



Ansiedad y estrés:

# VIVEN LOS MÉDICOS COLOMBIANOS



La investigación que contó con una muestra de 531 médicos generales de todo el territorio nacional, revela como la ansiedad, el miedo a la COVID-19 y el estrés laboral, hoy cobran vida en el medio hospitalario.

**Martha Díaz R.**  
Periodista de salud

El trabajo realizado por el grupo de investigación de la Universidad de Cartagena, deja al descubierto el grado de estrés y ansiedad al que se han sometido los médicos colombianos, quienes sufren la presencia del virus, porque se trata de un enemigo desconocido, que puede afectar no solo a los pacientes, sino a sus propias familias.

Una investigación sobre el estrés laboral que padecen los médicos ge-

nerales, realizó el grupo Salud Mujer de la Universidad de Cartagena, bajo la dirección del médico Álvaro Monterrosa Castro.

La investigación que contó con una muestra de 531 médicos generales de todo el territorio nacional, revela como la ansiedad, el miedo a la COVID-19 y el estrés laboral, hoy cobran vida en el medio hospitalario.

Y precisamente los médicos que trabajan en ciudades capitales, comparados con los que están en municipios, tienen dos

veces más presencia de síntomas de ansiedad severa. Las médicas, señaló el estudio, tienen doble presencia de ansiedad, estrés laboral y más miedo que el que los hombres manifiestan.

Según el médico Monterrosa y su equipo, en medio de la propagación del Covid-19, los médicos generales siguen cumpliendo su labor de atender a la comunidad, sobre todo en el primer nivel de atención.

La muestra fue realizada en médicos que atendieron pacientes ambula-

torios y hospitalarios de cualquier nivel de complejidad o por algún tipo de patología durante el mes de marzo de 2020 y sus opiniones corresponden a la percepción o síntomas experimentados entre el 20 y el 30 de marzo del 2020.

Del total de los participantes, el 38% informó haber creído presentar síntomas similares al Covid-19 en la última semana de marzo, siendo más frecuente la sospecha entre las médicas participantes. Ocho de cada 10 entrevistados, manifestó tener temor de llegar a la

necesidad de acudir en calidad de pacientes, por la pandemia. «La mitad de los encuestados teme ser portador asintomático y el 9 por ciento de los profesionales, siente temor de llevar el virus del Covid-19 a su casa o su familia», señaló el ginecólogo, Monterrosa Castro.

En la investigación se realizó valoración del estrés laboral utilizando el Test de Estrés Laboral que es adaptación del Cuestionario de Problemas Psicosomáticos (CPP), derivado una amplia escala para valorar



Los médicos y especialistas cada vez desarrollan más el síndrome de 'quemarse por el trabajo', agotamiento extremo o como es conocido el síndrome de burnout.

aspecto psicológico en diferentes grupos laborales.

**Síntomas del estrés**

En las respuestas obtenidas, la mitad de los médicos generales informó padecer cansancio extremo o agotamiento y el 40 por ciento manifestó imposibilidad para conciliar el sueño, tener jaquecas y dolores de cabeza, tentaciones fuertes para no levantarse por la mañana o sentir molestias gastrointestinales. El 20 por ciento dijo haber presentado respiración entrecortada o sensación de ahogo, disminución del apetito, temblores musculares nerviosos, sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo, sudoraciones y palpitaciones.

Para valorar la presencia de trastorno de ansiedad generalizada, se aplicó la Escala GAD-7, que posee siete preguntas. De los participantes, un 14 por ciento informó que casi todos los días están preocupados excesivamente por diferentes aspectos relacionados con el Covid-19 o sienten miedo como si fuera a suceder algo terrible. Siete de cada 10 manifestaron estar nerviosos o muy alterados por el Covid-19, pues habían tenido dificultad para relajarse o no habían podido dejar de preocuparse. Aquí las médicas tienen mayor presencia de ansiedad que los varones.

Según la investigación, los médicos generales fueron invitados por me-

dio de redes sociales, incluidos grupos de WhatsApp, y correos electrónicos, diligenciando entre el primero y el cinco de abril del 2020, un formato de Google que contenía características sociodemográficas [edad, género y municipio de residencia], 25 preguntas sobre temores, opiniones o percepciones con respecto al Covid-19, para contestar SI/NO, así como diligenciar las escalas: GAD-7, «Miedo al Covid-19» y el Cuestionario de Problemas Psicosomáticos (CPP).

Los interrogantes exploraban las vivencias de los médicos entre el 20 y 30 de marzo del 2020, durante la fase de cuarentena obligatoria declarada por el Gobierno

Nacional Colombiano, como consecuencia de la pandemia, antes de que hubiesen fallecido médicos como consecuencia de la epidemia.

Se calculó un tamaño de muestra de 383 médicos generales, a partir de aproximadamente 80.000 médicos generales en Colombia. Participaron en el estudio 531 médicos que laboran en el territorio colombiano. 215 (40 por ciento) varones médicos y 316 (59,6 por ciento), mujeres médicas.

**Médicos de varias zonas**

La mitad de los médicos informaron tener menos de 30 años de edad y el 8 por ciento eran mayores de cincuenta años. El 70

por ciento, trabajan como médicos generales en ciudades capitales de los departamentos y otro 30 por ciento en ciudades o municipios intermedios o zonas rurales. El 55 por ciento en la región caribe y 40 por ciento en la región andina. El 9 por ciento trabajaban en la ciudad de Bogotá, 10 por ciento en la ciudad de Medellín, 32 por ciento en la ciudad de Cartagena y el 12 por ciento en el departamento de Cundinamarca.

De otro lado, el 90 por ciento de los encuestados informó cumplir adecuadamente el protocolo de desinfección al llegar a su casa.

**Las recomendaciones**

Señaló Monterrosa que estos resultados son preocupantes, porque refleja el estado de estrés y ansiedad que hoy viven los médicos, frente a un virus que aún sigue siendo desconocido para ellos.

Asimismo, recomendó Monterrosa, que los médicos deben contar con los elementos necesarios en todas las unidades de salud, para cumplir con su labor de atención sin ninguna excepción, para que puedan realizar su trabajo con tranquilidad y responsabilidad y no expongan a sus familias al contagio.



**¡Denuncie a los corruptos!**