

## Artículo original

### Estrés laboral y sus efectos en la salud mental: a propósito de un caso

[Work stress and its effects on mental health: about a case]

Neyra Cedeño Caballero

Departamento de Psiquiatría, Complejo Hospitalario Doctor Arnulfo Arias Madrid, Panamá, Rep. de Panamá.;

#### Palabras Claves

estrés laboral, acoso laboral, puesto de trabajo .

#### Keywords:

work stress, workplace, workplace harassment.

#### Correspondencia

neyra cedeño caballero  
neyranemesia29@gmail.com

#### Recibido

23 de mayo de 2023

#### Aceptado

21 de julio 2023

#### Publicado

11 de septiembre de 2023

#### Uso y reproducción

Publicación de libre uso individual, no comercial. Prohibida la distribución para otros usos sin el consentimiento el editorial.

#### Aspectos bioéticos

Los autores declaran no existir conflicto de interés asociado a este manuscrito y la obtención de consentimiento informado de los pacientes. Este trabajo fue avalado por el Comité institucional de ética institucional.

#### Financiamiento

Los autores declaran no haber recibido financiamiento externo para este trabajo.

#### Uso de datos

Los datos crudos anonimizados serán provistos a solicitud por el autor corresponsal.

## Resumen

**Introducción:** De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud , el estrés laboral es identificado como un grupo de reacciones emocionales, psicológicas, cognitivas y conductuales ante exigencias profesionales que sobrepasan los conocimientos y habilidades del trabajador para desempeñarse de forma óptima. **Caso clínico:** Se presenta el caso de una femenina de 50 años de edad a la cual se le da manejo y seguimiento en sala de psiquiatría en septiembre de 2022 por envenenamiento intencionalmente auto- infligido con antidepresivos tricíclicos debido a constantes preocupaciones sobre problemas económicos , conflictos laborales frecuentes y conflictos familiares. Inicialmente es manejada a su ingreso a la institución por el servicio de urgencias médicas con soporte respiratorio, debido a deterioro neurológico además de presentar arritmia cardiaca producto de la intoxicación con antidepresivos tricíclicos , requiere manejo en sala critica de urgencias donde posteriormente es transferida al servicio de medicina interna para estudios más específicos y descartar afección cardiaca. Una vez se descarta la misma se transfiere para manejo y estudio por salud mental. **Conclusión:** El estrés laboral es una patología conocida , pero en su mayoría con un subregistro importante, y que en muchas ocasiones lo vemos en estadísticas finales de mortalidad con una elevada tasa de suicidios por lo que es importante velar que el trabajador desarrolle su labor en un entorno laboral saludable , mejorando así la productividad laboral , disminución del ausentismo laboral y gastos económicos directos producto de incapacidades constantes por distintos trastornos antes mencionado.

## Abstract

**Introduction:** According to the World Health Organization, work stress is identified as a group of emotional, psychological, cognitive and behavioral reactions to professional demands that exceed the knowledge and skills of the worker to perform optimally. **Clinical case:** We present the case of a 50-year-old female who was managed and followed up in the psychiatric ward in September 2022 for intentionally self-inflicted poisoning with tricyclic antidepressants due to constant worries about economic problems, frequent work conflicts and family conflicts. Initially she was managed at her admission to the institution by the emergency medical service with respiratory support, due to neurological deterioration in addition to presenting cardiac arrhythmia as a result of intoxication with tricyclic antidepressants, she required management in the critical emergency room where she was later transferred to the internal medicine service for more specific studies and to rule out cardiac disease. Once it is ruled out, she is transferred for management and study by mental health. **Conclusion:** Occupational stress is a known pathology, but mostly with a significant underreporting, and that often we see it in final mortality statistics with a high suicide rate so it is important to ensure that the worker develops his work in a healthy work environment, thus improving labor productivity, reducing absenteeism and direct economic costs resulting from constant disabilities for various disorders mentioned above.

## INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, el estrés laboral es identificado como un grupo de reacciones emocionales y cognitivo-conductuales ante exigencias profesionales que sobrepasan los conocimientos y habilidades del trabajador para desempeñarse de forma óptima [1].

Doce mil millones de días de trabajo se pierden cada año solo por depresión y ansiedad. Las condiciones de salud mental también pueden afectar a las familias, los cuidadores, los colegas, las comunidades y la sociedad en general. La depresión y la ansiedad le cuestan a la economía global US\$ 1 billón cada año, principalmente por la reducción de la productividad [2].

Sin un apoyo eficaz, los trastornos mentales y otras condiciones de salud mental pueden afectar la confianza y la identidad de una persona en el trabajo, la capacidad para trabajar de manera productiva, las ausencias y la facilidad para conservar o conseguir trabajo.

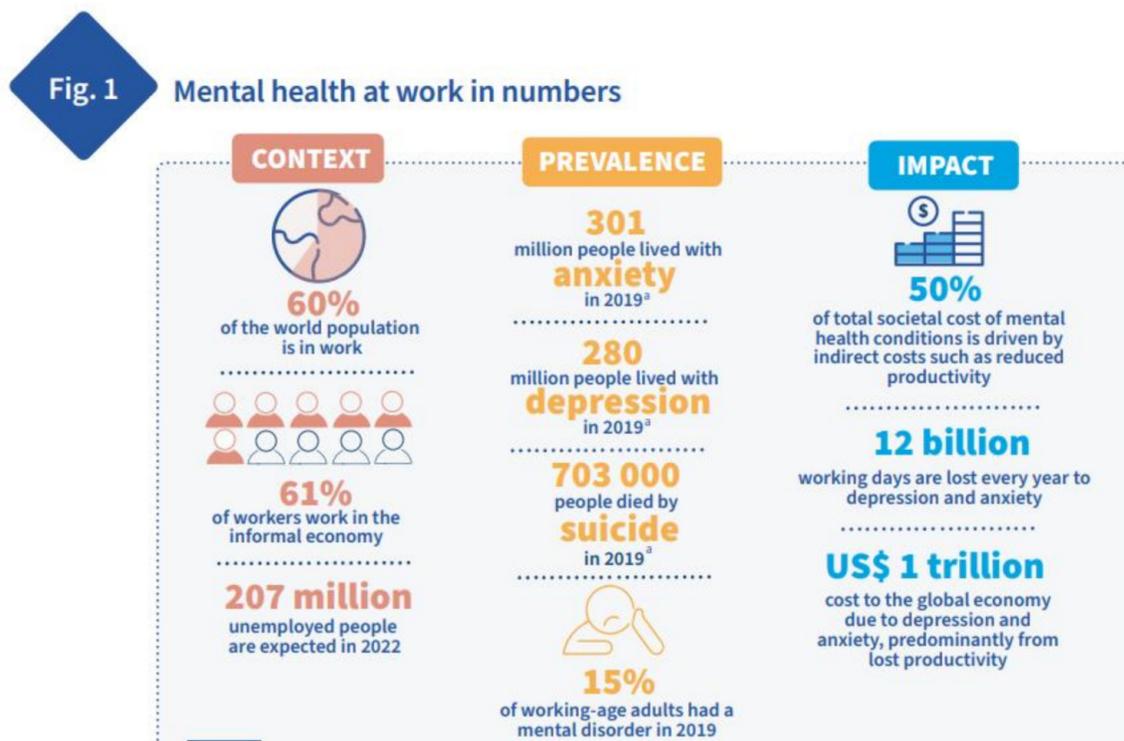
Por lo que el objetivo del trabajo es dar a conocer la relación que existe entre el estrés laboral

y sus importantes efectos en la salud física y mental para así brindar no solo estrategias de manejo sino medidas para prevenir las importantes consecuencias que puede generar no solo en el individuo como trabajador sino en la organización empresarial.

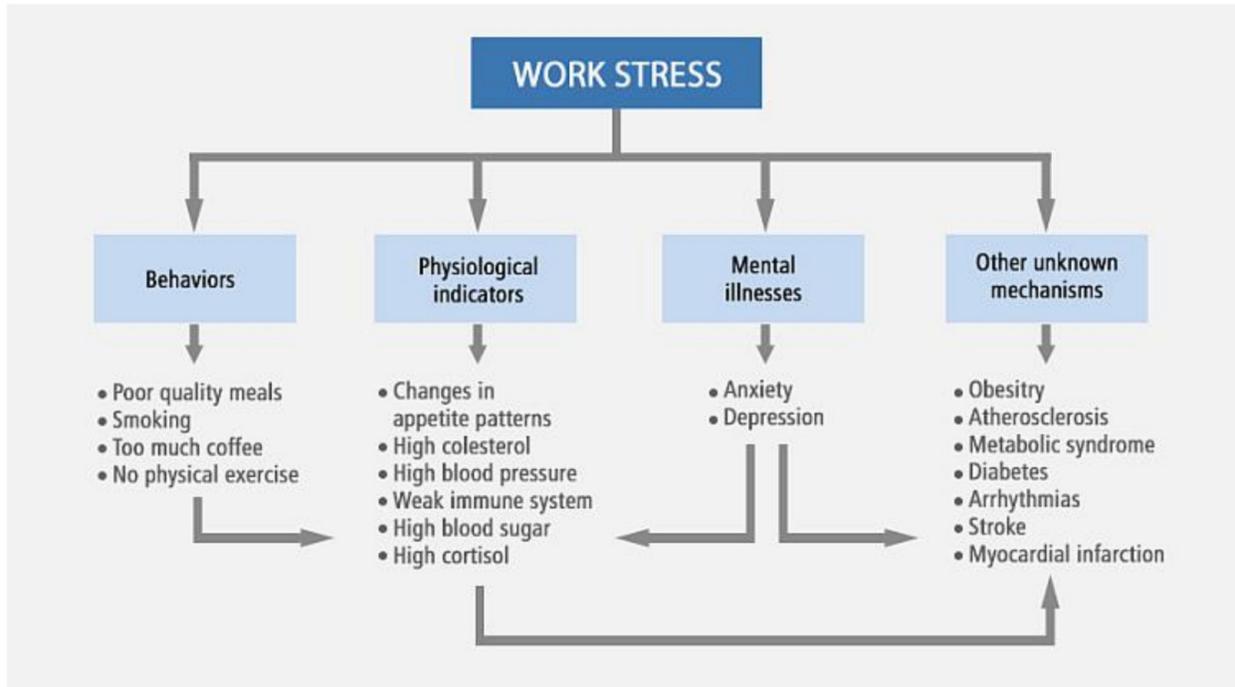
### Presentación del caso y evolución

Femenina de 50 años de edad, quien realiza intento autolítico con ingesta de medicamentos y es trasladada de la policlínica Manuel María Valdez hacia al complejo Dr. Arnulfo Arias Madrid, tras ser llevada por su hija con historia de que luego de una fuerte discusión con la paciente, horas más tarde la notan muy somnolienta, no abre los ojos y se observan movimientos involuntarios corporales. Se le coloca una ampolla de flumazenilo pensando en una intoxicación por algún medicamento. Es trasladada con deterioro neurológico importante (GSC 8/15). A su llegada al complejo Dr. Arnulfo Arias Madrid amerita entubación endotraqueal y manejo en área crítica de urgencias. Posteriormente se traslada a cargo de medicina interna donde se estabiliza y luego es transferida a sala de psiquiatría de la institución.

**Figura 1.** Estadísticas Mundiales de Efectos del Estrés Laboral en la Economía de la Salud.



Citado de : *Mental Health at Work* (2022.<sup>a</sup> ed., Vol. 1). (s. f.). organización Internacional Del Trabajo. [https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS\\_856931/lang-es/index.htm](https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_856931/lang-es/index.htm)

**Figura 2.** Principales Efectos Asociados al Estrés Laboral

Citado de : *Workplace Stress*. (2018, 18 diciembre). Canadian Centre of Occupational Health and Safety. <https://www.ccohs.ca/oshanswers/psychosocial/stress.html>

Es importante mencionar que la misma presentaba cuadro previo de episodios de tristeza y alteración del patrón del sueño en el último año, además de que mantenía preocupaciones constantes sobre problemas económicos, conflictos laborales y conflictos de familia.

#### Antecedentes Personales Patológicos

- Enfermedades Crónicas:
- Medicamentos: Amlodipino tableta 5 mg vo cada día , de forma ocasional toma amitriptilina recetada mas no lleva un control con el servicio de psiquiatría.

#### Antecedentes Personales no Patológicos:

- Alcohol: refiere consumo desde los 25 años, de forma ocasional sin llegar a la embriaguez,
- Antecedentes Heredofamiliares Psiquiátricos,
- Hermana con enfermedad mental no especificada.

#### Examen físico

- Signos vitales,
- Presión Arterial 94/73 FC: 141 FR: 21 Sat 02 : 95%,
- Estado General,

- Estuporosa. estado de alerta con fluctuación (combativa e hipoactiva)

- Ojos, pupilas midriáticas poco reactivas a la luz, cardiopulmonar ruidos cardiacos taquiarritmicos no se ausculta soplos, buena entrada y salida de aire no ruidos pulmonares agregados, neurológico: Escala Glasgow: O2 V1 M5, sin focalización pruebas cerebrosas no evaluables, no clonus, no Babinski.

#### Examen mental

(luego de estabilización de cuadro inicial)

- Alerta, orientada en 3 esferas, cooperadora con la entrevista, adecuado contacto visual, aseo y arreglo personal acorde al ámbito hospitalario, edad aparente acorde a la edad cronológica,
- Normoprosexica, normo búlica, normo cinética, humor hipotimico, afecto acorde con llanto fácil, lenguaje oral español claro, tono y volumen bajo, velocidad adecuada,
- Pensamiento lineal coherente, no se captan alteraciones del contenido, sin ideación suicida, sin ideación homicida, juicio desviado, pobre introspección.

**Tabla 1.** Laboratorios de Ingreso

Gasometría arterial	PH : 7,31; PCO2 46 PO2 87 K: 2,2 ,Glicemia 407 mg /dl , AG 16 FIO2 95%
Hemograma	Leucocitos : 8,8 , Hemoglobina 13,8 , Hematocrito 40 Plaquetas 317,000
Química	Creatinina : 0,68 BUN 15 Sodio corregido 145 , K: 3,62 , Amilasa 40
Uroanálisis	Proteinuria negativa, cetonas 2 + glucosa 4 + Bacterias negativas

Fuente: Datos obtenidos del Servicio de Psiquiatría del Complejo Hospitalario Dr. Arnulfo Arias Madrid.

**Tabla 2.** Estudios de imagen

Nombre de estudio	Resultado
Tomografía cerebral simple	No lesiones óseas, no se observa lesiones hipo o hiperdensas, no masas ocupantes de espacios.
Ultrasonido de rastreo torácico	Vena cava colapsada adecuada contractilidad cardiaca, sin derrame pericárdico
Radiografía de tórax	No lesiones óseas, no consolidados o efusión pleural.

Fuente: Datos obtenidos del Servicio de Psiquiatría del Complejo Hospitalario Dr. Arnulfo Arias Madrid.

## Tratamiento

Se maneja en servicio de urgencias por deterioro neurológico importante , se procede con entubación endotraqueal con monitoreo constante de signos vitales además de medicación para mantenimiento de la sedación por el soporte respiratorio colocado , se realiza lavado gástrico y se mantiene en área crítica del servicio de emergencias médicas se extuba el día 15/9/2022 y se traslada a cargo del servicio de medicina interna donde se estabiliza y se descarta afección cardiaca por taquicardia observada en el cuadro de ingreso , de igual modo en el servicio de medicina interna se le trata neumonía por broncoaspiración. El día 20/9/2022 se traslada a sala de psiquiatría donde se toma un panel triage de rutina de sala y se observa dímero D elevado por lo que se consideran factores de riesgo para tromboembolismo pulmonar se realiza angio-tomografía de tórax descartando dicho diagnostico permanece en sala de psiquiatría se trata con sertralina dosis única cada día además de recibir evaluación por equipo multidisciplinario donde permanece por 8 días y se da egreso con recomendaciones.

**Tabla 3.** Diagnostico diferencial de Estrés Laboral

Diagnostico diferencial de Intoxicaciones voluntarias	Diagnostico diferencial de Estrés laboral
X63,0 envenamiento autoinfligido intencionalmente y exposición a drogas que actúan sobre el sistema nervioso autónomo en vivienda	F43,2 Trastorno adaptativo agudo
X 61,0 envenamiento autoinfligido intencionalmente por y exposición a drogas antiepilépticas, sedantes , anti parkinsonianas y psicotrópicas no clasificadas en otra parte en vivienda	F 43,0 Reacción a estrés agudo
Intoxicación por anticolinérgicos ( antihistamínicos, atropina , escopolamina , ipratropio	F43,20 Reacción depresiva breve F 43,21 reacción depresiva prolongada F43.22 reacción mixta de ansiedad y depresión F 43,9 reacción a estrés grave sin especificaciones
Intoxicación por antiarrítmicos grupo 1	F 32,2 Trastornos depresivos F432 Trastorno de comportamiento Suicida

Fuente : Sanidad, C. y B. S. de España Ministerio de Sanidad, C. y B. S. (2020). *CIE-10-ES: Clasificación internacional de enfermedades: 10a revisión modificación clínica*. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.

## Fisiopatología

La respuesta a factores estresantes incluye estructuras somáticas, viscerales, alteraciones metabólicas, endocrinas y nerviosas. Con relación a la presencia de estos agentes inductores de estrés, aparece el Síndrome General de Adaptación, en el cual se reconocen tres fases: a) una respuesta inmediata mediada por el sistema nervioso simpático; b) resistencia que se presenta cuando hay estimulación crónica y existe participación del eje hipotálamo, hipófisis y corteza adrenal y c) una reacción de agotamiento, en la que un estímulo crónico sobrepasa los niveles de resistencia y conduce al agotamiento de la energía de adaptación y finalmente a la muerte. Abarca desde una fase de alarma hasta un estado propio de agotamiento [5].

## Etiología

Se mencionan múltiples causas asociadas al estrés laboral:

- Características del Trabajador,
- Condiciones de Trabajo,
- Diferencias Individuales,
- Relación hogar-Trabajo.

## Clasificación

Según la sociedad americana de psicología el estrés se clasifica en:

- Estrés Agudo: forma más frecuente, exposición corta que se presenta ante situaciones rutinarias como factores desencadenantes,
- Estrés Agudo Episódico: estrés agudo con presentación recurrente,
- Estrés Crónico: exposición repetitiva que afecta actividades de la vida diaria e interfiere en juicio crítico y toma de decisiones [6].

## Diagnóstico

El diagnóstico consiste en la identificación y la descripción de la presencia de estrés en el trabajo, bajo la consideración de sus características principales, de acuerdo con un modelo teórico o un abordaje del estrés laboral. Por su parte, la evaluación es el proceso por medio del cual se realiza la medición del estrés laboral, en una organización mediante la obtención de una muestra y el uso de una metodología en la cual se incluye, el uso de uno o varios instrumentos de medición para valorar el grado de estrés que presentan los trabajadores. A fin de medir el estrés laboral, se requiere de una perspectiva de abordaje y estudio del estrés laboral (estrés como estímulo, respuesta, transacción e interacción) y de un enfoque para medirlo [7].

## Síntomas

- *Físicos*: cefalea, dolores musculares, dolor torácico,
- *Mentales*: síntomas asociados a trastornos del sueño, trastornos del estado de ánimo,
- *Psicosociales*: ausentismo laboral, pérdida de interés en actividades diarias, disminución de rendimiento laboral, dificultad para establecer relaciones [8].

Las intoxicaciones voluntarias implican la premeditación y la intención de causar perjuicio o muerte. Son menos frecuentes, pero más graves que las accidentales. Sus características más importantes son: se producen sobre todo del sexo femenino con problemas psicológicos; suelen estar causadas por más de un medicamento, frecuentemente con acción sobre el sistema nervioso central; tardan más tiempo en consultar que en el caso de las intoxicaciones accidentales, y el tratamiento suele ser más

complejo, en su mayoría el tóxico implicado son psicofármacos [3].

El estrés laboral puede definirse como la respuesta física, emocional y dañina que se produce cuando las exigencias del trabajo no igualan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador. Una exposición prolongada al estrés en el trabajo se ha relacionado con un mayor riesgo de trastornos musculoesqueléticos, depresión, trastornos mentales asociados y agotamiento en el trabajo, y puede contribuir a una variedad de enfermedades debilitantes que van desde enfermedades cardiovasculares hasta Cáncer [4].

Con respecto a los diagnósticos diferenciales mencionados relacionados al estrés laboral, es importante hacer diferencia entre distintas patologías asociadas al caso en cuestión.

## Manejo

El manejo debe ser en varios ámbitos abarcando desde el entorno laboral, social y familiar para obtener óptimos resultados y así considerar el reintegro laboral en un entorno de trabajo saludable. Dentro de las estrategias se pueden mencionar:

- Emplear habilidades de gestión interpersonal,
- Comunicación y escucha activa,
- Promover una cultura laboral inclusiva y solidaria,
- Abogar por la acción sobre la salud mental en el trabajo,
- Comprender cómo los riesgos psicosociales pueden afectar la salud mental y saber cómo prevenirlos y controlarlos,
- Garantizar que los trabajadores puedan acceder al apoyo de sus representantes.

## DISCUSIÓN

El estrés laboral, es un problema de salud pública que ha generado la necesidad de realizar investigaciones enfocadas en identificar el efecto que tiene en la salud física y mental de los trabajadores. El estrés laboral no solo afec-

ta la salud y el bienestar de los trabajadores, sino también la economía de cada país [5].

Es importante mencionar que, según estadísticas a nivel mundial publicadas en 2019, 280 millones de personas fueron diagnosticadas con depresión, y de estas 703,000 se suicidaron, 15% de la fuerza laboralmente activa evaluada presentó un trastorno mental con asociación a su entorno laboral, representando un costo anual de días perdidos por ausentismo y presentismo laboral con importante connotación a nivel de economía de los sistemas sanitarios.

Es importante dar a conocer la relación que existe entre el estrés laboral y enfermedades mentales, tomando en cuenta como posible diagnóstico diferencial al realizar la anamnesis en cada caso estudiado, así como el poder valorar la asociación que existe entre un ambiente laboral no acorde con las necesidades laborales del empleado, tomando en cuenta que en muchos puestos de trabajo se favorecen ambientes no saludables para el desempeño de las actividades habituales, y esto ocasiona de forma directa una importante alteración de la salud mental de los colaboradores, que pudiesen estar expuestos a desarrollar estrés laboral con sus complicaciones asociadas.

## CONCLUSIONES

El estrés laboral es una patología conocida, pero en su mayoría con un subregistro importante, y que en muchas ocasiones lo vemos en estadísticas finales de mortalidad con una elevada tasa de suicidios asociados a causas laborales.

El estrés laboral requiere de un manejo de múltiples disciplinas incluyendo a los profesionales de salud mental, medicina del trabajo, servicios de trabajo social, servicios de bienestar del empleado entre otros, que deben velar por que el trabajador desarrolle su labor en un entorno laboral saludable, mejorando así la productividad laboral, disminución del ausentismo laboral y gastos económicos directos producto de incapacidades constantes por distintos trastornos antes mencionados.

## Agradecimientos

Mi especial agradecimiento a la Dra. Amarelis Amador Medico funcionario del servicio de Psiquiatría del Complejo Metropolitano Dr. Arnulfo Arias Madrid y a la Dra. Justine Granados Médico Residente de primer año de la especialidad en psiquiatría por su asesoría científica.

## REFERENCIAS

- [1] Los riesgos del estrés laboral para la salud [Internet]. Instituto Nacional de Salud Pública. Disponible en : <https://www.insp.mx/avisos/3835-riesgos-estres-laboral-salud.html>
- [2] World Health Organization. Mental health in the workplace [Internet]. World Health Organization. 2022. Disponible en : <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/promotion-prevention/mental-health-in-the-workplace>
- [3] Zubiaur O, Salazar J, Azkunaga B, Mintegi S. Ingesta de psicofármacos: causa más frecuente de intoxicaciones pediátricas no intencionadas en España. *Anales de Pediatría*. 2015 Oct;83(4):244–7. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2014.12.017>
- [4] Patlán Pérez J. What is job stress and how to measure it? *Salud Uninorte*. 2020 Apr 13;35(1):156–84. DOI: <https://doi.org/10.14482/sun.35.1.158.72>
- [5] Di Fabio A. Positive Healthy Organizations: Promoting Well-Being, Meaningfulness, and Sustainability in Organizations. *Frontiers in Psychology* [Internet]. 2017 Nov 14;8. Disponible en : <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01938/full>. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01938>
- [6] Lorie, d. determinación del estrés laboral de los funcionarios de la unidad de hemodiálisis en una instalación de salud de segundo nivel 2017. Disponible en : <https://repositorio.umecit.edu.pa/bitstream/handle/001/713/danahisa%20lorie%20st.%20rose%20garc%c3%ada.pdf?sequence=7&isallowed=y>.
- [7] Apa.org. 2021. Disponible en: <https://www.apa.org/topics/stress/estres-cronico>
- [8] Espinoza Ortiz AA, Pernas Álvarez IA, González Maldonado R de L, Espinoza Ortiz AA, Pernas Álvarez IA, González Maldonado R de L. Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas* [Internet]. 2018 Dec 1;18(3):697–717. Disponible en : [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202018000300697](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202018000300697)
- [9] Christensen MK, Lim CCW, Saha S, Plana-Ripoll O, Cannon D, Presley F, et al. The cost of mental disorders: a systematic review. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*. 2020;29. DOI: <https://doi.org/10.1017/S204579602000075X>
- [10] Safe and healthy working environments free from violence and harassment. Geneva: International Labour

Organization; 2020 Disponible en : [https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS\\_751832](https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_751832), accessed 15 Abril 2023).

[11] IHME. Global Burden of Disease (GBD) [Internet]. Institute for Health Metrics and Evaluation. 2014. Disponible en: <https://www.healthdata.org/gbd>.