



Diagnóstico Precoz del Síndrome de Burnout en Servidores/Trabajadores Públicos de la Setemar. Dra. Shirley Briones Córdova



“Siempre en busca de mejorar la salud integral, el bienestar, y el desarrollo de los servidores/trabajadores, logrando un desempeño eficaz, para mejorar el confort deseado”.

¿Sabe usted que es el Síndrome de Burnout?

El **Burn Out** es una patología severa, relativamente reciente, es un trastorno emocional provocado por el trabajo y conlleva graves consecuencias físicas y psicológicas cuando el fenómeno se somatiza. También es conocido como el **“Síndrome del Trabajador Quemado”**.



Síntomas del estrés crónico a nivel emocional.

¿Se siente Irritable y de mal humor? ¿Han desaparecido sus buenos modales? ¿Ha estado involucrado en conflictos innecesarios con clientes y usuarios?

¿Se mantiene siempre a la defensiva? ¿Ha notado algún grado de desmotivación o interés por el trabajo? ¿Se siente desilusionado? ¿Siente agotamiento Mental?

¿Le falta energía para trabajar? ¿Ha disminuido su rendimiento laboral? ¿Se le dificulta concentrarse para aprender tareas o habilidades nuevas?

Evaluación del Estrés en los Servidores de la Setemar

El presente estudio se realizó en la Secretaría Técnica del Mar; Población 100 Servidores/Trabajadores Públicos; se tomó una muestra del 40% de la población para la realización del Cuestionario de Baremo sobre Evaluación del Estrés.

Objetivo:

Determinar mediante síntomas emocionales y físicos la presencia del Síndrome de Burnout y los factores relacionados con la presencia de esta enfermedad en los servidores públicos de la Setemar.

Bibliografía:

ISO 690 MODERNA, PROGRAMA DE ESPECIALIDAD EN GERENCIA; SALUD, D. E. INSTITUTO CENTROAMERICANO DE ADMINISTRACION PÚBLICA ICAP. 2009
APA MODERNA, P. D. E. E. G., & SALUD, D. (2009). INSTITUTO CENTROAMERICANO DE ADMINISTRACION PÚBLICA ICAP.
MLA MODERNA, PROGRAMA DE ESPECIALIDAD EN GERENCIA, and DE SALUD. "INSTITUTO CENTROAMERICANO DE ADMINISTRACION PÚBLICA ICAP." (2009)
briones.shirmar@hotmail.com

Método:

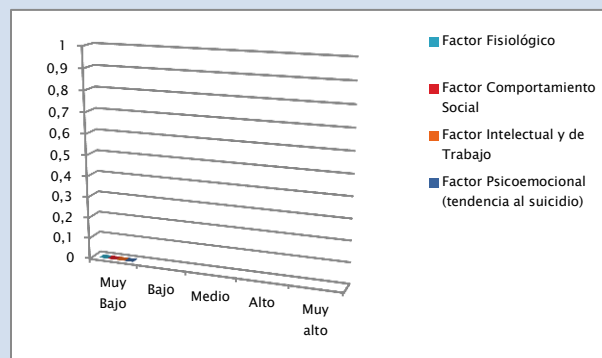
Se utilizó el test de Evaluación del Estrés Tercera Versión, en Cuestionario de Baremo, el cual presenta 31 preguntas sobre factores: Fisiológicos, Comportamiento Social, Intelectual y de Trabajo y Psicoemocional (tendencia al suicidio).

El estudio se cumplió en 40 entrevistados: 20 Biólogos, 10 Ing. En Sistemas, 10 Economistas.

Resultados y Conclusión:

El Resultado en la Interpretación del Nivel del Estrés de los funcionarios de la Setemar es: **Muy Bajo**, es decir que hay ausencia de síntomas de estrés u ocurrencia muy rara que no amerita desarrollar actividades de intervención específicas, salvo acciones o programas de promoción en salud.

Nivel de Síntomas de Estrés. Gráfico 1



Medidas Preventivas para evitar el Burnout

Las PAUSA S - ACTIVAS son tan importante como el mismo hecho de buscar mejorar y aumentar la producción independientemente del objetivo de cada departamento.

Personal de la Setemar/Pausas Activas



