

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Medicina Humana



Una Institución Adventista

Asociación entre sobrecarga laboral y salud mental en docentes universitarios de una facultad de salud

Trabajo de Investigación para obtener el Grado Académico de Bachiller en Medicina humana

Autores:

Juan José Olortegui Rodríguez
Paul Cristian Mamani Quispe

Asesor:

Dr. Roger Albornoz Esteban

Lima, julio de 2021

DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Roger Albornoz Esteban, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Medicina Humana, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: “**ASOCIACIÓN ENTRE SOBRECARGA LABORAL Y SALUD MENTAL EN DOCENTES UNIVERSITARIOS DE UNA FACULTAD DE SALUD**” constituye la memoria que presentan los estudiantes Juan José Olortegui Rodríguez y Paul Cristian Mamani Quispe, para obtener el Grado Académico de Bachiller en medicina humana, cuyo trabajo de investigación ha sido realizado en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 15 días del mes de julio del año 2021.



Roger Albornoz Esteban

PRUEBA DE SUMISIÓN

Revista de Psiquiatría y Salud Mental: confirmación de envío / Submission confirmation ▶ Recibidos x  

 **Revista de Psiquiatría y Salud Mental** <em@editorialmanager.com> para mí ▼ lun, 28 jun 18:40 (hace 7 días) ☆ ↶ ⋮

Estimado/a Mr. Olortegui:

Le confirmamos la recepción del artículo titulado: "ASOCIACIÓN ENTRE SOBRECARGA LABORAL Y SALUD MENTAL EN DOCENTES UNIVERSITARIOS DE UNA FACULTAD DE SALUD", que nos ha enviado para su posible publicación en Revista de Psiquiatría y Salud Mental.

En breve recibirá un mensaje con el número de referencia asignado y se iniciará el proceso de revisión del artículo. En caso de que sea necesario que haga algún cambio previo, también se le notificará por correo electrónico.

Tal y como se especifica en las normas de publicación de la revista, le recordamos que su manuscrito no puede ser publicado en ninguna otra revista mientras dure el proceso de revisión.

No dude en contactar con la redacción para cualquier información adicional.

Reciba un cordial saludo,

EM
Revista de Psiquiatría y Salud Mental

RPSM-D-21-00177: código de referencia de su artículo / Your Submission Ref. No. ▶  

 **Revista de Psiquiatría y Salud Mental** <em@editorialmanager.com> para mí ▼ 10:02 (hace 10 horas) ☆ ↶ ⋮

 inglés ▼ > español ▼ [Traducir mensaje](#) Desactivar para: inglés x

Estimado/a Mr. Olortegui:

Le confirmamos que se ha iniciado el proceso de revisión de su artículo "Asociación entre sobrecarga laboral y salud mental en docentes universitarios de una facultad de salud" (ref. RPSM-D-21-00177), enviado a Revista de Psiquiatría y Salud Mental para su posible publicación.

Para consultar el estado de su artículo debe seguir los siguientes pasos:

1. Acceda a la página <https://www.editorialmanager.com/rpsm/>.
2. Introduzca sus datos de registro (Usuario: juanjo2020)
Si no sabe o no recuerda su password, entre en:
<https://www.editorialmanager.com/rpsm/i.asp?i=78906&l=YR2TTOF3>.
3. Acceda como autor al sistema (esto le llevará a su menú principal).
4. Entre en "Submissions Being Processed".

Muchas gracias por el interés mostrado por nuestra revista.

Reciba un cordial saludo,

Sandra Gallego
Administrative Support Agent [Jul-2020]

ASOCIACIÓN ENTRE SOBRECARGA LABORAL Y SALUD MENTAL EN DOCENTES UNIVERSITARIOS DE UNA FACULTAD DE SALUD

Juan J. Olortegui-Rodriguez, Paul C. Mamani-Quispe

Resumen

Introducción: La pandemia por la COVID-19 tuvo un impacto a escala mundial. Esto agudizó los problemas de salud, sobre todo en poblaciones específicas, como la de los profesionales de la salud que hacen docencia.

Objetivo: Determinar si una mayor carga laboral en docentes de una facultad de salud está relacionado a mayores niveles de depresión, ansiedad e insomnio.

Metodología: Se realizó una encuesta virtual, la cual fue enviada a través de vías institucionales a los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud y autoadministrada. El análisis descriptivo se realizó utilizando el programa estadístico R.

Resultados: El 75.7% de los encuestados fueron hombres y el 65.7% de los docentes son médicos de profesión. La prevalencia de sobrecarga laboral fue de 42.9%. La prevalencia de depresión, ansiedad e insomnio fue de 27.1%, 31.4% y 21.4%, respectivamente. El 36.7% de las personas que sobre trabajan tiene depresión, a diferencia del 80% de las que no sobre trabajan y no tiene depresión.

Discusión: El que el 57.1% de los docentes tenga más de un empleo nos sugiere que a pesar del contexto sanitario adverso y el aislamiento social, las personas trabajan más. Identificamos que aquellos que viven acompañados reportaron mejores puntajes de salud mental. La asociación positiva entre la sobrecarga laboral y el nivel de depresión, ansiedad e insomnio fue ligera.

Conclusión: La sobrecarga laboral en los docentes de una facultad de salud durante la pandemia por la COVID-19 ha repercutido sobre su salud mental, principalmente, sobre la depresión.

PALABRAS CLAVE: sobrecarga laboral; depresión; ansiedad; insomnio.

Association between overworkload and mental health in university professors of a Health Faculty

Abstract

Introduction: The COVID-19 pandemic had a worldwide impact. This exacerbated health problems, especially in specific populations, such as health professionals who teach.

Objective: The aim of the study was to determine whether a greater workload in professors at a health faculty is related to higher levels of depression, anxiety and insomnia.

Methodology: A virtual survey was conducted, which was sent through institutional channels to the teachers of the Faculty of Health Sciences and was self-administered. The descriptive analysis was performed using the R statistical program.

Results: 75.7% of the respondents were male and 65.7% of the teachers were physicians by profession. The prevalence of overwork was 42.9%. The prevalence of depression, anxiety, and insomnia was 27.1%, 31.4%, and 21.4%, respectively. The prevalence of

depression was 36.7% of those who overworked, as opposed to 80% of those who did not overwork and did not have depression.

Discussion: The fact that 57.1% of professors have more than one job suggests that despite the adverse health context and social isolation, people work more. We identified that those who live accompanied reported better mental health scores. The positive association between overworkload and the level of depression, anxiety and insomnia was slight.

Conclusion: The overwork of health faculty professors during the COVID-19 pandemic has had an impact on their mental health, mainly on depression.

KEY WORDS: overworkload; depression; anxiety; insomnia.

INTRODUCCIÓN

Al finalizar el año 2019 en Wuhan - China se reportaron casos de neumonía atípica, esta enfermedad se convertiría rápidamente en la pandemia que conocemos como COVID-19 (1). Meses después el Perú tomó medidas drásticas para evitar el contagio masivo, decretando así el estado de emergencia, este contexto causó efectos negativos en la salud mental de la población general, y de manera singular al personal de salud (2).

Debido al contagio y atención sanitaria masiva de la enfermedad emergente, los profesionales de salud están expuestos a largas jornadas de trabajo. Se conoce que el aumento de la carga laboral trae consecuencias negativas para la salud (3). Se ha demostrado también que dirigir una cátedra universitaria y continuar labores de médico produce tensión física y emocional (4).

Tres de las principales afecciones en la esfera de la salud mental son: El trastorno ansiedad generalizada (TAG), que es una enfermedad caracterizada por ansiedad y preocupación excesiva, estas causan deterioro en el trabajo y en las demás áreas sociales del individuo (5). La depresión mayor, que presenta tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración (6). Y el insomnio, una condición clínica común caracterizada por la dificultad para iniciar o mantener el sueño, acompañado de síntomas como irritabilidad o fatiga durante la vigilia (7).

El objetivo del presente estudio fue determinar si una mayor carga laboral en docentes de una Facultad de Salud está relacionada a mayores niveles de depresión, ansiedad e insomnio.

METODOLOGÍA

Diseño: Observacional, transversal, descriptivo.

Muestra: Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, de tipo censal a los 97 docentes que trabajan en la Facultad de Ciencias de la Salud (FCS) de la Universidad Peruana Unión (UPeU).

Criterios de inclusión: Ser docente de la FCS de la UPEU durante el semestre académico 2020-2 y 2021-1, dar su consentimiento para participar del estudio.

Se incluyeron datos sociodemográficos y de carga laboral. Considerando dos categorías, carga laboral estándar (≤ 48 horas a la semana) y sobrecarga laboral (> 48 horas a la semana).

Instrumentos

La medición de los indicadores de salud mental se llevó a cabo a través de los siguientes cuestionarios: Para medir la depresión, se utilizó el Cuestionario sobre la Salud del Paciente (PHQ-9). Para medir la ansiedad, se utilizó la Escala del trastorno de ansiedad generalizada (GAD-7). Para medir el insomnio, se utilizó el Índice de Gravedad del Insomnio (ISI).

Se recopilaron respuestas desde diciembre del 2020 hasta mayo del 2021 a través de una encuesta virtual utilizando un formulario de Google. La información de los datos obtenidos en el formulario se registró a través de la hoja de cálculo de Google enlazada al mismo.

El análisis descriptivo y comparativo se realizó según pruebas paramétricas y no paramétricas, dependiendo de la naturaleza de las variables. Los resultados están expresados como mediana y rango intercuartílico para las variables numéricas; para las categóricas, las frecuencias (n°) y los porcentajes. La asociación entre carga laboral y salud mental se realizó mediante un modelo lineal. Todos los análisis se realizaron utilizando R (www.r-project.org).

RESULTADOS

De un total de 96 docentes de la FCS, se encuestó a 75 personas (tasa de aceptación de 83.3%), de las cuales 5 fueron eliminadas por datos incompletos, quedando 70 (77.8%) respuestas incluidas (Figura 1).

La mediana de edad fue de 46 años y el 75.7% fueron hombres. El 65.7% de los docentes son médicos de profesión. El 67.1% de los docentes están casados y el 81.4% son el sostén económico de su familia.

El 61.4% de los docentes trabaja a tiempo parcial y el 75.7% enseña en la escuela de Medicina Humana. El 27.1% solo trabaja en la UPeU, mientras que el 57.1% labora también en el ámbito asistencial. La mediana de horas que trabajan por semana es de 47. El 42.9% trabaja más de 48 horas a la semana, en otras palabras, tienen sobrecarga laboral. La prevalencia de depresión, ansiedad e insomnio fue de 27.1%, 31.4% y 21.4%, respectivamente. Demás datos se muestran en la Tabla 1.

La mediana de edad fue menor para aquellos que presentaron depresión y ansiedad e insomnio. El 73.8%, 68.9% y 78.7% de las personas que viven acompañadas no presentó depresión, ansiedad e insomnio, respectivamente. Aproximadamente dos tercios de los encuestados no presentaron depresión, ansiedad ni insomnio; independientemente de si tuvieran hijos o no.

La mediana de horas de trabajo por semana en los que presentaron depresión e insomnio fue mayor por 6 y 3 horas, respectivamente. Los que presentaron ansiedad, por otro lado, tiene una mediana de 7 horas menor a quienes no la presentaron. El 36.7% de las personas que tienen sobrecarga laboral tiene depresión, a diferencia del 80% de las que no tienen sobrecarga laboral y no tienen depresión. En el análisis

bivariado, los valores p de la asociación entre depresión, ansiedad e insomnio fue de 0.2, 1.0 y 0.96. Demás datos se muestran en la Tabla 2.

La Figura 2 muestra la correlación en un modelo lineal del número de horas que se trabaja por semana con el puntaje de las tres escalas utilizadas para medir la salud mental (depresión, ansiedad e insomnio).

DISCUSIÓN

La prevalencia de sobrecarga laboral fue de 42.9%. En el Perú, el máximo de horas laborales por semana para un docente es de 40. Sin embargo, el 57.1% de los encuestados tiene un trabajo adicional al de la docencia. Estos datos se alinean con el análisis hecho en trabajadores de Europa (8). Estos resultados sugieren que, a pesar del contexto adverso producido por la emergencia sanitaria, los profesionales de salud pueden ejercer en el ámbito clínico y docente para suplir la sobre alta demanda laboral.

El 38.6% de los encuestados trabaja como docente a tiempo completo. Comparando el porcentaje de depresión, ansiedad e insomnio, frente a aquellos que trabajaron a tiempo parcial, es menor. Esto se contrasta con lo encontrado en otro estudio de docentes universitarios, donde los docentes contratados reportaron mayores niveles de estrés (9). También, difiere con una investigación realizada en Alemania, donde la variable de jornada laboral (tiempo completo vs tiempo parcial) no explicaba el riesgo de deterioro de la salud mental (10). Consideramos que, debido a la pandemia, el tener un trabajo estable da cierta seguridad financiera y, por tanto, una ligera mejor salud mental.

El 87.1% de nuestra muestra vive acompañada. Al comparar el porcentaje de depresión, ansiedad e insomnio, frente a aquellos que viven solos, es menor. Esto refuerza lo que un estudio a inicios de la pandemia identificó (11). Nuestros resultados refuerzan lo encontrado en otros estudios, que convivir con otras personas es un factor protector para la salud mental (12).

La prevalencia de depresión fue 27.1%, de ansiedad 31% y de insomnio 21.4%. Estos porcentajes, en el marco de la pandemia por COVID-19, impresionan ser la tendencia (13). Una revisión sistemática con metaanálisis sintetizó la evidencia de problemas de salud en pandemias. Identificaron que la prevalencia de depresión, ansiedad e insomnio fue de 26.3, 29 y 37.9%, respectivamente (14). Nuestros resultados se alinean a la literatura actual, lo cual nos lleva a pensar que debemos de implementar estrategias para apoyar a la salud mental de nuestros docentes y personal de salud.

La correlación entre el número de horas de trabajo por semana y el puntaje de las escalas utilizadas para medir depresión, ansiedad e insomnio es ligeramente positiva, principalmente en los puntajes de depresión (Figura 2). Como se vio en un estudio previo, la afección en la salud mental de los trabajadores de salud por la pandemia no cambió drásticamente (15). Los datos obtenidos soportan esa idea; sin embargo, al no ser estadísticamente significativos, necesitamos de más participantes para tener una postura más contundente.

Limitaciones y puntos fuertes del estudio.

Como principales limitaciones del estudio, encontramos que nuestros resultados no fueron estadísticamente significativos, lo cual atribuimos al número reducido de la muestra. En segundo lugar, la comunicación con los participantes fue a través de intermediarios institucionales. Como principales puntos fuertes, observamos una

asociación positiva entre la sobrecarga laboral y el puntaje de las escalas de salud mental.

Conclusión

La sobrecarga laboral en los docentes de una facultad de salud durante la pandemia por la COVID-19 ha repercutido sobre su salud mental, principalmente, sobre la depresión. Instamos a que se realicen más investigaciones en este tema, con mayores muestras y por tiempo más prolongado.

Responsabilidades éticas

Se ha seguido la Declaración de Helsinki, informando previamente a los docentes, los cuales dieron de manera voluntaria su consentimiento informado. Además, se ha garantizado tanto la confidencialidad de los datos, como la privacidad de los docentes.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Financiamiento

El presente trabajo fue autofinanciado por los autores.

BIBLIOGRAFÍA

1. Rothan HA, Byrareddy SN. The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *J Autoimmun.* 2020;109(1):102433.
2. Decreto Supremo N° 044-2020-PCM [Internet]. gob.pe. 2020 [citado 11 de septiembre de 2020]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/pcm/normas-legales/460472-044-2020-pcm>
3. Lin R, Lin Y, Hsia Y, Kuo C. Long working hours and burnout in health care workers: Non-linear dose-response relationship and the effect mediated by sleeping hours— A cross-sectional study. *Jrnl of Occup Health* [Internet]. enero de 2021 [citado 24 de mayo de 2021];63(1). Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1348-9585.12228>
4. Stuijzand S, Deforges C, Sandoz V, Sajin C-T, Jaques C, Elmers J, et al. Psychological impact of an epidemic/pandemic on the mental health of healthcare professionals: a rapid review. *BMC public health.* 2020;20(1):1230.
5. Strong EA, De Castro R, Sambuco D, Stewart A, Ubel PA, Griffith KA, et al. Work–Life Balance in Academic Medicine: Narratives of Physician-Researchers and Their Mentors. *J Gen Intern Med.* 2013;28(12):1596-603.
6. Sapey E. Work–life balance in academic medicine. *The Lancet.* 2015;385(1):S6-7.
7. Cabarkapa S, Nadjidai SE, Murgier J, Ng CH. The psychological impact of COVID-19 and other viral epidemics on frontline healthcare workers and ways to address it: A rapid systematic review. *Brain Behav Immun Health.* 2020;8:100144.
8. Echtelt PE van, Glebbeek AC, Lindenberg SM. The new lumpiness of work: explaining the mismatch between actual and preferred working hours. *Work, Employment and Society.* 2006;20(3):493-512.
9. Tacca Huamán DR, Tacca Huamán AL. Factores de riesgos psicosociales y estrés percibido en docentes universitarios. *Propós represent.* 2019;7(3):323.

10. Seibt R, Kreuzfeld S. Influence of Work-Related and Personal Characteristics on the Burnout Risk among Full- and Part-Time Teachers. *IJERPH*. 5 de febrero de 2021;18(4):1535.
11. Groarke JM, Berry E, Graham-Wisener L, McKenna-Plumley PE, McGlinchey E, Armour C. Loneliness in the UK during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional results from the COVID-19 Psychological Wellbeing Study. Murakami M, editor. *PLoS ONE*. 24 de septiembre de 2020;15(9):e0239698.
12. Askeland KG, Bøe T, Breivik K, La Greca AM, Sivertsen B, Hysing M. Life events and adolescent depressive symptoms: Protective factors associated with resilience. Hashimoto K, editor. *PLoS ONE*. 5 de junio de 2020;15(6):e0234109.
13. Kontoangelos K, Economou M, Papageorgiou C. Mental Health Effects of COVID-19 Pandemia: A Review of Clinical and Psychological Traits. *Psychiatry Investig*. 15 de junio de 2020;17(6):491-505.
14. Salazar de Pablo G, Vaquerizo-Serrano J, Catalan A, Arango C, Moreno C, Ferre F, et al. Impact of coronavirus syndromes on physical and mental health of health care workers: Systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*. 2020;275(1):48-57.
15. Spiller TR, Méan M, Ernst J, Sazpinar O, Gehrke S, Paolercio F, et al. Development of health care workers 'mental health during the SARS-CoV-2 pandemic in Switzerland: two cross-sectional studies. *Psychol Med*. 2020;1-4.

FIGURAS Y TABLAS

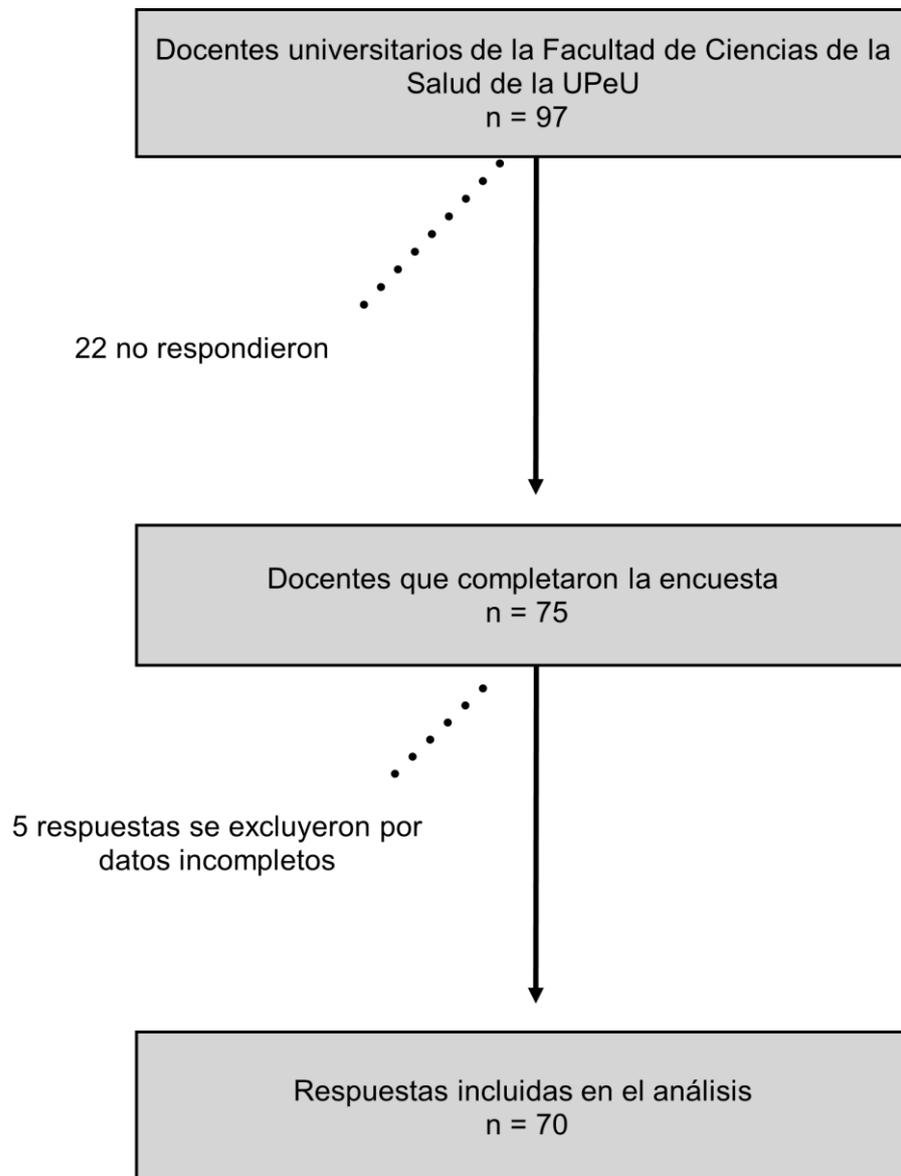


Figura 1 Proceso de recolección de la muestra

Tabla 1 Características de la muestra (n=70)

Características	n=70	(%)
Edad*	46	[36.0;52.8]
Tipo de convivencia		
Vive Solo	9	12.90%
Vive acompañado	61	87.10%
Hijos		
Sin hijos	21	30.00%
Un hijo	18	25.70%
Más de un hijo	31	44.30%
Tipo de contrato		
Tiempo completo	27	38.60%
Tiempo parcial	43	61.40%
Nº de horas que trabaja por semana*	47	[40.0;50.0]
Sobrecarga laboral		
No	40	57.10%
Sí	30	42.90%
Depresión		
No	51	72.90%
Sí	19	27.10%
Ansiedad		
No	48	68.60%
Sí	22	31.40%
Insomnio		
No	55	78.60%
Sí	15	21.40%

*mediana [rango intercuartílico]

Tabla 2 Características asociadas a la salud mental en el análisis bivariado (n=70)

Características	Depresión (PHQ-9)			Ansiedad (GAD-7)			Insomnio (ISI)		
	No (n=51) %	Sí (n=19) %	p	No (n=48) %	Sí (n=22) %	p	No (n=55) %	Sí (n=15) %	p
Edad*	47 [37.0;54.5]	41 [33.5;50.0]	0.161	46.5 [37.0;53.2]	45 [35.2;50.8]	0.590	47 [37.0;53.5]	37 [33.5;50.5]	0.302
Sexo			0.531			0.925			1.000
Hombre	40 75.50%	13 24.50%		37 69.80%	16 30.20%		41 77.40%	12 22.60%	
Mujer	11 64.70%	6 35.30%		11 64.70%	6 35.30%		14 82.40%	3 17.60%	
Tipo de convivencia						1.000			1.000
Vive Solo	6 66.70%	3 33.30%	0.696	6 66.70%	3 33.30%		7 77.80%	2 22.20%	
Vive acompañado	45 73.80%	16 26.20%		42 68.90%	19 31.10%		48 78.70%	13 21.30%	
Hijos			1.000			0.660			1.000
Sin hijos	15 71.40%	6 28.60%		16 76.20%	5 23.80%		17 81.00%	4 19.00%	
Un hijo	13 72.20%	5 27.80%		12 66.70%	6 33.30%		14 77.80%	4 22.20%	
Más de un hijo	23 74.20%	8 25.80%		20 64.50%	11 35.50%		24 77.40%	7 22.60%	
Tipo de contrato			0.231			0.592			0.305
Tiempo completo	17 63.00%	10 37.00%		17 63.00%	10 37.00%		19 70.40%	8 29.60%	
Tiempo parcial	34 79.10%	9 20.90%		31 72.10%	12 27.90%		36 83.70%	7 16.30%	
Nº de horas que trabaja por semana*	44 [40.0;50.0]	50 [40.0;54.0]	0.208	48 [40.0;50.0]	41 [37.0;50.0]	0.292	45 [40.0;50.0]	48 [40.0;52.0]	0.686
Sobrecarga laboral			0.200			1.000			0.966
No	32 80.00%	8 20.00%		27 67.50%	13 32.50%		32 80.00%	8 20.00%	
Sí	19 63.30%	11 36.70%		21 70.00%	9 30.00%		23 76.70%	7 23.30%	

*mediana [rango intercuartílico]

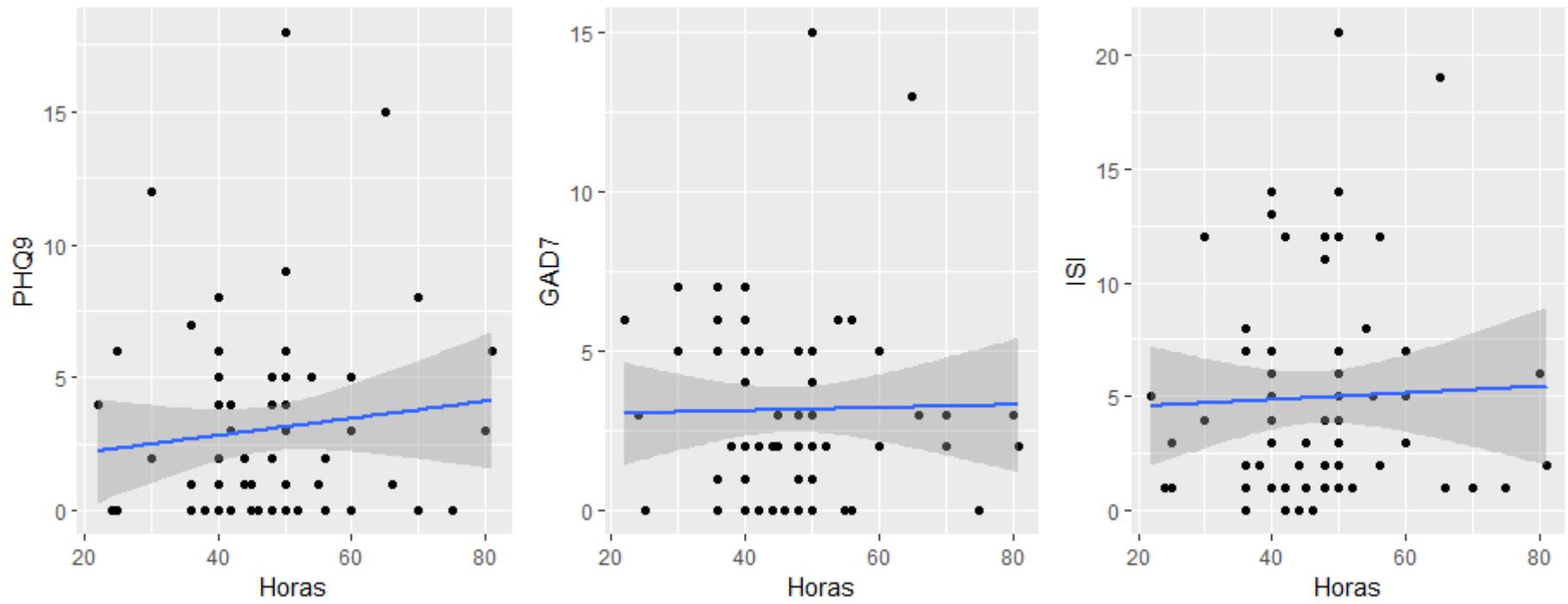


Figura 2 Correlación entre carga laboral y salud mental