

Identificación del síndrome del estrés en docentes de la facultad de odontología. Universidad Nacional de Córdoba, Argentina

IDENTIFICATION OF THE SYNDROME OF STRESS IN TEACHERS OF THE FACULTY OF DENTISTRY. UNIVERSIDAD NACIONAL DE CÓRDOBA, ARGENTINA

E Casan (1), ME Gómez de Ferraris (3), Rico Ricardo (1), A Simbrón (2)

1) Dres en Odontología. Area Prosthodontia. Dpto Rehabilitación Bucal

2) Dra en Medicina. Dpto Biología Bucal

3) Dra en Odontología. Dpto Biología Bucal. Asesora Científica. Facultad de Odontología. Universidad Nacional de Córdoba, Argentina

Resumen

El estrés continuo es el factor desencadenante del Síndrome de Burnout. Las poblaciones de mayores riesgos son los docentes y los profesionales de la salud. Por ello, los objetivos de este trabajo fueron identificar y analizar el grado de estrés en los profesionales docentes de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional de Córdoba, con el propósito de prevenir o controlar el estrés antes que se vuelva crónico. Se utilizó el modelo clásico de Maslach (BMI) para realizar la encuesta a 120 docentes seleccionados aleatoriamente. Se midió la frecuencia de los síntomas de Burnout, según cantidad de respuestas afirmativas. Los síntomas se midieron en sus tres escalas: Agotamiento Emocional (A.E), Despersonalización (D), y Realización Personal (R.P). Los resultados expresados en porcentaje revelaron niveles significativos en A.E y D y en un nivel medio se situó la R.P. Se concluye que los docentes odontólogos se encuentran afectados en mayor y mediano grado en AE y D, mientras que la mayoría alcanzó la RP.

Palabras clave: Síndrome Burnout, odontólogos-docentes, Facultad de Odontología de Córdoba Argentina.

Abstract

Continuous stress is the leading factor of the Burnout Syndrome. Higher risk populations are teachers and health professionals. For that reason the objectives of this study were to identify and analyze the degree of stress in the professionals of education at the Faculty of Odontology of the National University of Córdoba Argentina to prevent or control stress before it becomes chronic. Classic model of Maslach (BMI) was used to carry out the survey of 120 teachers randomly selected. The frequency of the symptoms of Burnout was moderate, according to amount of affirmative answers. The symptoms were moderate in their three scales: Emotional Exhaustion (E.E), Depersonalization (D), and self fulfilment (SF). The results expressed in percentages revealed higher significant levels in E.E and D and an intermediate level located the SF. Conclusion: Odontologists educators are affected in greater stress degree in EE and D, whereas the majority reached medium levels of the SF.

Key words: Burnout syndrome, Odontologist - educators, Facultad de Odontología UNC Argentina.

1. Introducción

El síndrome de Burnout, síndrome del desgaste profesional o "del quemado" es un proceso de estrés crónico, que se produce como respuesta

a situaciones laborales con excesivos niveles de exigencia. (1, 2)

Entre las profesiones de mayores riesgos se cita a los docentes y al área de salud (enfermería, medicina y odontólogos) por

la responsabilidad constante ya que de ellos depende la educación y el bienestar de las personas. Las mujeres son más vulnerables a contraer este síndrome que los hombres y según la OMS afecta al 30% de la población actual (3, 4, 5, 6).

Se puede manifestar en tres dimensiones y sus síntomas y signos descritos son los siguientes: a) "Cansancio o agotamiento emocional", que trae como consecuencia pérdida de energía y desgana. b) "Despersonalización" que se caracteriza por un alejamiento de los problemas o no querer asumirlos. c) "Falta de realización personal", lo que conlleva a una baja autoestima y escaso rendimiento en el trabajo, llegando en algunos casos a caer en estados depresivos (6,7)

Maslach y Jackson (1,2) describen que los síntomas, generalmente se padecen en forma secuencial y a distintos niveles:

A nivel mental: produce nerviosismo, inquietud, dificultad para concentrarse en su actividad.

A nivel Físico: cefaleas, insomnio, algias musculares, alteraciones gastrointestinales, taquicardia. A nivel Conductual: relacionado con las adicciones, aumento en el consumo de café, tabaco, o drogas. Se expresa por bajo rendimiento laboral y un mayor esfuerzo para llevar a cabo la misma tarea que antes se realizaba en menor tiempo y con menor esfuerzo.

Si el odontólogo como profesional de la salud, trabaja simultáneamente en docencia universitaria (como formador de recursos humanos de grado) y en otros casos además tiene la atención clínica de pacientes que acuden a esta institución; es lógico suponer que está más expuesto al desgaste.

Es conocido que al interactuar laboralmente en forma constante con otras personas (alumnos, pacientes, docentes) suele provocar estrés continuo, factor desencadenante de ansiedad, fatiga (tanto física como psíquica) e irritabilidad. (5, 6, 7).

Por otra parte, establecer si una determinada persona sufre dicho síndrome o es el desgaste propio de la profesión, suele resultar difícil y ese límite no es fácil

determinarlo Otro dato a tener en cuenta, es que generalmente la persona que lo padece, es la última en reconocerlo. En la mayoría de los casos puede hasta negarlo, siendo su entorno el que nota los cambios psicofísicos y conductuales que este va manifestando (5,8)

En 1986 Maslach (1), para identificar este problema y determinar el grado de afección de este síndrome, elaboró un cuestionario denominado MBI (Maslach Burnout Inventory) que mide principalmente entre otros parámetros, el cansancio, la despersonalización y el grado de autoestima.

En este trabajo se plantearon los objetivos siguientes: a) Identificar la existencia del Síndrome de Desgaste Profesional en Docentes de la Facultad de Odontología (UNC), pertenecientes a los distintos ciclos de la carrera de grado. b) Establecer las características semiológicas del síndrome, teniendo en cuenta que este profesional realiza su trabajo en una universidad de carácter público y masivo, donde las exigencias de interacción personal con el alumno o con el individuo que se atiende en este ámbito son muy complejas, por el tiempo y la infraestructura disponible.

2. Material y métodos

Se efectuó un estudio de tipo descriptivo, observacional y transversal en Docentes de la Facultad de Odontología (UNC), pertenecientes a los distintos ciclos de la carrera de grado.

Se tomaron aleatoriamente 120 encuestas a profesores de los tres ciclos de la carrera de grado: Inicial (de Nivelación e introducción= CINFO) Básico y Profesional. Se utilizó el modelo de interrogatorio MBI propuesto por Maslach (2, 9), el cual consta de 22 ítems o preguntas sobre las emociones y actitudes del odontólogo-docente. Las preguntas se agruparon en ítems que miden el "cansancio emocional", la "despersonalización" y la "realización personal".

Se modificaron algunos términos para adaptarlo a nuestro medio y se incorporó al final una pregunta sobre la posibilidad de crear en la facultad un área de prevención o

contención si esta afectado.

Se consideraron variables tales como: edad, sexo, estado civil, número de hijos, que fueron consignadas en la primera hoja.

En la segunda hoja, se formularon las 5 preguntas laborales sobre antigüedad en el cargo, tipo de actividades que realiza, cantidad de horas semanales, ciclo al que pertenece, otro trabajo privado o público.

En la tercera hoja se consignaron las 17 preguntas referidas a la frecuencia con que la persona experimenta cansancio emocional, despersonalización y realización personal. La escala de medición va de 0 (que es igual a nunca) hasta 6 (que es todos los días).

El cuestionario de Maslach (MBI), emplea un sistema de respuestas que indican la frecuencia con que el sujeto experimenta los sentimientos enunciados en cada consigna, de acuerdo a un sistema de puntuación con siete niveles: 0 = Nunca .1 = Una o varias veces al año .2 = Una vez al mes o menos 3 = Varias veces al mes.4 = Una vez a la semana. 5 = Varias veces a la semana 6 = Todos los días

Como la relación entre puntuación y grado de Burnout es dimensional, requiere de una distribución en rangos acorde a las puntuaciones totales obtenidas para cada aspecto, que definen el nivel de Burnout experimentado como: alto, medio y bajo.

En el presente trabajo, además se aclaró el significado de algunas palabras para no caer en errores de mal interpretación del encuestado.

Esta investigación cumplió con los requisitos bioéticos tales como voluntariedad, privacidad y confidencialidad de las personas que participaron. Los cuestionarios se aplicaron por separado y de forma anónima.

3. Resultados

Los resultados del estudio analítico de los participantes a nivel de los tres ciclos de la carrera, permitió clasificarlos según el sexo y graficarlo en porcentaje en cada uno de ellos. Los datos revelaron que proporcionalmente es mayor el número de mujeres docentes especialmente en los dos primeros ciclos de la carrera, respecto a los varones. (Fig 1)

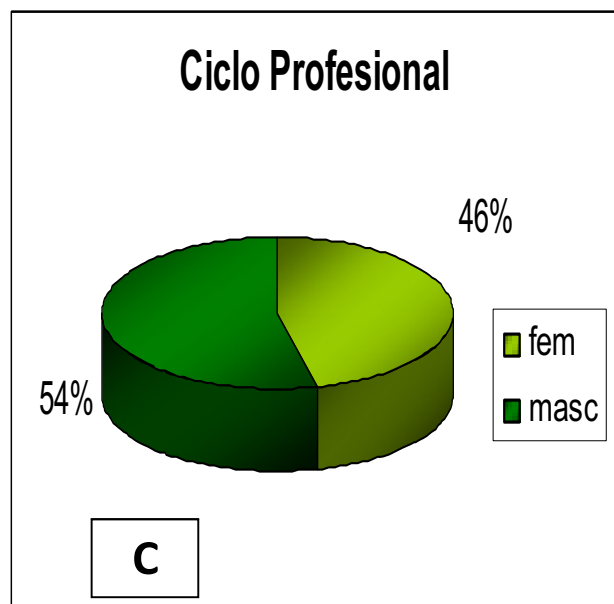
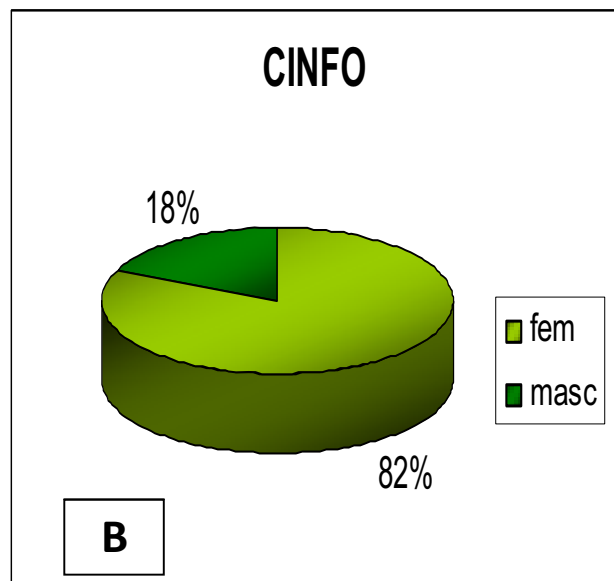
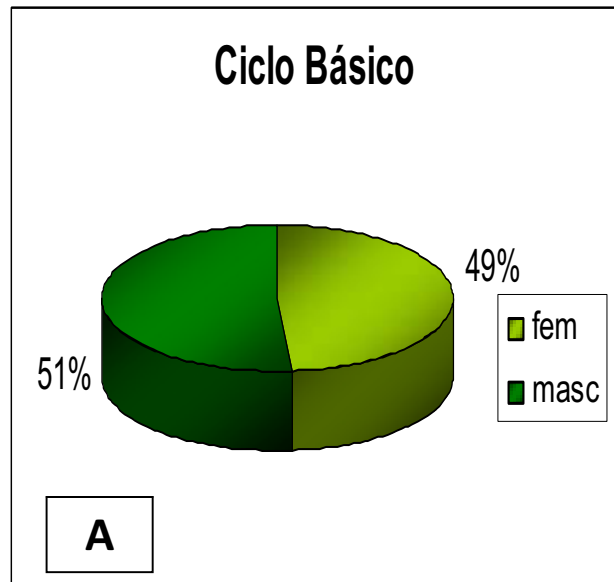


Figura1. A) En el CINFO el número de docentes mujeres equivale al 82% B) En el ciclo Básico se corresponde al 49% y C) en el ciclo clínico es de un 46% respecto a los profesionales varones.

La edad promedio de los participantes en los tres ciclos fue de aproximadamente 42 años, la que se encuadra en la franja de mayor riesgo de padecer este síndrome.

Análisis sobre el ámbito laboral: según los datos analizados correspondiente a la pregunta ¿En las condiciones de trabajo actual, siente que éstas le causan estrés o fatiga excesiva? Los resultados afirmativos, expresados en porcentaje, se pueden observar en la pregunta laboral (PL1 Fig:2) siendo más evidentes estos valores en los docentes del ciclo profesional.

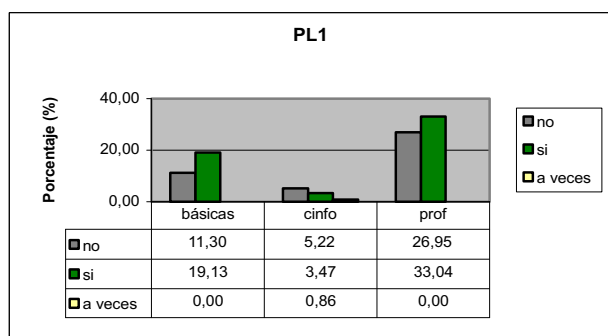


Figura2. ANALISIS SOBRE EL AMBITO LABORAL. Los datos analizados sobre la pregunta si las condiciones de trabajo actual le causan estrés o fatiga excesiva, expresados en porcentaje fueron más altos en los docentes del ciclo profesional.

En PL2 (Fig 3) podemos verificar los datos sobre la pregunta ¿Se siente obligado o exigido por la situación laboral a realizar actividades que no son de su incumbencia? Los resultados también reflejaron que los mayores porcentajes correspondieron al ciclo profesional al compararlo con los otros dos ciclos.

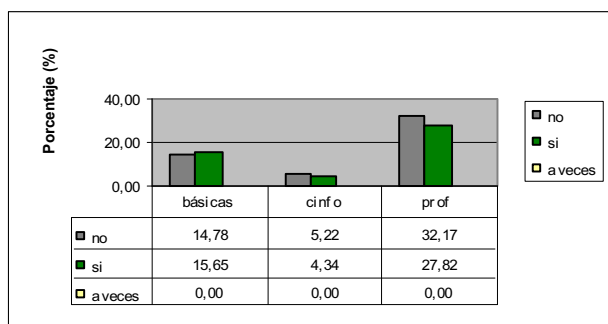


Figura3. Resultados obtenidos sobre la pregunta si se siente obligado o exigido por la situación laboral a realizar actividades que no son de su incumbencia, los que mayores porcentajes correspondieron al ciclo profesional respecto de los otros dos.

Al analizar las repuestas de los profesionales- docentes a la siguiente pregunta ¿Siente que le molestan los cambios permanentes e inesperados de las actividades asignadas? Los profesionales del último ciclo no estarían tan afectados a las modificaciones sorpresivas (PL3), pero si

están muy afectados al no contar con los materiales e infraestructura adecuada., como se observa en el grafico PL4 (Fig 4)

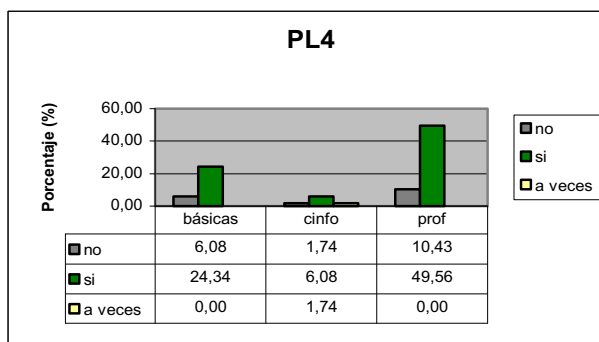
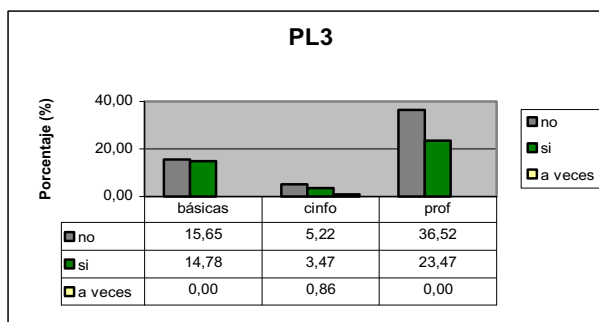


Figura4. Resultados sobre la pregunta a cerca de las molestias ante los cambios permanentes e inesperados de las actividades asignadas. Los profesionales del último ciclo no estarían tan afectados a las modificaciones sorpresivas (PL3), pero si lo están al no contar con los materiales e infraestructura adecuada como se observa en el grafico PL4.

Ante la pregunta ¿Se siente con ganas de cambiar las condiciones de trabajo que tiene en la actualidad? Los resultados obtenidos se reflejaron en PL5 en donde los docentes de los tres ciclos deseaban que se modificaran más favorablemente sus condiciones de trabajo (Fig 5)

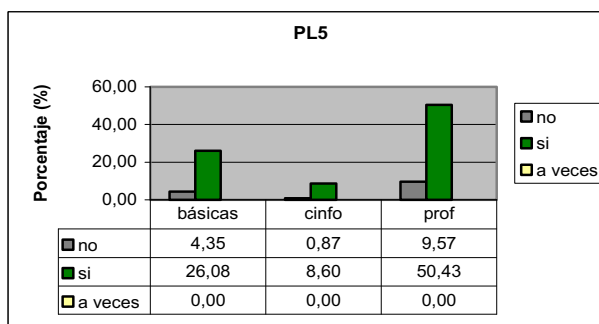


Figura5. Los resultados obtenidos ante la pregunta ¿Se siente con ganas de cambiar las condiciones de trabajo que tiene en la actualidad?. Los docentes de los tres ciclos deseaban que se modificaran más favorablemente sus condiciones de trabajo.

Análisis sobre agotamiento, despersonalización y realización personal: los resultados sobre las preguntas realizadas a los docentes- profesionales respecto al agotamiento, despersonalización y realización personal (en los tres ciclos) fueron medidos en

categorías alto(A) mediano (M) y bajo(B) y expresados en porcentajes. Los mismos se grafican en las figuras 6, 7 y 8

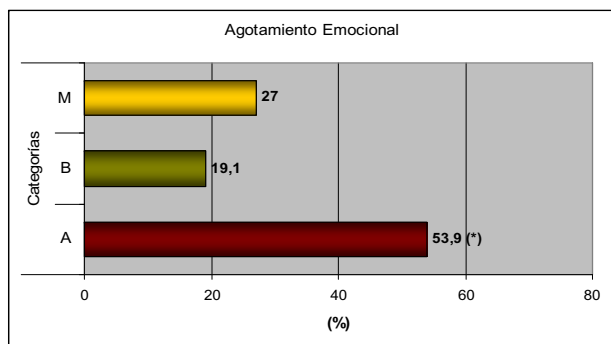


Figura6. Porcentaje de respuestas obtenidas en la escala de Agotamiento Emocional. El desgaste corresponde a más de la mitad de los encuestados y en todos los ciclos.

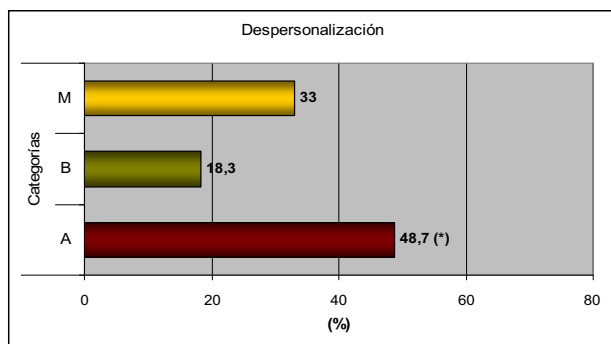


Figura7. Porcentaje de respuestas obtenidas en la escala de Despersonalización. Los datos afirmativos se corresponden a los niveles más altos y están afectados aproximadamente la mitad de los docentes.

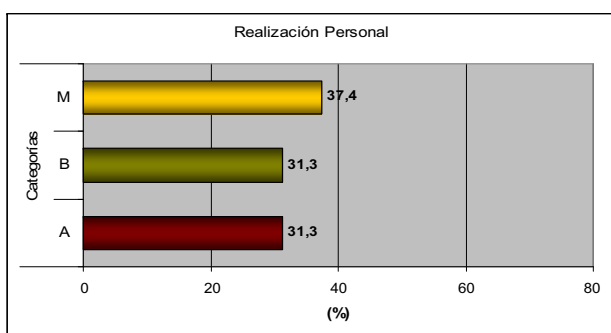


Figura8. Porcentaje de respuestas obtenidas en la escala de Realización Personal.

Si bien el mayor valor obtenido pertenece a la categoría media en el ítem "Realización Personal", los resultados generales de todos los datos analizados, sugieren que el síndrome estaría presente en sus etapas previas (por la identificación y frecuencia de los síntomas), en la mayoría de los docentes de la Facultad de Odontología.

4. Discusión

Se considera a este síndrome como una patología moderna, relacionada con el estrés crónico. Es el resultado de un trabajo sobrecargado y demandante, que si no es tratado a tiempo, según Cetkovich (9), puede terminar en una "franca depresión o en ataques de pánico. En general, estamos preparados para superar situaciones de estrés y tenemos la capacidad para adaptarnos. El problema se presenta cuando esa capacidad está excedida en el tiempo y sin solución a corto plazo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) afecta principalmente a mujeres y hombres de entre 25 y 40 años de edad, cifras que coinciden con nuestros encuestados. En este estudio los datos revelaron que la mujer tiene mayor carga emocional (por sus quehaceres hogareños, docentes y profesionales) pero al ser más comunicativa, descargaría mejor las tensiones que los varones. Atance Martínez (10) señala que la mujer de más de 44 años, sin pareja estable y con más de 20 años de profesión es la que ofrece un perfil mayor de riesgo.

Sin embargo Moriana y Herruzo (11,12) describen que la relación que se establece entre el síndrome de Burnout y la edad, se asocia más al tiempo de experiencia en la profesión, que a otros factores, por ello, los resultados obtenidos por los investigadores son contradictorios.

Algunos citan que los jóvenes presentan niveles superiores de estrés, para otros la respuesta de estrés, es superior en los docentes experimentados (más de veinte años de actividad) o bien no encuentran diferencias.

En cuanto al número de alumnos, al ser una facultad pública y masiva, generalmente se relaciona con un mayor nivel de estrés; sin embargo, Petrie (13) señala como no significativa la relación entre número de estudiantes en el aula y el estrés, asociándolo más al comportamiento de los alumnos que a su número.

En el 2009 Grau y Col (14) demostraron que la prevalencia de burnout en profesionales del área salud, correspondía a médicos en un 12,1%, el 7,2% a enfermería y para Odontología, Psicología y Nutrición obtuvieron cifras aproximadas al 6%. Por otra parte Albanesi de Nasetta y Col (15) en el estudio realizado en odontólogos y

alumnos en nuestro medio y aplicando una metodología similar, pusieron de manifiesto que los estudiantes del último año de la carrera de odontología de la UNC, presentan puntuaciones más elevadas en los factores; cansancio emocional y despersonalización. En nuestro trabajo los docentes-odontólogos presentaron los valores más altos en desgaste profesional, (53%) y en el ítem despersonalización con un 47% en todos los ciclos de la carrera. Los datos afirmativos de ambos síntomas se corresponden a los niveles porcentuales más altos, lo que sugiere que estarían afectados alrededor de la mitad de los docentes-odontólogos de la Facultad de Odontología de la UNC.

La totalidad de los interrogados contestaron afirmativamente sobre la necesidad de que exista un área de contención y prevención sobre este síndrome. Algunos autores (12,13,14) citan que "la percepción de sentirse valorado, el optimismo, la satisfacción laboral y económica, son variables protectoras de Burnout". Por ello sería conveniente y saludable reducir el número de situaciones ansiógenas (entre colegas, alumnos y pacientes, propias de una educación universitaria pública, masiva y gratuita). Además, proveer y distribuir adecuadamente los materiales e insumos necesarios para hacer frente a los diferentes requerimientos académicos y asistenciales, evitarían las actitudes negativas, que afectan la dinámica de trabajo entre el docente, alumno y paciente.

Referencias

1. Maslach, C. y Jackson, S. Maslach Burnout Inventory. Palo Alto. California. Consulting. Psychologists Press 1986.
2. Maslach C, Jackson S. The measurement of experienced burnout. J. Occupational Behavior 1981, 2: 99-113.
3. Síndrome de burnout o "estar quemado" que surge en los profesionales que deben hacer frente a un gran estrés laboral. www.psicologia-online.com/autoayuda/burnout.htm.
4. El Sahili González, L. F. A... Psicología para el docente Universidad de Guanajuato., Guanajuato. México. 2010.
5. Alvarez-Quesada C; Hinojosa C; Arriaga Arrizabalaga A El síndrome de burnout o de desgaste profesional. ¿Pueden quemarse los dentistas? www.gacetadental.com/noticia/3493.
6. Díaz Romero R; Becerra T; Acosta Velasco M.E. Síndrome de burnout.Desgaste Emocional. Rev

A.D.M. 2001, 58 (2) 63-67.

7. Casan Elías. Síndrome de Burnout o Desgaste Profesional. Un Enemigo Invisible. Tesis Doctoral. 2009 Escuela de Posgrado. Facultad Odontología UNC.

8. Cetkovich M " Sos victima del síndrome del quemado? :www.sitiosargentina.com.ar/.../sindrome-quemado.html

9. Montero-Marín, J. y García-Campayo, J. A newer and broader definition of burnout: Validation of the Burnout Clinical Subtype Questionnaire (BCSQ-36)". Public Health, 2010.10:302.

10. Atance Martínez JC Aspectos Epidemiológicos del síndrome de Burnout en personal sanitario. Rev Esp Salud publica 1997,71:293-303

11. Moriana JA, Herruzo J. Estrés y burnout en profesores. Int. J Clin Health Psychool 2004; 4597-4621.

12. Dorman, J. P. Relationship between school and classroom environment and teacher burnout: A LISREL analyses. Social Psychology of Education 2003, 6:107-127

13. Petrie, L.M. The relationship between teacher stress and counseling referrals in elementary schools. Humanities and Social Sciences. 2001, 62: 467.

14. Grau A, Flichtentrei D, Suñer R, Font-Mayolas, S, Prats M ; Braga F. El Síndrome Burnout en médicos hispanoamericanos. Rev Esp Salud Pública . 2009, 83(2): 215

15. Albanesi de Nasetta S; Tifner S; Nasetta J. Estrés en Odontología http://www.actaodontologica.com/ediciones/2006/3/estres_odontologia.asp