional ($DE=1.38$), sugieren una amplia variabilidad en las percepciones del personal, lo que indica que las necesidades de apoyo institucional pueden variar considerablemente entre los profesionales.

Tabla 3*Reconocimiento de impactos psicosociales*

	N	Media	DE	Varianza
B2-1 Impacto de carencia de recursos	39	3.31	1.00	1.01
B2-2 Déficit en capacitación profesional	39	3.08	1.38	1.91
B2-3 Impacto por falta de reconocimiento institucional	39	3.10	1.27	1.62
B2-4 Impacto de sobrecarga laboral	39	3.74	1.29	1.67
B2-5 Impacto del desgaste emocional	39	3.82	1.17	1.36

Nota: Esta tabla muestra las medias de los principales impactos que identifican los profesionales que brindan atención en salud mental (2024).

Figura 2*Medias de impactos percibidos por profesionales en salud mental*

Los resultados del análisis sobre el tipo de apoyo deseado por el personal psicosocial muestran preferencias claras y compartidas. Las dos propuestas más valoradas son la capacitación profesional y la implementación de programas de bienestar, ambas con una media de 4.26 (DE=0.938), lo que refleja un alto consenso sobre su importancia. En un nivel de prioridad secundario, el personal también expresa la necesidad de

reconocimiento institucional ($M=3.95$, $DE=1.025$), además de una mejor gestión de recursos y un mayor equilibrio laboral, ambos con una media de 3.90 pero con variabilidad distinta ($DE=0.968$ y $DE=1.119$, respectivamente).

Todas las propuestas obtuvieron puntuaciones superiores a 3.90, evidenciando una fuerte demanda de mejoras en las áreas evaluadas. Las desviaciones estándar, cercanas a 1.0 en su mayoría, indican un acuerdo considerable entre los participantes, lo que refuerza la validez de estas demandas como intervenciones relevantes para abordar las problemáticas de salud mental en el entorno laboral.

Tabla 4

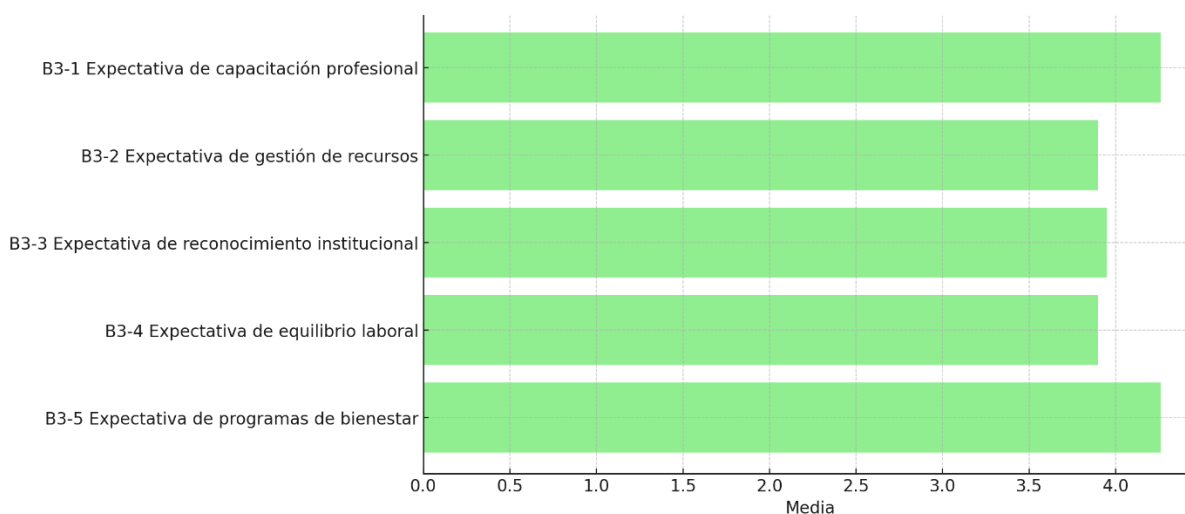
Expectativas de mejora

	N	Media	DE	Varianza
B3-1 Expectativa de capacitación profesional	39	4.26	0.938	0.880
B3-2 Expectativa de gestión de recursos	39	3.90	0.968	0.937
B3-3 Expectativa de reconocimiento institucional	39	3.95	1.025	1.050
B3-4 Expectativa de equilibrio laboral	39	3.90	1.119	1.252
B3-5 Expectativa de programas de bienestar	39	4.26	0.938	0.880

Nota: Esta tabla muestra el tipo de ayuda que desea recibir el personal profesional por parte de la institución para la cual laboran (2024).

Figura 3

Medias de expectativas de mejora del personal psicosocial.



Nota: Esta figura muestra las medias sobre el tipo de ayuda que desean recibir los profesionales en salud mental por parte de la institución para la cual laboran (2024).

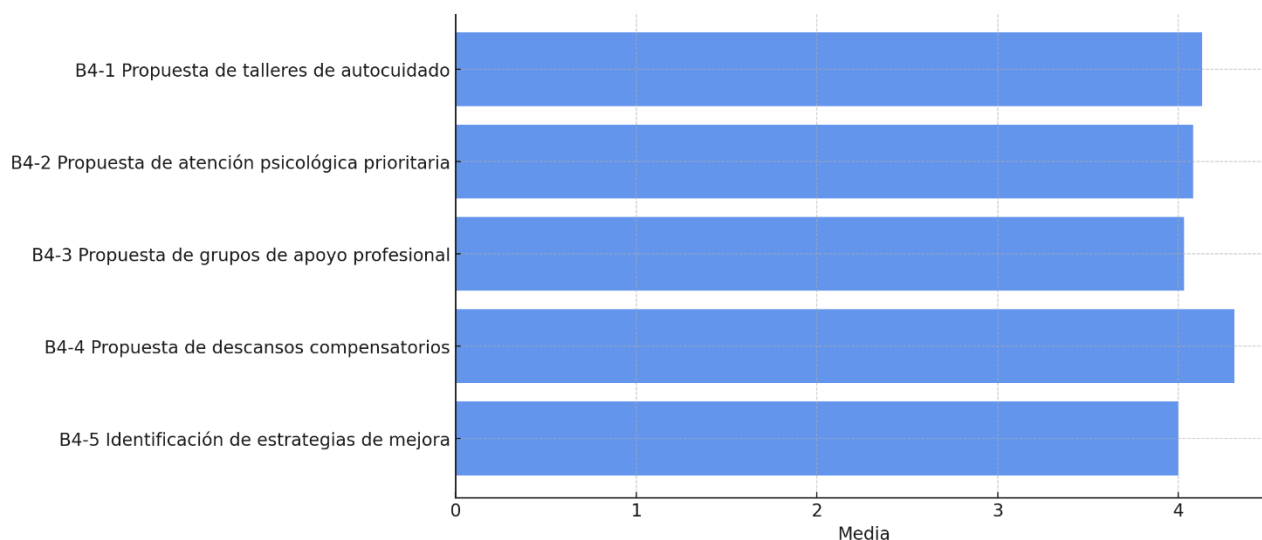
El análisis de las propuestas del personal psicosocial para mitigar problemas en su atención en salud mental revela preferencias claras. La iniciativa más respaldada es la de descansos compensatorios ($M=4.31$, $DE=0.832$), reflejando una necesidad destacada de tiempo de recuperación. En segundo lugar, los talleres de autocuidado ($M=4.13$, $DE=0.894$) indican una fuerte demanda de herramientas prácticas para manejar el estrés y prevenir el agotamiento emocional. La atención psicológica prioritaria ($M=4.08$, $DE=0.900$) y los grupos de apoyo profesional ($M=4.03$, $DE=0.843$) también son vistos como intervenciones clave. Finalmente, las estrategias generales de mejora muestran un acuerdo notable ($M=4.00$, $DE=1.051$), aunque con mayor variabilidad, lo que resalta la importancia de estas medidas para el bienestar del personal.

Tabla 5

Propuestas de intervención

	N	Media	DE	Varianza
B4-1 Propuesta de talleres de autocuidado	39	4.13	0.894	0.799
B4-2 Propuesta de atención psicológica prioritaria	39	4.08	0.900	0.810
B4-3 Propuesta de grupos de apoyo profesional	39	4.03	0.843	0.710
B4-4 Propuesta de descansos compensatorios	39	4.31	0.832	0.692
B4-5 Identificación de estrategias de mejora	39	4.00	1.051	1.105

Nota: Esta tabla muestra las propuestas que podrían ayudar a mitigar los impactos psicosociales que enfrentan los profesionales que brindan atención en salud mental (2024).

Figura 4*Medias de propuestas de mitigación.*

Nota: Esta gráfica muestra las medias sobre las propuestas que podrían ayudar a mitigar los impactos psicosociales que enfrentan los profesionales que brindan atención en salud mental (2024).

El estudio, con una muestra constante de 39 participantes, abarca cuatro bloques principales de variables: problemáticas identificadas (B1), impactos percibidos (B2), expectativas de mejora (B3) y propuestas de intervención (B4). Utilizando una escala Likert de 5 puntos, los resultados revelan patrones significativos en la experiencia laboral de los profesionales de salud mental.

En el Bloque 1, el estrés laboral emerge como la problemática más prominente ($M=4.00$, $DE=0.889$), seguido muy de cerca por el agotamiento emocional ($M=3.97$, $DE=0.986$). La identificación de necesidades institucionales también muestra una alta prevalencia ($M=3.95$, $DE=1.123$), lo que sugiere una conciencia aguda de las áreas de mejora dentro de las instituciones.

El Bloque 2 profundiza en los impactos percibidos, donde el desgaste emocional ($M=3.82$, $DE=1.167$) y la sobrecarga laboral ($M=3.74$, $DE=1.292$) destacan como los efectos más significativos. Es notable que el déficit en capacitación profesional, aunque presenta la

media más baja en este bloque ($M=3.08$, $DE=1.384$), muestra la mayor variabilidad en las respuestas ($\text{varianza}=1.915$), indicando diversidad de experiencias en este aspecto.

Las expectativas de mejora (Bloque 3) revelan un fuerte deseo de capacitación profesional y programas de bienestar (ambas con $M=4.26$, $DE=0.938$), lo que se alinea directamente con las problemáticas identificadas. Las expectativas de reconocimiento institucional, gestión de recursos y equilibrio laboral también muestran medias altas, todas por encima de 3.90.

En cuanto a las propuestas de intervención (Bloque 4), todas reciben un alto nivel de acuerdo, con medias superiores a 4.00. La propuesta de descansos compensatorios obtiene la puntuación más alta ($M=4.31$, $DE=0.832$), seguida por los talleres de autocuidado ($M=4.13$, $DE=0.894$), lo que refleja una clara preferencia por estrategias que aborden directamente el estrés y el agotamiento.

Es destacable la coherencia entre los problemas identificados, los impactos percibidos y las soluciones propuestas. Por ejemplo, el alto nivel de estrés laboral y agotamiento emocional se refleja en la fuerte demanda de programas de bienestar y descansos compensatorios.

La consistencia en el tamaño de la muestra ($N=39$) a través de todas las variables sugiere una participación completa y comprometida de los encuestados, lo que fortalece la validez de los resultados.

En general, estos hallazgos indican una necesidad de intervenciones institucionales que aborden el estrés laboral, promuevan el bienestar emocional, mejoren las condiciones de trabajo y proporcionen oportunidades de desarrollo profesional en el campo de la salud mental. La alta concordancia en las propuestas sugiere un camino claro para las instituciones en la implementación de estrategias de mejora del bienestar laboral y la calidad de atención en salud mental.

Tabla 6*Análisis general*

	N	Media	DE	Varianza
B1-1 Agotamiento emocional	39	3.97	0.986	0.973
B1-2 Estrés laboral	39	4.00	0.889	0.789
B1-3 Ausencia de apoyo institucional	39	3.77	1.180	1.393
B1-4 Insuficiencia de implementos de atención en salud mental	39	3.36	1.158	1.341
B1-5 Identificación de necesidades institucionales	39	3.95	1.123	1.260
B2-1 Impacto de carencia de recursos	39	3.31	1.004	1.008
B2-2 Déficit en capacitación profesional	39	3.08	1.384	1.915
B2-3 Impacto por falta de reconocimiento institucional	39	3.10	1.273	1.621
B2-4 Impacto de sobrecarga laboral	39	3.74	1.292	1.669
B2-5 Impacto del desgaste emocional	39	3.82	1.167	1.362
B3-1 Expectativa de capacitación profesional	39	4.26	0.938	0.880
B3-2 Expectativa de gestión de recursos	39	3.90	0.968	0.937
B3-3 Expectativa de reconocimiento institucional	39	3.95	1.025	1.050
B3-4 Expectativa de equilibrio laboral	39	3.90	1.119	1.252
B3-5 Expectativa de programas de bienestar	39	4.26	0.938	0.880
B4-1 Propuesta de talleres de autocuidado	39	4.13	0.894	0.799
B4-2 Propuesta de atención psicológica prioritaria	39	4.08	0.900	0.810
B4-3 Propuesta de grupos de apoyo profesional	39	4.03	0.843	0.710
B4-4 Propuesta de descansos compensatorios	39	4.31	0.832	0.692
B4-5 Identificación de estrategias de mejora	39	4.00	1.051	1.105

Nota: Esta tabla de manera general responde a cada objetivo específico planteado durante la investigación (2024)

Los comentarios cualitativos refuerzan y profundizan los resultados cuantitativos, proporcionando un contexto más rico a las problemáticas identificadas y las propuestas de mejora. Varios temas recurrentes emergen de estas observaciones:

Tabla 7*Categorización de datos cualitativos*

Categoría	Descripción Cualitativa	Correspondencia en datos Cuantitativos
Carga laboral y jornadas extensas	Múltiples participantes consideran que la carga laboral y las largas jornadas afectan su salud mental y calidad de vida.	Alta puntuación en impacto de sobrecarga laboral.
Reconocimiento y apoyo institucional	Se señala una falta de reconocimiento y una necesidad de liderazgo efectivo dentro de la institución.	Alta expectativa de reconocimiento institucional.
Equilibrio trabajo-vida personal	Comentarios resaltan la importancia de lograr un equilibrio adecuado entre trabajo y vida personal.	Alta puntuación en expectativa de equilibrio laboral.
Estrategias de autocuidado y bienestar	Propuestas de autocuidado incluyen ejercicios de relajación, actividades deportivas, tiempo con la familia y socialización.	Alta puntuación en propuesta de talleres de autocuidado y programas de bienestar.
Capacitación y desarrollo profesional	Se menciona la necesidad de mayor capacitación y herramientas pedagógicas para el desarrollo profesional.	Alta expectativa de capacitación profesional.
Condiciones laborales	Se mencionan la importancia de una remuneración adecuada y mejores condiciones de vinculación.	Expectativa de gestión de recursos.
Impacto emocional del trabajo	Se destaca el desgaste emocional relacionado con el trabajo en salud mental.	Alto puntaje en impacto del desgaste emocional.
Propuestas institucionales	Ideas sugeridas incluyen la colaboración con universidades y la implementación de acciones efectivas por parte de la empresa.	Alta puntuación en propuestas de intervención.

Nota: Esta tabla refleja los hallazgos frente a la recopilación de los datos cualitativos recolectados a través del instrumento (2024).

Esta tabla resume las principales áreas de preocupación y sus vínculos con los resultados cuantitativos, proporcionando una visión clara de las necesidades y expectativas del personal psicosocial.

Es notable que mientras la mayoría de los comentarios refuerzan las problemáticas identificadas, algunos mencionan aspectos positivos de sus instituciones, lo que podría explicar parte de la variabilidad en las respuestas cuantitativas.

Por consiguiente, es fundamental mencionar de manera textual algunas de las observaciones brindadas por dichos profesionales:

“Además de la sobrecarga laboral, se requieren líderes efectivos dentro de las entidades, ya que la falta de organización, gestión y apoyo también repercute en la salud mental de los profesionales”.

“A veces por la carga laboral y la situación de las labores creo que se puede manejar el estrés con otro tipo de actividades como deporte, tiempo en familia y actividades sociales con la familia ejemplo cine”.

“El agotamiento emocional es, efectivamente, una problemática muy común en entornos laborales demandantes, especialmente en profesiones que involucran contacto directo con situaciones traumáticas, como la medicina, la psicología o el trabajo social. Este tipo de agotamiento puede llevar a una disminución en la calidad del trabajo, problemas de salud mental y física, e incluso a la deserción laboral. Es crucial implementar estrategias de autocuidado, establecer límites claros, y fomentar un ambiente de apoyo entre colegas. También puede ser útil recibir formación en manejo del estrés y técnicas de resiliencia, abordar esta problemática no solo beneficia a los profesionales, sino que también contribuye a un entorno laboral más saludable y productivo en general”.

“La carga laboral, es un factor detonante donde todas las dimensiones del ser se ven afectadas. Causando un gran deterioro en las dinámicas familiares y sociales. El permitir

jornadas extensas por sostener una remuneración económica ha llegado al límite de minimizar algo tan valioso como la familia y la salud mental”.

“Muchas veces las cargas laborales, las jornadas extensas y el poco reconocimiento por el arduo trabajo son factores protagonistas en el deterioro de la salud mental, la desmotivación de las personas en los ámbitos laborales, sumando también una mala

remuneración por el trabajo realizado, los entornos poco adecuados para el desarrollo de las actividades, falta de herramientas de trabajo, la poca capacitación o profundización en diferentes aspectos, generan que las personas comentan errores o retrocesos durante la práctica laboral sumando cargas adicionales. La salud mental requiere un equilibrio de muchos aspectos de nuestras vidas, salud, familia, tiempo de calidad, remuneración adecuada, reconocimiento, y oportunidad para crecer como profesional”.

“Las empresas públicas y privadas deben implementar acciones efectivas que ayuden y contribuyan con la salud mental y física de sus colaboradores o talento humano, ya que cada día se maneja una mayor carga laboral o jornadas laborales largas que contribuyen y afectan la salud mental”. “La modalidad de vinculación para el personal de salud debería tener mayores garantías”.

“Una propuesta sería establecer conversatorios con los equipos que trabajan en salud mental, que permitan intercambio de experiencias.”

Estos datos cualitativos no solo validan los resultados cuantitativos, sino que también proporcionan un contexto más profundo y matizado de las experiencias de los profesionales de salud mental. Ofrecen perspectivas valiosas sobre las complejidades de sus entornos laborales y subrayan la importancia de abordar estos desafíos de manera integral y personalizada.

Discusión

Los resultados obtenidos en esta investigación sobre el impacto psicosocial en los profesionales que brindan atención en Salud Mental en el departamento del Meta revelan una

compleja interacción entre diversos factores que afectan el bienestar de estos trabajadores. A continuación, se discuten los hallazgos más significativos.

Los datos cuantitativos y cualitativos de este estudio señalan el estrés laboral y el agotamiento emocional como las problemáticas más prominentes entre los profesionales de salud mental. Este hallazgo se alinea con la definición de burnout propuesta por Ferrer (2002), caracterizada por agotamiento emocional, despersonalización y

reducida realización personal. La alta puntuación en "impacto del desgaste emocional" ($M=3.82$) y los comentarios cualitativos que mencionan el desgaste debido a la naturaleza del trabajo respaldan la teoría de la Fatiga por Compasión, descrita como un estado de agotamiento biológico, psicológico y social resultante de la exposición prolongada al estrés traumático secundario.

Los hallazgos revelan una realidad que resuena profundamente con la visión integral de salud que Oblitas (2004), recordando que el bienestar va mucho más allá de lo que se puede medir en un consultorio médico, dado que este toca las fibras más íntimas de la experiencia humana y la forma en que los individuos se relacionan con el mundo. Este entendimiento cobra especial relevancia cuando se observan preocupantes niveles de estrés y agotamiento en los profesionales de salud mental, quienes, paradójicamente mientras cuidan de otros, ven comprometida su propia capacidad para funcionar óptimamente en su entorno, tal como Dubos (1975) lo anticipó en sus estudios.

La investigación revela una significativa necesidad de apoyo y reconocimiento institucional, evidenciada por la alta puntuación en "expectativa de reconocimiento institucional" y los comentarios cualitativos que mencionan la falta de reconocimiento y la necesidad de liderazgo efectivo. Esto se relaciona directamente con la definición de salud mental de la OMS (2001), que enfatiza la capacidad de desenvolverse laboralmente de manera productiva. La falta de apoyo institucional percibida podría estar obstaculizando la capacidad de los profesionales para "aportar al desarrollo de su comunidad", como lo indica la OMS.

Los resultados muestran una fuerte demanda de equilibrio entre la vida laboral y personal, así como de estrategias de autocuidado. Esto se alinea con el concepto de autocuidado descrito por Trujillo et al. (2014) como prácticas cotidianas para cuidar de la salud. La alta puntuación en "propuesta de talleres de autocuidado" y "expectativa de programas de bienestar" refleja la conciencia de los profesionales sobre la importancia de desarrollar habilidades para manejar el estrés y mantener un equilibrio emocional.

La "expectativa de capacitación profesional" destacada en los resultados se relaciona con la perspectiva de Cantera y Cantera (2014), quienes sugieren que tener en cuenta las problemáticas no elimina el riesgo de afectación, pero puede prevenir y reducir los factores determinantes del trabajo y bienestar individual. La demanda de mayor capacitación indica una búsqueda de herramientas para enfrentar los desafíos inherentes a su labor.

Los comentarios sobre remuneración adecuada y mejores modalidades de vinculación reflejan la importancia de los determinantes sociales de la salud mental

mencionados por Álvarez et al. (2022). Estos factores, que incluyen las condiciones en las que las personas trabajan, influyen significativamente en el bienestar de los profesionales de salud mental.

Los resultados de este estudio resaltan la necesidad de un enfoque integral en la atención psicosocial, como lo proponen Camacho & Díaz Rico (2016). La complejidad de las problemáticas identificadas subraya la importancia de intervenciones multidimensionales que aborden tanto los aspectos individuales como los contextuales del bienestar de los profesionales.

En síntesis, esta investigación revela que los profesionales de salud mental en el departamento del Meta enfrentan desafíos significativos que afectan su bienestar psicosocial. Los resultados subrayan la necesidad de implementar estrategias integrales que aborden el estrés laboral, promuevan el apoyo institucional, fomenten el equilibrio trabajo-vida, y proporcionen oportunidades de desarrollo profesional. Estas estrategias deben considerar los

determinantes sociales de la salud mental y adoptar un enfoque multidisciplinario, como sugiere Egaña (2006), para abordar eficazmente las complejas necesidades de estos profesionales.

La atención a estas problemáticas no solo beneficiará a los profesionales de salud mental, sino que también tiene el potencial de mejorar la calidad de la atención que brindan, contribuyendo así al bienestar general de la comunidad.

Conclusiones

La investigación reveló que los profesionales que brindan atención en salud mental están expuestos a múltiples desafíos frente a su propia atención en salud mental. Las principales problemáticas identificadas incluyen altos niveles de estrés laboral, riesgo de burnout, dificultades para mantener límites profesionales saludables y escasez de recursos para el autocuidado. Además, se evidenció una tendencia a minimizar sus propias necesidades de salud mental, priorizando las de sus pacientes. Estos hallazgos subrayan la necesidad de implementar estrategias de apoyo y prevención dirigidas específicamente a este grupo de profesionales.

El estudio mostró que los profesionales que brindan atención en salud mental demandan un apoyo institucional más robusto y específico. Las principales formas de ayuda solicitadas incluyen: programas de supervisión clínica regular, acceso a terapia personal subsidiada, espacios de descompresión emocional en el lugar de trabajo, y formación continua en técnicas de autocuidado y manejo del estrés. También se destacó la necesidad de políticas institucionales que reconozcan y aborden activamente los riesgos psicosociales inherentes a su labor, así como una distribución más equilibrada de la carga laboral.

Los profesionales que brindan atención en salud mental propusieron diversas estrategias para mejorar su bienestar mental. Entre las propuestas más significativas se encuentran: la creación de grupos de apoyo entre pares, la flexibilización de horarios para facilitar el equilibrio trabajo-vida personal, y el establecimiento de protocolos claros para la

atención de su propia salud mental. Además, sugirieron la importancia de fomentar una cultura organizacional que normalice y promueva el cuidado de la salud mental de los profesionales.

La investigación identificó varias problemáticas psicosociales recurrentes reportadas por el personal de salud mental en su campo laboral, las cuales ponen de manifiesto la necesidad de un enfoque multifacético y personalizado para abordarlas. Las intervenciones deberían priorizar estrategias para mitigar el desgaste emocional y la sobrecarga laboral, sin descuidar la mejora en la provisión de recursos, el reconocimiento institucional y las oportunidades de capacitación profesional. Además, es fundamental implementar evaluaciones regulares y personalizadas de las necesidades del personal, para asegurar que las intervenciones sean efectivas y respondan a las diversas realidades de los profesionales en el campo de la salud mental.

Los principales impactos psicosociales en los trabajadores que brindan atención en salud mental se centran en el desgaste emocional y la sobrecarga laboral, seguidos por la carencia de recursos, la falta de reconocimiento institucional y el déficit en capacitación profesional. Estos hallazgos demuestran la necesidad de implementar estrategias integrales de apoyo que aborden el manejo del estrés, la optimización de la carga laboral, la mejora en la provisión de recursos y el reconocimiento profesional. Es crucial adoptar un enfoque personalizado que considere la heterogeneidad de las experiencias, incluyendo programas de supervisión clínica, espacios de descompresión emocional y políticas institucionales que reconozcan activamente estos riesgos psicosociales. Estas medidas son fundamentales para mitigar los impactos identificados y mejorar el bienestar de los profesionales de salud mental en la región, garantizando así la calidad y eficacia de los servicios que proporcionan a la comunidad.

Referencias

- Angel L. Arricivita-Amo, Teófilo Lorente-Aznar, Mariano Rodriguez-Torrente, David Mejía-Escolano, Problemática psicosocial en la atención sanitaria urgente, Atención Primaria, Volume 49, Issue 4, 2017, Pages 257-258
- Álvarez, M. R., Llorente, A. H. A., & del Llano Señarís, J. E. (2022). Los determinantes sociales de la salud en España (2010-2021): una revisión exploratoria de la literatura. *Revista española de salud pública*, (96), 80.
- Barreto Ascona, J. I., & Lezcano Mencia, A. (2023). Análisis y fundamentación de los diseños de investigación: explorando los enfoques cuantitativos, cualitativos y mixtos basados en Creswell & Creswell (2018). *Revista UNIDA Científica*, 7(2), 110–117. Recuperado a partir de <https://revistacientifica.unida.edu.py/publicaciones/index.php/cientifica/article/view/179>
- Beltrán, C., Moreno, M., Salazar, J., Torres, T., Rodríguez, G y Reyes, B. (2004). Factores psicosociales y síndrome de Burnout entre los profesionales de servicio de salud mental. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14260106>
- Barrio, J. A., García, M. R., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37-48.
- Benjamin, J. (1992). *El Estrés*. Publicaciones Cruz O., SA.
- Cantera, L. M., & Cantera, F. M. (2014). El auto-cuidado activo y su importancia para la Psicología Comunitaria. *Psicoperspectivas*, 13(2), 88-97.
- Centro Nacional de Memoria Histórica. CNMH (2022) <https://centrodememoriahistorica.gov.co/?s=Meta>
- Ferrer, R. (2002). Burn out o síndrome de desgaste profesional. *Medicina clínica*, 119(13), 495-496
- Díaz DL. Estrés laboral y sus factores de riesgo psicosocial. *Rev CES Salud Pública* 2011; 2(1): 80-84
 Recibido: Abril 01 de 2011 Revisado: Abril 15 de 2011 Aceptado: Mayo 04 de

2011Revista CES Salud Pública. ISSN 2145-9932. Volumen 2 Número1 Enero-Junio 2011 pág. 80-84

García-Rodríguez, A., Gutiérrez-Bedmar, M., Bellón-Saameno, J. Á., Muñoz-Bravo, C., & Navajas, J. F. C. (2015). Entorno psicosocial y estrés en trabajadores sanitarios de la sanidad pública: diferencias entre atención primaria y hospitalaria. *Atención Primaria*, 47(6), 359-366.

García Álvarez, A. F., Sepúlveda Berrío, L. D., Úsuga Henao, L. M., & Rodríguez Bustamante, A. (2020). Salud mental en el profesional psicosocial. *Poiésis (En línea)*, 127-148.

García, A. J. (2004). Factores psicosociales relacionada con la salud mental en profesionales de servicios humanos en México. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-420806>

HIRIART, G. M. (2018). ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental?. *Utopía y praxis latinoamericana*, 23(83), 86-95.

Jesús Martín García, Lourdes Luceño Moreno, Beatriz Talavera Velasco, Marian Jaén Díaz, Factores de riesgo psicosocial en atención primaria: un estudio comparativo entre puestos, *Atención Primaria*, Volume 47, Issue 9, 2015, Pages 608-609, ISSN 0212-6567, <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2015.01.004>.

Leal-Egaña, A. (2006). Equipos multidisciplinares: el siguiente paso de la ciencia. *Journal of technology management & innovation*, 1(2), 21-26.

Mebarak, M., Castro, A., Salamanca, MD y Quintero, MF (2009). salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud. *Psicología desde el Caribe*, (23), 83-112.

<http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/n23/n23a06.pdf>

Ministerio de la Protección Social y Fundación FES Social. Estudio Nacional de Salud Mental Colombia 2003. Cali: C&C Gráficas, Ltda.; 2005. Disponible en:

http://onsm.ces.edu.co/uploads/files/1243030_EstudioNacionalSM2003.pdf.

Ministerio de Salud (1998). Resolución Número 02358 de 1998, por la cual se adopta la Política Nacional de Salud Mental. Bogotá: Ministerio de Salud.

Moreno Camacho, M. A., & Díaz Rico, M. E. (2016). Posturas en la atención psicosocial a víctimas del conflicto armado en Colombia. *El ágora USB*, 16(1), 198-213.

Nazarov, A., Forchuk, CA, Houle, SA, Hansen, KT, Plouffe, RA, Liu, JJW, ... Richardson, JD (2024). Exposición a factores de estrés moral y resultados asociados en trabajadores de la salud: prevalencia, correlatos e impacto en la deserción laboral. *Revista Europea de Psicotraumatología*. 15 (1).

<https://doiorg.ezproxy.uniminuto.edu/10.1080/20008066.2024.2306102>

Luna, M, Hamana Z, L, Colmenares, YC, & Maestre, CA. (2001). Ansiedad y Depresión. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 20(2), 111-122.

Recuperado en 30 de septiembre de 2024, de

http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-02642001000200002&lng=es&tlng=es.

Oblitas, L. (2004). Psicología de la salud y calidad de vida. México: Thompson.

<https://www.redalyc.org/pdf/3378/337829507002.pdf>

OMS. (2013). Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013 – 2020. OMS, Ginebra.

Pinillos-Patiño, Y., Osío-Rojas, K. L., Acosta-Fernández, M., Gauna-Quiñonez, A., & Machado,

J. R. C. (2022). Factores de riesgo psicosociales impacto del control y recompensa desde la percepción de residentes médicos. *Salud Uninorte*, 38(03), 711-

728. <https://doi.org/10.14482/sun.38.3.610>

Raquel, Contreras Estrada, Mónica I, & Pérez Aldrete, Jorge. (2015) "Factores psicosociales y síndrome de burnout en personal de enfermería de una unidad de tercer nivel de atención a la salud." ("Síndrome de burnout en el personal de enfermería de unidades de cuidado ...") *Ciencia & trabajo*, 17(52), 32-36. [https://dx.doi.org/10.4067/S0718-](https://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492015000100007)

[24492015000100007](https://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492015000100007)

Sánchez, J. (2010). Estrés laboral. *Revista Hidrogénesis*, 8(2), 55-63.

Sonja Cabarkapa, Sarah E. Nadjidai, Jerome Murgier, Chee H. Ng,

The psychological impact of COVID-19 and other viral epidemics on frontline healthcare

workers and ways to address it: A rapid systematic review, *Brain, Behavior, & Immunity -*

Health, Volume 8, 2020, 100144, ISSN 2666-3546,

<https://doi.org/10.1016/j.bbih.2020.100144>.

(<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666354620301095>)

Trujillo, K. G., Candia, P. G., López, S. L., & Vásquez, Y. A. (2014). Salud mental en

estudiantes de la carrera de psicología. Implicancias para la formación en autocuidado

de los psicólogos en formación. *Integración Académica en Psicología*, 2(6).

Anexos

Consentimiento informado

Usted ha sido invitado/a en calidad de participante a realizar una prueba propia de un proyecto de investigación. Antes de tomar la decisión acerca de si acepta o no participar, le sugerimos leer detenidamente todos los apartados del presente documento. Este proceso se conoce como Consentimiento Informado. Puede hacer las preguntas que considere necesarias antes de firmar. Las estudiantes investigadoras: Yurleidy Reyes y Maira Ferrer, bajo la supervisión de Mg. Neisa Briggithé, están en la obligación de responder y de aclarar cualquier inquietud. Adicionalmente, puede encontrar palabras o términos con los cuales usted no está familiarizado o que sean de difícil comprensión, por lo que también puede solicitar que le sean explicados.

Una vez haya leído y comprendido los aspectos relacionados con la tarea que presentará y el objetivo de la misma, usted puede decidir participar o no hacerlo. Se le pedirá que firme dos copias del presente formato, las investigadoras tomarán uno y le harán entrega del otro.

La tarea consistirá en responder el instrumento que afianzará los conocimientos sobre las afectaciones del personal psicosocial en la atención en salud mental, esta tarea se presentará en dos opciones: primera, en una hoja de papel, segunda, de manera virtual a través de un link. Las cuales contienen preguntas con opciones de respuesta tipo Likert.

Cualquier información personal que haga parte de los resultados de la investigación será mantenida de manera confidencial. En ninguna publicación en la que se usen los resultados se mencionará su nombre a menos que usted lo consienta y autorice por escrito, también es importante que tenga en cuenta que no recibirá ningún tipo de remuneración económica o de otro tipo. Su participación y la información que usted suministre contribuyen al desarrollo de la ciencia y al conocimiento que se tiene sobre las variables asociadas a la

investigación en Colombia. Ello puede incidir en la toma de decisiones y en la formulación de estrategias de intervención efectivas.

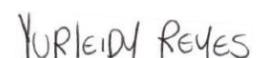
Esta investigación entraña un riesgo mínimo para el participante ya que no implica ningún procedimiento invasivo a nivel físico o que afecte su integridad en manera alguna. Sin embargo, si en algún momento se siente incómodo puede retirarse del estudio sin que esto implique afectación para usted.

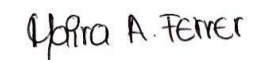
Nombre del participante C.C.

Firma del participante

Fecha

Estudiantes de Trabajo Social - Modalidad distancia. Universidad Minuto de Dios – Sede Vicerrectoría Orinoquia.


YURLEIDY REYES


MAIRA A. FERRER

Instrumento de investigación

Datos personales

Fecha:

Sexo: M ____ F ____

Edad:

Información laboral:

Tiempo laborado hasta la fecha actual: Cargo
que desempeña:

Nombre de la empresa o entidad para la cual
labora:

Formación académica:

Profesión:

Explicación:

La presente escala de medición tiene como objetivo conocer las problemáticas psicosociales, necesidades y propuestas de mejora relacionadas con la atención en salud mental del personal que brinda servicios psicosociales. Su participación es fundamental para comprender de manera integral esta temática y poder plantear estrategias que contribuyan al bienestar emocional y laboral de estos profesionales.

Se le solicita responder con sinceridad a cada una de las afirmaciones, seleccionando la opción que mejor refleje su opinión. La información recopilada será tratada de manera confidencial y utilizada únicamente con fines académicos e investigativos. Agradecemos de antemano su valiosa colaboración.

BLOQUE 1

Por favor, evalúe su grado de acuerdo o desacuerdo con las siguientes afirmaciones relacionadas con las problemáticas psicosociales que usted enfrenta en su campo laboral. Seleccione una opción en la escala de Likert de 5 puntos, donde 1 es totalmente en desacuerdo, 2 es en desacuerdo, 3 es ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4 es de acuerdo y 5 es totalmente de acuerdo.

1. He detectado que la problemática psicosocial más común es el agotamiento emocional, derivado de la alta carga laboral y el contacto constante con situaciones traumáticas.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

2. Considero que el estrés laboral es una problemática psicosocial importante en mi trabajo.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

3. La falta de apoyo institucional para gestionar el estrés y la presión asociada a mi trabajo es factor detonante en el deterioro de mi salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

4. La falta de insumos e implementos para la atención de pacientes representa una problemática que afecta mi salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

5. Identifico las necesidades específicas de apoyo que espero recibir de la institución para mejorar mi desempeño.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

BLOQUE 2

Por favor, evalúe su grado de acuerdo o desacuerdo con las siguientes afirmaciones relacionadas con las principales problemáticas que usted identifica en su atención en salud mental. Seleccione una opción en la escala de Likert de 5 puntos, donde 1 es totalmente en desacuerdo, 2 es en desacuerdo, 3 es ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4 es de acuerdo y 5 es totalmente de acuerdo.

1. La falta de recursos frente a la atención a los pacientes repercute en mi salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

2. La falta de capacitación y actualización constante en mi área de trabajo es una de las principales problemáticas que enfrento en mi atención en salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

3. La falta de apoyo y reconocimiento por parte de la institución repercute en mi salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

4. La sobrecarga laboral es una de las principales problemáticas que enfrento en mi atención en salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

5. El desgaste emocional representa una problemática que me motiva a recibir atención en salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

BLOQUE 3

Por favor, evalúe su grado de acuerdo o desacuerdo con las siguientes afirmaciones relacionadas con el tipo de apoyo que usted desearía recibir de la institución para la cual labora. Seleccione una opción en la escala de Likert de 5 puntos, donde 1 es totalmente en desacuerdo, 2 es en desacuerdo, 3 es ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4 es de acuerdo y 5 es totalmente de acuerdo.

1. Me gustaría recibir más capacitación y actualización constante en mi área de trabajo por parte de la institución.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

2. Me gustaría incidir en los recursos y la asistencia que espero recibir por parte de la institución frente a mi salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

3. Me gustaría recibir más apoyo y reconocimiento por parte de la institución.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

4. Me gustaría recibir una reducción en mi carga laboral por parte de la institución.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

5. Me gustaría hacer parte de un programa de bienestar emocional y psicológico por parte de la institución.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

BLOQUE 4

Por favor, evalúe su grado de acuerdo o desacuerdo con las siguientes propuestas que podrían ayudar a mitigar las problemáticas que usted enfrenta en su atención en salud mental. Seleccione una opción en la escala de Likert de 5 puntos, donde 1 es totalmente en desacuerdo, 2 es en desacuerdo, 3 es ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4 es de acuerdo y 5 es totalmente de acuerdo.

1. La implementación de talleres de manejo del estrés y técnicas de relajación, serían un aporte esencial para prevenir mi agotamiento emocional.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

2. El acceso prioritario a consultas psicológicas y psiquiátricas, así como la posibilidad de recibir terapia sin afectar la jornada laboral, mitigaría el impacto de mi trabajo en mi salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

3. Me gustaría la creación de espacios de diálogo y grupos de apoyo, en donde pueda compartir experiencias y recibir orientación para mejorar mi salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

4. Establecer días de descanso adicionales, asignados tras periodos de alta demanda laboral, especialmente para descansar y así proteger mi salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

5. Poseo propuestas que destacan estrategias efectivas para mejorar mi atención en salud mental.

1 ● 2 ● 3 ● 4 ● 5 ●

- ❖ Recuerda que tu opinión es muy importante para nosotros y nos ayudará a comprender mejor las problemáticas, necesidades y propuestas de mejora relacionadas con la atención en salud mental del personal psicosocial.

Observaciones

"¿Desea compartir alguna observación adicional sobre su experiencia profesional en relación con los temas abordados?"