

XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2022.

El rol de la terapia ocupacional en la prevención de riesgos psicosociales en profesionales de la salud, en Argentina.

Aranguren, Tamara, Callaud, Sabrina Noelia, Celso, Iara, Cortese, Diana, Faitini, Magali y Roldan, Maria Eugenia.

Cita:

Aranguren, Tamara, Callaud, Sabrina Noelia, Celso, Iara, Cortese, Diana, Faitini, Magali y Roldan, Maria Eugenia (2022). *El rol de la terapia ocupacional en la prevención de riesgos psicosociales en profesionales de la salud, en Argentina. XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-084/300>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eoq6/pPz>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

EL ROL DE LA TERAPIA OCUPACIONAL EN LA PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN PROFESIONALES DE LA SALUD, EN ARGENTINA

Aranguren, Tamara; Callaud, Sabrina Noelia; Celso, Iara; Cortese, Diana; Faitini, Magali; Roldan, Maria Eugenia
Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Los riesgos psicosociales pueden perturbar las dimensiones cognitiva, física y psíquica del trabajador. Cuando superan las capacidades de las personas, generan sufrimiento visible. Teniendo en cuenta que, los profesionales de la salud están expuestos a estas dimensiones ya que sus trabajos implican el cuidado de un otro, es que se decide profundizar acerca del rol de la Terapia Ocupacional en la prevención de riesgos psicosociales en profesionales de la salud en Argentina, así como indagar sobre los más frecuentes. Se encuestó a 110 profesionales de la salud de diferentes disciplinas y se realizó una búsqueda bibliográfica de textos latinoamericanos de hasta 10 años. Entre los hallazgos más frecuentes de riesgos psicosociales se encuentran la exposición a un salario no satisfactorio, pluriempleo, polivalencia, ambigüedad en el rol, entre otros; siendo en su mayoría percibidos por ellos/as. Manifestando, en consecuencia, gran cantidad de signos, síntomas y/o conductas. La Terapia Ocupacional tiene un rol fundamental en la intervención desde la prevención a partir de estrategias centradas en la persona, grupo de trabajo y en el ámbito organizacional.

Palabras clave

Prevención - Profesionales de la salud - Riesgos psicosociales - Rol Terapia Ocupacional

ABSTRACT

THE ROLE OF OCCUPATIONAL THERAPY IN THE PREVENTION OF PSYCHOSOCIAL RISKS IN HEALTH PROFESSIONALS, IN ARGENTINA
Psychosocial risks can disturb the cognitive, physical and psychological dimensions of the worker. When they exceed people's capacities, they create visible suffering. Taking into account that health professionals are exposed to these dimensions since their jobs involve the care of one another, it is decided to delve into the role of Occupational Therapy in the prevention of psychosocial risks in health professionals in Argentina, as well as inquire about the most frequent. 110 health professionals from different disciplines were found and a bibliographic search of Latin American texts of up to 10 years was carried out. Among the most frequent findings of psychosocial risks are exposure to an unsatisfactory salary, moonlighting, polyvalence, role ambiguity, among others; being mostly perceived by them. Mani-

festing, consequently, a large number of signs, symptoms and/or behaviors. Occupational Therapy has a fundamental role in intervention from prevention based on strategies focused on the person, work group and in the organizational field.

Keywords

Prevention - Health care professionals - Psychosocial risks - Occupational Therapy Role

Introducción

Riesgos psicosociales en Argentina

Todos los puestos de trabajo poseen una carga global en base a las condiciones y medio ambiente en las que se desarrollan y por las que se encuentran atravesadas. Hay múltiples factores que, de acuerdo a si son positivos o negativos, pueden convertirse en riesgos y resultar en enfermedades o accidentes.

Esta investigación explorará los factores psicosociales en su forma negativa de exposición (riesgos) y cómo impactan en los profesionales de la salud en Argentina.

Gil-Monte, P. (2012) refiere que los factores psicosociales son aquellas condiciones presentes en situaciones laborales relacionadas con la organización del trabajo, el tipo de puesto, la realización de la tarea y su entorno, que afectan al desempeño en el mismo y a la salud de las personas trabajadoras. Estos factores pueden ser facilitadores o barreras en la actividad laboral y la calidad de vida. En el primer caso, promueven el desarrollo personal de los individuos (incremento de autoestima, mayor motivación, capacidad de trabajo, satisfacción y salud) mientras que, cuando son barreras, actúan de manera perjudicial en el/la trabajador/a lo que, a su vez, impacta en su ámbito sociofamiliar, la empresa u organización y el sistema de salud.

Los riesgos psicosociales en el trabajo (RPST), pueden perturbar las dimensiones cognitiva y psíquica del trabajador, impactando sobre los aspectos afectivos y relacionales. Si esos riesgos superan las capacidades y la resistencia del trabajador, generan sufrimiento.

Situación de los profesionales de la salud en Argentina

Los profesionales de la salud son todas aquellas personas cuya profesión presenta incumbencias en el área sanitaria.

Desde el 2006, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la

Organización Panamericana de la Salud (OPS) afirman que “los trabajadores de la salud representan el recurso más importante con que cuentan los sistemas y servicios de salud para atender las necesidades de salud de la población.”

Estos últimos presentan mayor índice de exposición a sufrir RPST debido a las múltiples situaciones generadoras de estrés, dependiendo del área en que se desempeñen.

Dentro de los principales riesgos psicosociales se pueden encontrar:

Las demandas físicas, psíquicas y mentales

De acuerdo con la OMS y OPS (2012), los/as profesionales de la salud tienen como componente común el cuidado del otro, lo cual conlleva grandes responsabilidades, un trabajo físico arduo y exposición a la muerte y enfermedad. Las jornadas de trabajo suelen tener una duración excesiva en cuanto a cantidad, ritmo e intensidad. Asimismo, como indican Alustiza, E. y col. (2017), las tareas implican esfuerzo de las destrezas cognitivas (memoria, atención, solución de problemas) que genera un desgaste en el/la profesional, que si se esfuerza de manera cotidiana lleva a una fatiga tanto mental como física persistente en el tiempo.

Las demandas emocionales y los dilemas y/o conflictos éticos

Los trabajos de cuidado tanto de pacientes como de familiares tienen como requisito el control de las propias emociones, exponiéndose a situaciones con un alto grado de impacto afectivo. Además, dicha actividad pone en juego los propios principios éticos, normas de actuación y valores de orientación a pacientes. (Alustiza, E. y col., 2017)

Las interacciones sociales en el ámbito laboral

La evidencia indica la posibilidad de que entre las diferentes áreas de salud de un dispositivo se generen agresiones y actos de ofensas individuales. La permanencia de una persona bajo estas condiciones llevaría a una baja productividad, de desarrollo y de su salud.

Asimismo, las mujeres son las más vulnerables a sufrir violencia intralaboral debido al género, siendo que “Es un sector donde puede comprobarse el concepto de “techo de cristal”, ya que a pesar de la proporción, los cargos jerárquicos -públicos y privados- están en manos de hombres” (OPS y OMS, 2012).

La inseguridad laboral

Otro aspecto que caracteriza a los/as profesionales de la salud es el pluriempleo, debido al incremento de ofertas laborales a tiempo parcial y el impulso a obtener ingresos de distintas fuentes por bajo salario. Como resultado, los profesionales poseen múltiples empleos, lo que impacta en la extensión de la jornada de trabajo y, consecuentemente, en la calidad de la atención a las personas y a la salud de los trabajadores (OPS y OMS, 2012).

Rol de Terapia Ocupacional en el ámbito laboral

La Terapia Ocupacional es una profesión centrada en el cliente, que se interesa en promover la salud y el bienestar mediante la ocupación, buscando mejorar la calidad de vida, maximizando el nivel de autonomía, apuntando a mantener la salud y a favorecer la restauración de la función perdida. Considera como central la relación entre la salud, el ambiente y la ocupación. (Martínez Gil, J y col., 2016)

El/la Terapeuta Ocupacional influye en el/la trabajador/a en relación al significado que las actividades tienen para él/ella, y esto se logra a través del entrenamiento en habilidades psicosociales y el reencuadre de un nuevo significado del trabajo saludable mediante la ocupación. Estas habilidades brindan herramientas ocupacionales para el/la trabajador/a, que potencian significativamente su vida laboral y personal.

La prevención como respuesta

Por otro lado, teniendo en cuenta el Marco de trabajo de Terapia Ocupacional 4ta edición (AOTA, 2020), se reconoce la prevención como enfoque para abordar las necesidades de los clientes que están en riesgo de tener problemas de desempeño ocupacional, y que busca evitar la aparición o evolución de barreras al desempeño en el contexto.

Las políticas de prevención de los factores de RPST son menos costosas para el empleador y la sociedad a corto plazo en comparación al costo total en el mediano y largo plazo que conlleva la rehabilitación del trabajador cuando ya se produjo un daño, y sobre la eficacia económica de la empresa y organización (licencias, menor índice de producción, indemnizaciones, reemplazos, etc). Además, un/a trabajador/a que tenga asegurada la estabilidad en el empleo, buen ambiente de trabajo, control de los riesgos psicosociales, remuneración acorde, reconocimiento moral del valor de su trabajo y perspectivas positivas de hacer carrera, tendrá más posibilidades de encontrar placer en el trabajo, mayor compromiso con su asistencia al mismo y será más productivo/a.

Teniendo en cuenta lo anterior, el/la profesional de Terapia Ocupacional debe, valiéndose del marco legal vigente, identificar los riesgos en el puesto laboral y realizar la investigación correspondiente para adoptar medidas de prevención con la participación de los/las trabajadores/as, ya que son ellos/as los/as que tienen una percepción de los riesgos que experimentan. Asimismo, dirigir acciones para fortalecer la labor de los organismos de prevención.

“Las investigaciones científicas han demostrado que las dimensiones negativas de los RPST pueden ser controladas, reducidas o eliminadas si se las identifica, se toma conciencia y se adoptan medidas de prevención individuales y colectivas.” (Neffa, J., 2019)

Objetivos

- Describir el rol del/de la Terapeuta Ocupacional en la prevención de los riesgos psicosociales en Argentina.
- Exponer la relevancia de Terapia Ocupacional en el ámbito laboral.
- Identificar cuales son los riesgos psicosociales más frecuentes en profesionales de la salud en Argentina.

Metodología

El diseño es de tipo descriptivo, transversal, prospectivo, análisis cuali y cuantitativo, recolectando la información por una encuesta de Google Forms y a través de un rastreo bibliográfico de textos de los últimos 10 años, de origen latinoamericano.

La muestra fue constituida por **110** profesionales de la salud argentinos, pertenecientes a distintas profesiones y puestos de trabajo.

Como criterios de inclusión se toma como requisito que los participantes sean profesionales de la salud que posean educación superior terciaria y/o de grado, y se encuentren trabajando en el ámbito público, privado o ambos, en Argentina.

Resultados

Entre los/las profesionales de la salud que participaron de la encuesta se encuentran: Lic. en Psicología, Médicos/as (pediatría, cirugía, tocoginecología, etc), Lic. en Terapia Ocupacional, Lic. en Obstetricia, Lic. en Trabajo Social, Lic. en Enfermería, Lic. en Kinesiología, Psicomotricistas, Lic. en instrumentación quirúrgica, Técnico radiólogo, Lic. en Musicoterapia, Bioquímica, Técnica universitaria en medicina nuclear, Lic. Odontología, Lic. Psicopedagogía, Lic. Fonoaudiología, Técnica en farmacia hospitalaria.

Las edades rondan entre los 23 a 73 años. El 89.1% de los/las que respondieron se identifican con el género femenino.

Los/las profesionales encuestados/as trabajan un promedio de 42.3 horas semanales. Asimismo, un 68.5% percibe su salario como “No satisfactorio”, siendo uno de los aspectos negativos más notables entre ellos/as, expresando su preocupación por la paga. Como consecuencia, los/as profesionales necesitan mantener múltiples fuentes de ingresos, lo que es consistente con los resultados de la encuesta, evidenciándose que en mayor medida un 39.3% poseen 3 empleos y, en segunda instancia, 2 empleos en un 27%.

En cuanto al aspecto organizacional, el 76.5% de los/as profesionales refieren realizar tareas por fuera de su incumbencia profesional evidenciando polivalencias, y ambigüedad del rol en un 30% manifestando que no tienen claro qué se espera de ellos/as; reconociendo como causas la sobrecarga en responsabilidad, la mala organización jerárquica, el maltrato laboral y las pocas posibilidades de crecimiento. Se obtiene además que el 64.5% de profesionales vivencia “a veces” situaciones violentas en el ámbito laboral, y afecta en la posibilidad de toma de decisiones para la resolución de dilemas/conflictos éticos, lo

que se manifiesta en el 64.8% de los y las encuestados/as. En contraposición, los/as profesionales encuestados valoran como positiva su relación con compañeros/as y personal jerárquico, identificándose una incongruencia entre ambos resultados.

Consecuencias percibidas por los/las trabajadores/as de la salud en Argentina

El 100% de los/as profesionales de la salud identificaron haber sufrido algún síntoma, signo y/o conducta, de los cuales el 88.8% lo percibe como perjudicial para ellos/as, siendo asociado al trabajo por casi la totalidad de los/as mismos/as (94.4%). Entre los más frecuentes se identifican el estrés (91.8%), la continuidad del trabajo por fuera de horario (72.9%), alteración del sueño (63.9%), dolores de cabeza (69.3%), ansiedad (63%), cambios de humor (62.1%), fatiga (62.1%), dolores musculares (49.5%), entre otros.

Asimismo, más de la mitad de profesionales expresan que el trabajo les generó un hábito de salud negativo, siendo predominante la “mala alimentación”, “falta de ejercicio”, “tabaquismo”, “insomnio”, “hiperconectividad” y “sedentarismo”.

Finalmente, estos resultados expresan que la fatiga mental y psíquica que presentan va más allá de la profesión de base, siendo una característica global del área de salud.

Terapia Ocupacional como pieza clave

Los hallazgos convergen en la implementación de estrategias orientadas al logro de un balance ocupacional que se ajuste dependiendo de los hábitos, rutinas y roles que se desempeñan en los diferentes entornos de interacción laboral. Es por ello que, desde los inicios de la profesión, las intervenciones se centran en perspectivas biopsicosociales permitiendo así una intervención integral que tenga como valor el significado de la ocupación y el bienestar en el quehacer laboral (Paganizzi, 2007, como se citó en Chaparro, M. y Suarez, G., 2020). Lo cual, concuerda con la formación integral que recibe el/la Terapeuta Ocupacional, permitiéndole actuar e intervenir en la detección de riesgos psicosociales, y plantear estrategias para abordarlos (Baez Peña, J. y Herrera Perez, J., 2013).

¿Qué se puede hacer desde Terapia Ocupacional?

Se destaca como eje el autocuidado no solo como estrategia para la prevención, sino que “debería incluirse en la jornada laboral para cultivar la interioridad de los profesionales de la salud”, contraponiéndose a la mirada social como una práctica egoísta (Benito, Múgica y Álvarez, 2020; citado en Devoto Córdova, M. y col., 2022). A su vez, se convoca a re-pensarse de forma integral para la búsqueda del autocuidado a través del equilibrio ocupacional para el bienestar, la felicidad y la salud. Para ello, se identifican “estrategias de meditación, autoconciencia, mindfulness, registro de las propias experiencias y sensaciones, técnicas de elongación o movimiento, expresión artística, (...) grupos de reflexión, supervisiones, talleres vivenciales, estrategias de

comunicación asertiva, etc". (Devoto Córdova, M. y col., 2022). Tomando a Flores, D. y col. (2014) se distinguen estrategias de afrontamiento; entrenamiento en la resolución de problemas; realización de pausas; utilización de técnicas de autocontrol; promoción de la asertividad y el manejo del tiempo; fomentar el apoyo social, emocional y la retroalimentación; incrementar la autonomía; fomentar la participación en la toma de decisiones; crear instancias de apoyo y plantear metas y objetivos comunes. Sumado a esto, Chaparro, M. y Suarez, G. (2020) proponen fomentar las actividades educativas, deportivas, culturales y recreativas; como también accionar en los servicios de asistencia, proveer acceso a servicios e información, promover un estilo de vida saludable, dar atención emocional, entre otras. En adición, plantean la adaptación laboral en cuanto a los horarios de trabajo, el ambiente, la gestión y la relación con las tareas; el análisis de puestos de trabajo en cuanto a las funciones, el desempeño ocupacional, las estructuras corporales y los ajustes que se requiera; y promover el desarrollo de intereses en cuanto a las habilidades, capacidades, destrezas y el enriquecimiento del puesto de trabajo.

A modo de cierre, los/as diferentes autores/as coinciden en algunas de las estrategias propuestas, agregando variaciones u ofreciendo otras diferentes. En su generalidad, las mismas podrían identificarse orientadas al sujeto, al grupo o equipo de trabajo y las centradas en los aspectos organizacionales del lugar de trabajo.

Conclusión

A pesar de la gran incidencia de RPST encontrados en los/as profesionales de la salud encuestados de la Argentina, se destaca que identifican como principal aspecto positivo en el trabajo la "vocación de servicio", que se observa como impulso para seguir ejerciendo; dejando de lado su autocuidado.

El análisis arroja resultados alarmantes en cuanto al impacto en la calidad de vida y salud de los/as profesionales, destacándose la necesidad de la planificación e implementación de medidas que apunten a abordar esta emergencia. La gran incidencia de RPST con sus consecuentes signos/síntomas/conductas, sumado al registro bibliográfico existente, refleja la falta de implementación de políticas preventivas a nivel nacional.

Se puede concluir que la Terapia Ocupacional tiene un rol fundamental puesto que posee una mirada holística, contemplando al sujeto, la tarea y su entorno, permitiéndole aplicar un bagaje de herramientas necesarias.

Se propone para un futuro investigar si los/as profesionales utilizan y/o reconocen estrategias para disminuir los riesgos. Así como, profundizar sobre las causas y consecuencias según variables específicas como ser el género, disciplinas y ámbitos público/privado de trabajo, además de, la producción de escritos nacionales acerca del rol de la Terapia Ocupacional y de su importancia en la prevención de los mismos.

BIBLIOGRAFÍA

- Alustiza, E. y col. Facultad de Ciencias Económicas Universidad Nacional de La Plata. (2017) ¿Quién cuida a los que cuidan? Los riesgos psicosociales en el trabajo en los establecimientos privados de salud. Universidad Nacional de La Plata.
- Baez Peña, J. y Herrera Perez, J. (2013) Diseño y ejecución de un programa de terapia ocupacional enfocado al bienestar ocupacional para promover estilos de vida saludables y mitigar riesgos psicosociales en los funcionarios de la alta consejería para los derechos de las víctimas, la paz y la reconciliación. [Trabajo de grado, Universidad Nacional de Colombia]. Repositorio Institucional - Universidad Nacional de Colombia.
- Devoto Cordova, P., Hoffmann, C., Polesel, M., Silvester, M. y Vazquez, E. (2022) Una mirada desde terapia ocupacional al autocuidado de los profesionales de la salud. Revista de trabajo social Margen N° 104. <https://www.margen.org/suscri/numero104.html>
- Flores, D., Vega, V., Del Rio, C. y Zavala, D. (2014) Ocuparse del bienestar de los profesionales de la salud: Un desafío pendiente. Revista chilena de terapia ocupacional. Vol. 14, No. 1, Julio 2014, Pág. 33-44. ISSN 0717-6767
- Marco de trabajo para la práctica de terapia ocupacional: Dominio y proceso. Cuarta edición. Am J OccupTher. 2020.
- Martínez Gil, J.A., García Isidoro, S., Castellanos Sánchez, V.O. Análisis del riesgo laboral psicosocial en una empresa metalmeccánica de Colombia, una experiencia de intervención apoyada de modelos basados en la evidencia. TOG (A Coruña) [revista en Internet]. 2016 [fecha de la consulta], 13(23): [21 p.]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num23/pdfs/original6.pdf>
- Monte Gil, P. (2012) Riesgos psicosociales en el trabajo y salud ocupacional. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. [online]. 2012, vol.29, n.2, pp.237-241. ISSN 1726-4634.
- Murillo, K.D.M., Guzmán Suárez, O.B., & Moreno-Chaparro, J. (2020) Estrategias de intervención de los factores de riesgo psicosocial de origen laboral: una visión desde terapia ocupacional. Cader-nos Brasileiros de Terapia Ocupacional, Ahead of Print. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoA01934>
- Neffa, J.C. ¿Qué son los riesgos psicosociales en el trabajo?: reflexiones a partir de una investigación sobre el sufrimiento en el trabajo emocional y de cuidado / Julio César Neffa. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Centro de Estudios e Investigaciones Laborales - CEIL-CONICET, La Plata: Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Ciencias Económicas, Moreno: Universidad Nacional de Moreno, La Plata: Asociación de Trabajadores de la Sanidad Argentina, 2019. Libro digital, PDF - (Proyectos, 3) Archivo Digital: descarga. ISBN 978-987-46124-7-2.
- Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud (2012) *Estudio comparativo de las condiciones de trabajo y salud de los trabajadores de la salud en: Argentina, Brasil, Costa Rica y Perú.* https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=6646:2012-estudio-comparativo-condiciones-trabajo-salud-argentina-brasil-costa-rica-peru&Itemid=42273&lang=en