

CREACIÓN DE UN CENTRO DE APOYO PSICOSOCIAL PARA ESTUDIANTES Y EGRESADOS DE LA FCS DE LA UNAC

Data de aceite: 01/12/2023

Lina María Ortiz Vargas

Orcid ID 0000-0002-0218-7791
Esp. en psicología organizacional, Mg.
en Neuropsicología y PhD en ciencias
biomédicas

María Camila Bolaños Fernández

UNAC, grupo de investigación cuidado de
la vida.

Laura Marcela Cardona Salazar

UNAC, grupo de investigación cuidado de
la vida.

Valentina Valencia Berrio

UNAC, grupo de investigación cuidado de
la vida.

Mariana Patiño Bedoya

UNAC, grupo de investigación cuidado de
la vida.

Mateo Cano Arango

UNAC, grupo de investigación cuidado de
la vida.

RESUMEN: **Objetivo:** Crear un Centro de Apoyo Psicosocial para estudiantes y egresados de la Facultad de las Ciencias de la Salud de la UNAC. **Metodología:** El tipo de estudio de la presente investigación fue

exploratorio y tuvo un enfoque cuantitativo, en este se encuestaron 247 estudiantes de la FCS y 152 egresados de la FCS. **Resultados:** Se encontró en los estudiantes un porcentaje global de 97% los cuales consideran necesario contar con un espacio de apoyo psicosocial. Un 46% ha vivido situaciones estresantes que afectaron su salud mental e influyeron en la atención de algún paciente. Un 71% no contó con apoyo durante dicha situación. Un 45% no contó con un espacio para fomentar su salud mental. Un 94% considera necesaria la ayuda psicosocial. A un 95% le gustaría recibir capacitaciones sobre intervención en crisis. Se encontró en los egresados un porcentaje global de 98% los cuales consideran necesario contar con un espacio de apoyo psicosocial. Un 68% ha vivido situaciones estresantes que afectaron su salud mental e influyeron en la atención de algún paciente. Un 59% no contó con apoyo durante dicha situación. Un 49% no contó con un espacio para fomentar su salud mental. Un 96% considera necesaria la ayuda psicosocial. A un 92% le gustaría recibir capacitaciones sobre intervención en crisis y un 58% de los egresados cuenta con apoyo psicosocial en la institución donde labora. **Conclusiones:** Se evidencia,

basados en los resultados anteriores, la ausencia e importancia del apoyo psicosocial, para prevenir y/o tratar las afecciones mentales a las cuales se expone el personal salud durante su labor.

PALABRAS CLAVE: Salud mental, Apoyo psicosocial, Área de la salud, Trastornos, Situaciones de crisis, Intervención en crisis.

INTRODUCCIÓN

El siguiente artículo hace referencia al estudio realizado para evidenciar la necesidad de la creación de un Centro de Apoyo Psicosocial para los estudiantes y egresados de la Facultad de las Ciencias de la Salud de la Universidad Adventista de Colombia, por medio de estrategias de intervención en relación a las características de las labores realizadas por este personal. Para comprender la manera en la que se intervendrá al personal, es necesario definir estas técnicas, que buscan aliviar el estrés por medio de la expresión de los sentimientos, emociones y relaciones entorno a eventos o circunstancias de impacto significativo durante el desempeño de sus labores, fortaleciendo el apoyo intergrupar en búsqueda de prevenir posibles secuelas psicopatológicas que son altamente probables tras acontecimiento críticos, (Mallo, 2017) (1).

Este estudio se realizó con el interés de evidenciar la necesidad de la creación del centro de apoyo psicosocial para estudiantes y egresados de la FCS de la UNAC justificado por el contacto con situaciones y pacientes críticos durante el desempeño de sus labores. Para esto se realizó un tamizaje de salud mental y una encuesta de interés enfocada a indagar la vivencia de situaciones estresantes que podrían afectar el desempeño de su labor y la presencia de apoyo para las mismas. (2)

El personal del área de la salud por la naturaleza de su trabajo, está constantemente expuesto a situaciones de crisis, dolor y muerte, lo que poco a poco va influyendo y por ende afectando la salud mental de los mismos (3), sumado a esto se encuentra que existen variables adicionales como lo son los horarios, una alimentación inadecuada, dificultades en el ambiente laboral entre otros que se convierten en factores que aumentan el riesgo de desarrollar y de presentar patologías o trastornos en la salud mental de esta población; es por esto que se vio la necesidad de contar con el Centro de Apoyo Psicosocial.

En diversas investigaciones se han interesado por trabajar este tema, dado que se evidencia el aumento en los factores de riesgo y el incremento en las patologías de salud mental, uno de estos estudios fue el realizado por Cindy Gonzales en el 2018, en el que dice: “un factor determinante de la calidad de un servicio asistencial en situaciones de emergencia o vulnerabilidad es el estado emocional del personal que ofrece la asistencia. En una relación de ayuda como la que proporcionan los profesionales de la salud, la empatía es un recurso fundamental e inevitable que si bien permite la comprensión del sufrimiento del afectado puede generar un efecto adverso al punto de disminuir la capacidad de respuesta y bienestar emocional llamado fatiga por compasión” (4).

Se comprende entonces que existe una relación directa entre la salud mental de los primeros respondientes y la calidad de la atención o el servicio que se va a prestar, en la cual una salud mental equilibrada o que cuente con procesos de apoyo e intervención, va a permitir a este personal realizar manejos e intervenciones más adecuadas a la población que deban atender, es aquí donde el Centro de Apoyo Psicosocial juega un papel fundamental como herramienta de apoyo; aunque ya existe el Centro de Apoyo Universitario, no es de fácil acceso, no tiene la capacidad de respuesta necesaria para la población y no cuenta con personal capacitado en psicología de la emergencia

Los trastornos mentales pueden incrementarse en situación de desastres, emergencias y circunstancias críticas en torno a eventos inesperados, se evidencia la necesidad de que los estudiantes y egresados prioricen su atención psicológica para así reducir la incidencia de patologías y trastornos a nivel psicosocial, con el propósito de permitir el normal desarrollo de sus vidas y a su vez beneficiar a los pacientes con atención adecuada, oportuna y respetuosa. (5)

MATERIALES Y MÉTODOS:

Diseño: El presente estudio se desarrolla dentro de un enfoque de investigación cuantitativo, ya que como dice Sampieri, “Cuando hablamos de una investigación cuantitativa damos aludidos al ámbito estadístico, es en esto en lo que se fundamenta dicho enfoque, en analizar una realidad objetiva a partir de mediciones numéricas y análisis estadísticos para determinar predicciones o patrones de comportamiento del fenómeno o problema planteado. Este enfoque utiliza la recolección de datos para comprobar hipótesis, que es importante señalar, se han planteado con antelación al proceso metodológico, con un enfoque cuantitativo se plantea un problema y preguntas concretas de lo cual se derivan las hipótesis. Otra de las características del enfoque cuantitativo es que se emplean experimentaciones y análisis de causa-efecto, también se debe resaltar que este tipo de investigación conlleva a un proceso secuencial y deductivo. Al término de la investigación se debe lograr una generalización de resultados, predicciones, control de fenómenos y la posibilidad de elaborar réplicas con dicha investigación.” Este proyecto pretende identificar la necesidad que se tiene de contar con un servicio de apoyo psicosocial y conocer la existencia de este mismo para su uso apropiado y con una asistencia adecuada.

Tipo de participantes: Para la presente investigación se tomó como población a los estudiantes y egresados de la FCS de la UNAC, entre la cual se encuentran, los tecnólogos en atención pre hospitalaria y enfermeros, ya que son una población que por sus características laborales, como los son los horarios laborales, el estrés propio de esta profesión, la alimentación inadecuado, el poco tiempo de descanso, la constante exposición a situaciones de crisis y dolor, y el poco tiempo para compartir con familiares y actividades de ocio, hacen que estén más expuestos a manifestar problemáticas de origen psicosocial

y por lo tanto son más vulnerables y necesitan más de la implementación y creación del Centro de Apoyo Psicosocial.

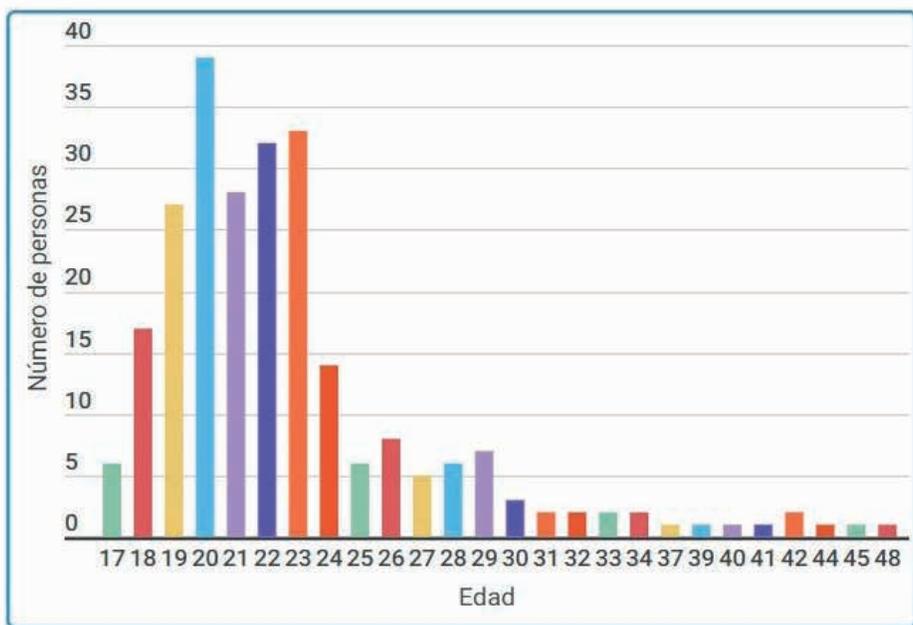
ANÁLISIS DE RESULTADOS

Después de realizar los procesos de encuestas a los participantes de la presente investigación se analizaron los resultados expuestos por los mismos, por medio de la operacionalización (interpretación) de las variables que se plantearon en el mismo estudio donde se tuvo en cuenta el tamaño muestral con el que se trabajó, además de las características sociodemográficas de la misma.

Esta investigación arrojó resultados significativos en cuanto a la necesidad de contar con el Centro de Apoyo Psicosocial para estudiantes y egresados de la FCS de la UNAC, ya que (al momento de analizar los, estos) el tamizaje arrojó resultados que demuestran la afectación en la salud mental de los encuestados.

A continuación, se muestran los resultados más relevantes que se obtuvieron en esta investigación.

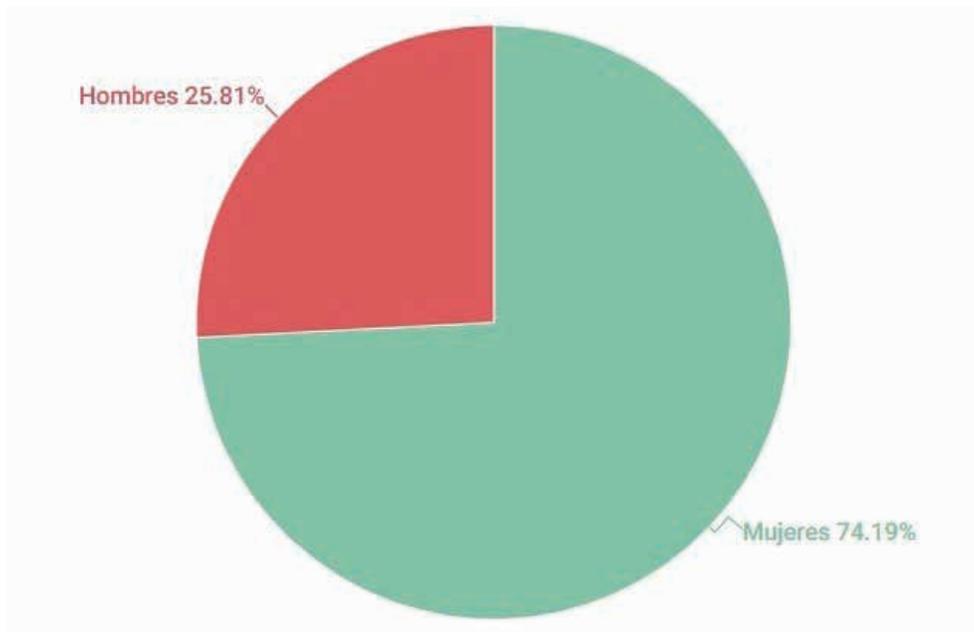
Rangos de edad



Como se puede observar en la anterior gráfica, el mayor porcentaje de la población que hizo parte de la presente investigación está en los rangos de edad entre los 19 a los 23 años, al analizar este rango generacional es importante comprender que es una población que presenta mayor vulnerabilidad a adquirir o desarrollar problemáticas psicosociales,

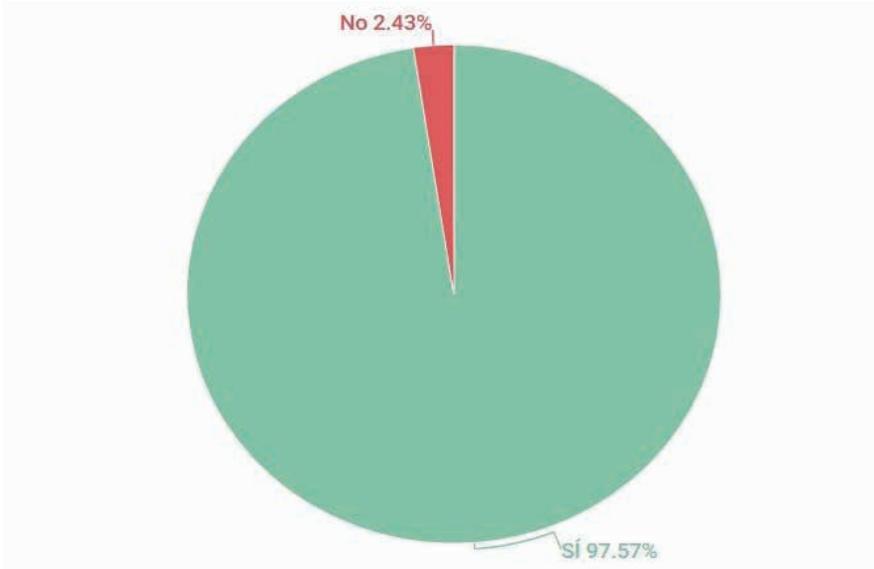
dadas las características psicológicas propias de estas edades; por lo cual se puede inferir que esto es un factor que puede influir en que se haya incrementado la presencia de problemáticas psicosociales en un porcentaje significativo después de la vivencia de situaciones de crisis

Genero



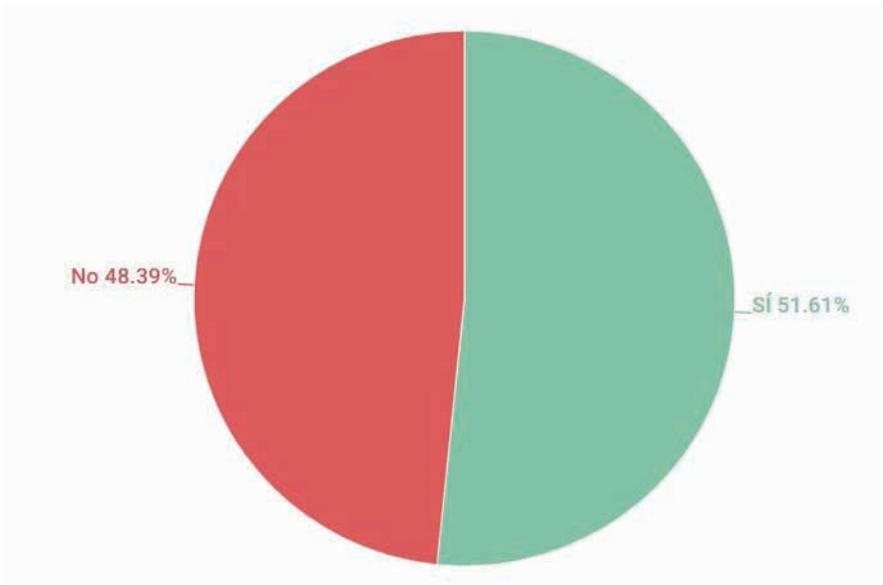
Se le realizó la encuesta a 252 estudiantes y egresados del Programa de Atención Prehospitalaria y Enfermería de la Corporación Universitaria Adventista de los cuales 65 son hombres y 187 son mujeres, siendo las mujeres la mayoría en estas estadísticas.

¿Consideras que es necesario contar con un espacio de apoyo psicosocial para los estudiantes y egresados de la facultad de la salud?



En la presente gráfica se puede observar como las personas encuestadas evidencian la necesidad de la creación del Dentro de Apoyo Psicosocial para el personal estudiantil y egresado de la facultad secundaria a la constante exposición a situaciones emocional y físicamente desafiantes en el ámbito laboral en el cual desempeñan sus labores diarias.

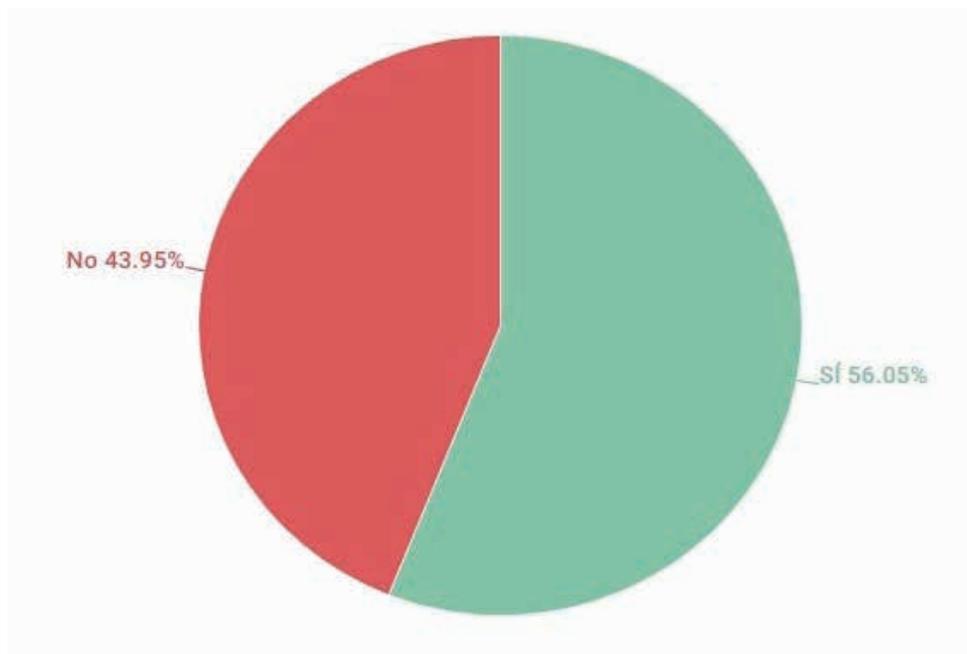
¿Se siente nervioso, tenso o aburrido?



La información que se logró obtener en este resultado fue muy interesante, ya que

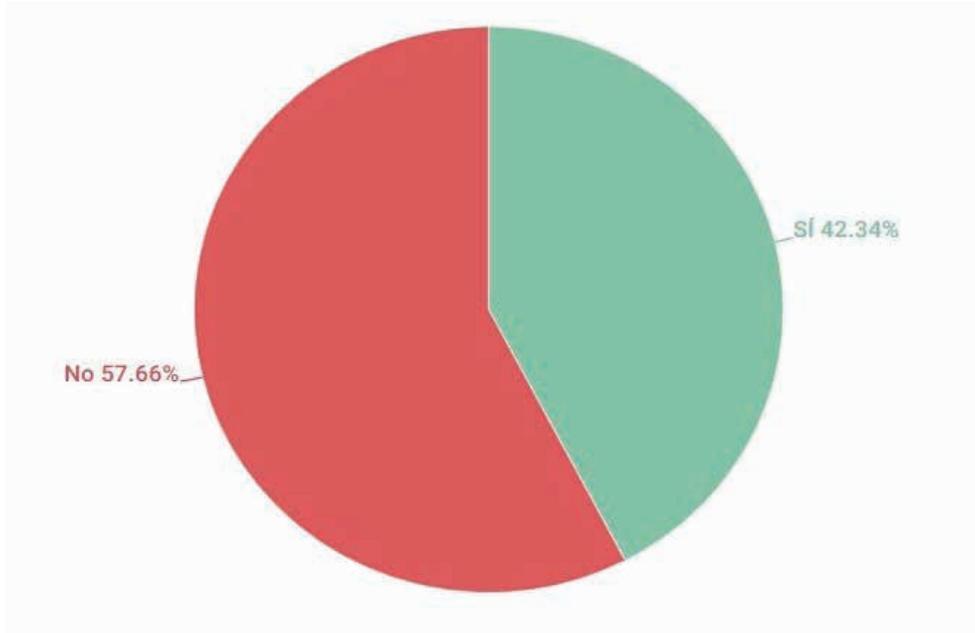
evidenció que un 51.61% de la población encuestada presenta alteraciones en su salud mental debido a las problemáticas previamente mencionadas, las cuales afectan de manera directa el rendimiento académico y laboral del personal salud durante el desempeño de sus labores y la interacción con pacientes y familiares

¿Tiene dificultad para tomar decisiones?



En esta pregunta el 56.05% de las personas encuestadas respondió de manera afirmativa a la pregunta, lo cual logra evidenciar la afectación del criterio profesional al momento de tomar decisiones de suma importancia, las cuales podrían ser determinantes en situaciones de crisis donde las decisiones no solo afectan a los estudiantes y egresados, sino también a los pacientes, familiares y entorno social.

¿Ha tenido la idea de acabar con su vida?



En esta pregunta se logró evidenciar cómo empezó a afectar estas situaciones de crisis experimentadas durante este periodo a la población objeto de estudio, ya que el 42.34% ha contemplado alguna vez en acabar con su vida, frecuentemente este pensamiento es secundario a dichas situaciones complejas que desafían su salud mental cada día

DISCUSIÓN

La presente investigación se centró en identificar la necesidad que tenían los participantes, de implementar el Centro de Apoyo Psicosocial para el manejo de situaciones de crisis y problemáticas psicosociales que han podido experimentar en su trabajo. Se realizó una búsqueda bibliográfica para analizar la pertinencia del tema con diversas investigaciones relacionadas, para comparar con los resultados hallados en el presente estudio, a continuación, se hace la relación y referencia de los mismos.

Se pudo evidenciar que la edad de los encuestados puede ser un factor que influyó en la presencia o aumento de problemáticas o trastornos psicosociales, lo cual se puede confirmar cuando se observan estudios como el realizado por la Asociación Colombiana de Psiquiatría, que tiene por título: “Suicidio: Problemática silenciosa en trabajadores de salud” (6), en donde se puede evidenciar que para los años 2021 y 2022 aumentaron las tasas de ideación e intento suicida, además de los altos índices de ansiedad, depresión, alcoholismo y consumo sustancias que se incrementan en la etapa de formación académica en especial entre los jóvenes entre 15 y 29 años, siendo este un rango de edad muy cercano a la mayor parte de la población encuestada; lo que sitúa esta población en un rango de vulnerabilidad

emocional y psicológica que los hacen más propensos de adquirir o desarrollar patologías de salud mental.

Por otra parte teniendo como punto de partida la muestra del género en donde el 74,19% de la población encuestada son mujeres se hace relevante al analizar artículos como “¿Por qué hablar de género y salud mental?” (7) de Luciana Ramos-Lira, el cual “destaca el hecho de que las mujeres no solamente presentan tasas más elevadas de trastornos mentales que los hombres, sino también síntomas más graves e incapacitantes.” La autora asegura que “en general pareciera que las mujeres son más vulnerables a que su salud mental resulte afectada por ciertos factores sociales” lo cual reafirma que al ser una facultad donde la mayor parte de su población estudiantil son mujeres es un gran indicador de que la mayoría podrían verse afectadas respecto a su salud mental.

Al analizar los resultados, se pudo observar que un 51.61% de la población se sienten nerviosos tensos o aburridos, lo cual se puede evidenciar en diferentes artículos tales como: “Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos” (8) el cual expone que “los estudiantes se enfrentan cada vez más a exigencias, desafíos y retos que les demandan una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos de diferente índole. Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, y autocrítica (Caballero, Abello & Palacios, 2007), e, incluso, llevarlo a la pérdida de control sobre el ambiente, aunque sea sólo transitoriamente (Martín, 2007).”; también en la investigación realizada en el artículo titulado: “Burnout en estudiantes universitarios” (9), en el cual los autores analizan este síndrome y lo definen como “una consecuencia y respuesta al estrés crónico vinculado al rol, la actividad y el contexto académico, de carácter maligno, insidioso y que puede afectar el desarrollo, el compromiso y la satisfacción de los estudiantes con su formación y vida académica, además de su salud psicosocial (Caballero, 2012).” y refieren que afecta tres dimensiones “agotamiento, despersonalización y baja eficacia profesional (Gil Montes, 2007; Maslach & Jackson, 1981)”; de esto se concluye que la carga académica es un factor altamente influyente en la salud mental de los estudiantes y puede generar en ellos desarrollos negativos si no se maneja adecuadamente.

La dificultad en la toma de decisiones afecta a un 56.05%, y esta puede tener su origen en diferentes causas; como se destaca en el análisis “La toma de decisiones en salud y el modelo conceptual de Ottawa” (10), dentro de los factores que pueden influir en esta dificultad se encuentran la presión social, la falta de apoyo y la falta de seguridad en sí mismo, llevando esto a un conflicto decisional e incertidumbre en el personal de salud, lo que puede resultar en un error que perjudique al paciente o al personal. Siendo estos prevenibles por medio de un manejo psicosocial adecuado.

Otro aspecto necesario a analizar en los resultados es la problemática de la ideación suicida, donde se manifiesta que un 42.34% responde que han tenido ideaciones suicidas, y a pesar de que este resultado no arroja la mayoría de la población encuestada, se

manifiesta que es una cifra realmente preocupante y que este es un problema que afecta de igual forma que la depresión y el suicidio; esto se puede evidenciar en estudios como el realizado por la Organización Mundial de la Salud en la pandemia, donde advierte sobre elevados niveles de depresión y pensamientos suicidas en personal de salud de América Latina, lo cual permite evidenciar el impacto que pudieron tener este tipo de situación en la Salud Mental de esta población.

Teniendo en cuenta todo lo anteriormente expresado de acuerdo al artículo “Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos” (8) apoya la idea principal de este proyecto teniendo como idea principal que “El apoyo social constituye uno de los factores protectores” (Adler & Matthews, 1994; Feldman, 2001; Ganster & Victor, 1988; Pacheco & Suárez, 1997).

En el ámbito académico, se ha encontrado que el apoyo social podría actuar, además, como un potenciador en el logro de un desempeño satisfactorio de los estudiantes (Román & Hernández, 2005), ya que contribuiría a que afronten a los factores estresantes propios de su ambiente, con mayores probabilidades de éxito (Labrador, 1995” en donde la población encuestada apoya en un 97.57% sentir la necesidad de contar con un espacio psicosocial donde se puedan sentir seguros y entendidos al expresar sus problemas de la vida cotidiana respecto a su labor.

REFERENCIAS

1. Mallo. Intervenciones post traumáticas tempranas. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. [Internet] Argentina: Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires [Consultado el 10 de septiembre del 2021] Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=salud-mental-emergencias-7358&alias=33988-guia-tecnica-salud-mental-situaciones-desastres-emergencias-988&Itemid=270&lang=es_
2. Juárez García. A. “Síndrome de burnout en personal de la salud durante la pandemia COVID 19, en un semáforo naranja en la salud mental.” [Internet] diciembre 2020 [Consultado el 12 de septiembre del 2021] Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7660279_
3. Khoo Erwin. El agotamiento emocional está asociado con factores estresantes relacionados con el trabajo: estudio multicéntrico y transversal en hospitales públicos de Malasia [Internet] 2017 [Consultado el 03 de octubre del 2021] Disponible en: <http://www.scielo.org.ar/pdf/aap/v115n3/v115n3a02.pdf>
4. González Procel C. Fatiga por compasión en los profesionales del servicio de emergencia- revista científica- dominio de las ciencias, Dom. Cien., ISSN: 2477-8818-Vol. 4, núm. 1 [Internet] 2018 [Consultado el 10 de septiembre del 2021] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6313248>

5. Moreno. Métodos para mitigar el estrés en los equipos de intervención Defusing y Debriefing [internet] 2012 [Consultado noviembre 2 de 2021] Disponible en: https://www.portalesmedicos.com/publicaciones/articulos/4485/4/Metodos-para-mitigar-el-estrés-en-los-equipos-de-intervencion.-Defusing-y-Debriefing_
6. Consultorsalud. Suicidio: una problemática silenciosa en trabajadores de salud. [Internet] 2022 [Consultado mayo 21 de 2023] Disponible en: <https://consultorsalud.com/suicidio-problema-silenciosa-trabajadores-salud/>
7. Luciana Ramos-Lira (2014). ¿Por qué hablar de género y salud mental? [Internet] 2014, [Consultado mayo 21 del 2023] Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000400001_
8. Caballero, Abello & Palacios. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos [Internet] 2007 [Consultado en mayo 21 del 2023] Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672008000300011
9. Caballero. Burnout en estudiantes universitarios [Internet] 2012 [Consultado en mayo 21 del 2023] Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2015000300007
10. Mendoza P.S., Jofré A.V., Valenzuela S.S. La toma de decisiones en salud y el modelo conceptual de Ottawa [Internet] 2006 [Consultado en mayo 04 del 2022] Disponible en: http://www.scielo.org.co/pdf/iee/v24n1/v24n1a09/D_