

RESEÑA DE LIBRO

UN LIBRO DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN PSYCHÉ

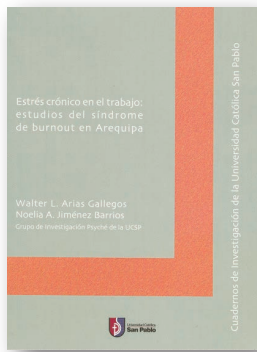
Edely Farfán Peñaranda

UN LIBRO DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN PSYCHÉ

Edely Farfán Peñaranda
Universidad Católica San Pablo

UN LIBRO DEL GRUPO PSYCHÉ A BOOK FROM THE PSYCHE GROUP RESEARCH

Edely Farfán Peñaranda
Universidad Católica San pablo



Arias, W. L. y Jiménez, N. A. (2012).

El estrés crónico en el trabajo: Estudios del síndrome de burnout en Arequipa.

Arequipa: Universidad Católica San Pablo, 87 pp.

Hoy en día vivimos alborotadamente, con miles de actividades por realizar, se nos juntan los compromisos así como las metas de trabajo y el tiempo parece reducirse. Muchos profesionales se sienten presionados en sus centros laborales, y llegan a perder aquella motivación que los llevó a estudiar tal o cual profesión, ya sea por vocación de servicio o empresarial.

El estrés laboral es una realidad social, lo vivimos pero no nos preocupamos por entenderlo. Nadie —al menos en nuestra ciudad— nos ha planteado el problema de forma rigurosa y con estudios científicos. Sin embargo, el psicólogo Walter Arias Gallegos, director del grupo de investiga-

ción Psyché, con la colaboración de Noelia Jiménez Barrios —su esposa y miembro también de este grupo—, se preocupó por esta temática en la que se ven inmersos muchos trabajadores. Conocedor del tema, pues ha hecho estudios de postgrado en gestión de recursos humanos y seguridad y salud laboral, Arias nos presenta cuatro investigaciones en formato de libro sobre el estrés crónico en el trabajo, conocido como el síndrome de *burnout*.

El libro *Estrés crónico en el trabajo: Estudios del síndrome de burnout en Arequipa*, comienza con una introducción referida al contexto laboral en la actualidad. En el primer párrafo nos da un panorama

mundial sobre distintas variables como las pérdidas por indemnizaciones o los accidentes laborales. Partiendo de esta base, Arias nos explica cómo ha cambiado el enfoque para reducir dichas variables. Menciona que, en la actualidad, las habilidades que un trabajador debe poseer son distintas a las de hace algunos años, resaltando la importancia del trabajo en equipo y la interdisciplinariedad, así como también la calidad de la producción y el cuidado del medio ambiente. Por otro lado, Arias aclara que los riesgos laborales son específicos. En tal sentido, el síndrome de *burnout* es un riesgo psicosocial típico en los profesionales vinculados al servicio humano.

Habiendo realizado esta introducción, se divide el libro en cinco capítulos. El primero, es una explicación teórica del síndrome de *burnout*, llamado *Estrés crónico en el trabajo*. Hace una referencia histórica con respecto al término y los modelos teóricos que explican este síndrome. Basándose finalmente en la propuesta de Cristina Maslach, describe los síntomas del síndrome de *burnout*: el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización profesional. Asimismo se menciona los niveles de afectación que se evidencian en los trabajadores. Así pues, Arias y Jiménez señalan que el estrés, la ansiedad y la depresión se relacionan con el *burnout*, además de algunos de los efectos negativos causados por el estrés en la salud como los trastornos psicofisiológicos.

Los siguientes tres capítulos, Arias y Jiménez centran su investigación en las profesio-

siones de enfermería, policía y docencia. Llamándolos respectivamente: *Síndrome de burnout en enfermeras*, *Síndrome de burnout en policías* y *Síndrome de burnout en docentes*. Cada capítulo comprende la metodología empleada, los resultados obtenidos y la discusión teórica; ya que se trata de estudios que han sido previamente publicados en revistas de investigación locales, nacionales e internacionales.

Al principio de cada capítulo se hace una descripción de la carrera profesional con relación al síndrome de *burnout*, que sirve de marco introductorio al tema de manera específica y que ayudará al lector a comprender las particularidades que tiene el síndrome de *burnout* en cada grupo profesional. En la metodología determina su muestra y las variables de estudio, que son: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. En los resultados se ha seguido un procesamiento estadístico correlacional según el tipo de variables sociolaborales que se trate: estado civil, número de hijos, su edad, tiempo de servicio e ingresos.

El estudio del síndrome de *burnout* en enfermeras, considera comparativamente los distintos centros de trabajo (hospitales) de donde proviene la muestra: Hospital de Yanahuara y Hospital Goyeneche. En la investigación en los policías y docentes, los autores hacen una distinción por sexo, entre hombres y mujeres.

El último capítulo, *Análisis comparativo y conclusiones*, compara las manifestaciones del síndrome de *burnout* en las tres

profesiones considerando detalladamente cada dimensión del síndrome. Para ello se aplicó la prueba 't student' y se reportó que los profesionales más estresados son los policías. Mientras que en los análisis anteriores las condiciones de trabajo son el factor más relevante para comprender la ocurrencia del síndrome de *burnout*. Así pues, las enfermeras que tienen mayor sobrecarga laboral y mayor número de hijos son las que presentan mayor agotamiento emocional, mientras que en los policías el salario es un factor determinante, sobre todo para el caso de los varones; y para los profesores, el tipo de gestión de las instituciones educativas donde trabajan, sean estas públicas o estatales, se relaciona con la despersonalización y con la baja realización personal, respectivamente.

El texto finaliza con algunas medidas preventivas y algunas recomendaciones que hacen los autores. En resumen, Walter

Arias, psicólogo y autor principal, analiza en esta obra el síndrome de *burnout* de manera sistemática, contribuyendo con los estudios psicológicos de nuestra localidad.

Las investigaciones realizadas por Walter Arias y Noelia Jiménez grafican nuestra realidad laboral desde un punto de vista científico. Lo que hace a esta obra de sumo interés local y nacional, aportando información estadística de un síndrome que parece extenderse, como señalan los autores, a otros grupos profesionales, no necesariamente vinculados con el servicio a otras personas.

Estrés crónico en el trabajo: estudios del síndrome de burnout en Arequipa es un libro muy interesante, significativo a nivel laboral y de la salud ocupacional. Es importante, por tanto, prestarle atención a esta publicación que sienta un precedente en el ámbito de la psicología organizacional en el país.

