

Medicent Electrón. 2024;28:4090

ISSN 1029-3043

Carta al Editor

Superación profesional del directivo de la universidad médica de Villa Clara y el estrés laboral

Professional improvement of the directors of the Villa Clara University
of Medical Sciences and work stress

Tania Llerena Iglesias^{1*} <https://orcid.org/0000-0003-4817-9217>

Lizt Gabriela Ferrer Hernández² <https://orcid.org/0000-0002-5183-8730>

¹ Policlínico Docente Universitario Santa Clara. Villa Clara. Cuba.

² Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara. Cuba.

* Autor para la correspondencia: Correo electrónico: taniallerena69@gmail.com

Recibido: 6/09/2023

Aprobado: 20/09/2023

Señor Editor:

Al revisar la amplia literatura sobre el término estrés, se encuentran diversas definiciones, algunas de las cuales lo abordan, indistintamente, desde la perspectiva del estrés como: estímulo, respuesta o consecuencia. El estrés

laboral aparece cuando, por la intensidad de las demandas laborales o por problemas de índole organizacional, el trabajador comienza a experimentar vivencias negativas asociadas al contexto laboral; por tanto, el estudio del estrés laboral es de gran interés debido a los efectos negativos que genera en la salud de las personas y las organizaciones.⁽¹⁾

En los diferentes ámbitos en los que se desarrolla el ser humano, se presentan circunstancias que generan estrés; sin embargo, una de las áreas que actualmente es perjudicada por este fenómeno es el área laboral, especialmente, cuando los directivos no están preparados para cumplir con las demandas del medio. De ahí que, las organizaciones deben implementar, como parte de su plan de acción para propiciar un clima organizacional adecuado, la motivación de los empleados de diferentes formas, tales como: dar bonos por cumplimiento de actividades al mejor empleado del mes, incentivarlos por medio de ascensos laborales de acuerdo con sus capacidades y destrezas, y promover aumentos salariales cada cierto período para mantener satisfechos a los directivos.

En esta carta se presentan algunas consideraciones sobre criterios aportados por diversos autores, donde se ofrecen importantes reflexiones en torno al imperativo de la superación profesional del directivo en el tratamiento del estrés laboral.⁽²⁾

Teniendo en cuenta, que en la actualidad, una amplia bibliografía describe el estudio del comportamiento de los directivos frente al estrés basándose en los tipos de personalidad, puede preverse la actitud o repuesta de estos frente ante una circunstancia estresante, así como, los posibles efectos de tratar inadecuadamente la situación a la que se enfrentan. Según estos criterios, los tipos de estrés laboral se dirigen al trabajador ante una situación de estrés e intenta desarrollar una o varias estrategias para enfrentarlas y eliminar la fuente de estrés. También, pueden tratar de evitar la experiencia incidiendo en la situación estresante, en sus propios deseos e incluso, en las expectativas en relación con esa situación.



Revisando la literatura, puede plantearse que existen dos tipos de estrés laboral: estrés episódico y estrés crónico.

- Episódico: ambiente laboral inadecuado, sobrecarga de trabajo, alteración de ritmos biológicos y, responsabilidades y decisiones muy importantes.

El estrés episódico es aquel que se presenta momentáneamente, es una situación que no se posterga por mucho tiempo y, luego que se enfrenta o resuelve, desaparecen todos los síntomas que lo originaron. Un ejemplo de este tipo de estrés es el que se presenta cuando una persona es despedida de su empleo.

Por otra parte, el estrés crónico es aquel que se presenta de manera recurrente cuando una persona es sometida a un agente estresor de manera constante, por lo que los síntomas de estrés aparecen cada vez que la situación se presenta. Mientras el individuo no evite esa problemática el estrés no desaparecerá. Este tipo de estrés se representa cuando la persona se encuentran sometida a las siguientes situaciones: día a día hay personas que dedican la mayor parte de su tiempo al trabajo, viven agobiados y angustiados por buscar la perfección en el área laboral, descuidando aspectos importantes de la vida como la familia y los amigos. Son estas situaciones las que muchas veces llevan a los individuos a ser adictos de su empleo y estas mismas son las que generalmente ocasionan estrés laboral.

Resulta conveniente realizar algunas consideraciones en torno a la superación profesional teniendo en cuenta que estas deben proyectarse hacia propiciar un clima organizacional adecuado; que sea inclusivo y presente sostenibilidad en el tiempo; que permita disminuir las manifestaciones de estrés que se suscitan diariamente en la jornada laboral teniendo en cuenta que el estrés laboral se caracteriza por presentar tres componentes principales: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Para más precisión, se reconoce que la superación profesional si trata de la realización personal influye de manera positiva y combate el estress laboral. Los trabajadores con cargos elevados perciben que los mayores generadores de



estrés se deben al contexto de trabajo, al contenido de trabajo y la formación técnica o superior, estos factores generan desgaste mental y la afectación somática.⁽³⁾ Por lo antes mencionado, se establece una correlación positiva entre el estrés laboral y las acciones de superación profesional.

En nuestras condiciones, resulta necesario buscar nuevos métodos para la superación profesional de manera que incida en la productividad laboral, la eficacia y la eficiencia laboral para el logro de los objetivos de la organización.⁽⁴⁾ Se concluye entonces que estrés es entendido como una interacción particular entre la persona y el medio ambiente, interacción que la persona evalúa o considera agotadora o extremadamente difícil, y que en consecuencia, perturba sus actividades cotidianas.^(5,6,7)

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Puma Chombo JE. Estrés y desempeño laboral de los trabajadores del Centro Salud Materno Infantil “Piedra Liza”, 2017 [internet]. [Tesis de maestría] Lima: Universidad César Vallejo; 2017 [citado 6 sep. 2023]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/15061/Puma_CJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
2. Bada-Quispe O, Salas-Sánchez R, Castillo-Saavedra E, Arroyo-Rosales E, Carbonell-García C. Estrés laboral y clima organizacional en docentes peruanos. Medisur [internet]. 2020 [citado 6 sep. 2023];18(6):[aprox. 6 p.]. Disponible en: <https://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4621>
3. Álvarez Barreto MF. El estrés laboral en la alta gerencia: una revisión bibliográfica [internet]. [Tesis de maestría] Ecuador: Universidad Internacional del Ecuador Facultad de Ciencias de la Seguridad y Gestión de Riesgos; 2019 [citado 6 sep. 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4092/1/T-UIDE-2306.pdf>



4. Yáguar Gutiérrez SP. Estrés laboral; desempeño laboral; profesionales de la salud; atención en servicios de salud [internet]. [Tesis de maestría] Guayaquil, Ecuador: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2019[citado 6 sep. 2023]. Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/13230/1/T-UCSG-POS-MGSS-201.pdf>
5. López Espinosa GJ, Valcárcel Izquierdo N, Lemus Lago ER, Yera Alós IB, González Ramírez EE, Quintana Múgica R. Estrategia de superación profesional para la atención médica integral a la salud del trabajador. EDUMECENTRO [internet]. 2021 Sep. [citado 6 sep. 2023];13(3):[aprox. 19 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000300022&lng=es
6. Carranco Madrid SD, Pando Moreno M. Metanálisis de los artículos sobre estrés laboral docente en el período 2013 – 2017. RECIMUNDO Rev Cient Investig El Conoc [internet]. 2019 [citado 6 sep. 2023];3(1):[aprox. 1 p.]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7065196.pdf>
7. Feria Galbán K. La seguridad y la salud en el trabajo. Una aproximación a través del Derecho penal cubano. IUSTA [internet]. 2020 [citado 6 sep. 2023];(52):[aprox. 12 p.]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7407293.pdf>

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

