

III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2011.

Estrés laboral: una experiencia con personal del patronato de liberados de la ciudad de Mar del Plata.

Almada, Susana, Barrios, Rodolfo German y Salas, María Belen.

Cita:

Almada, Susana, Barrios, Rodolfo German y Salas, María Belen (2011). *Estrés laboral: una experiencia con personal del patronato de liberados de la ciudad de Mar del Plata. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-052/330>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eRwr/X1e>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

ESTRÉS LABORAL: UNA EXPERIENCIA CON PERSONAL DEL PATRONATO DE LIBERADOS DE LA CIUDAD DE MAR DEL PLATA

Almada, Susana; Barrios, Rodolfo German; Salas, María Belen

Ministerio de Salud, Dirección de salud Mental y Adicciones. Argentina

RESUMEN

Este trabajo describe una experiencia de abordaje de la problemática de salud estrés laboral desde una mirada salubrista. Como parte de la "Campaña de Verano 2011" del Ministerio de Salud y su Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones, un equipo constituido por psicólogos, realizó un relevamiento inicial sobre las condiciones de trabajo en una delegación del Patronato de Liberados. Las acciones estuvieron encaminadas a potenciar y fortalecer lo no dañado, teniendo por objetivo identificar factores protectores (Resiliencia) y promoción de la salud, en un contexto institucional adverso. El abordaje elegido para esta intervención, enmarcado en la pedagogía de la Problematización, fue la modalidad Taller. La idea central del taller fue revalorizar las herramientas con que cuenta el grupo, sus potencialidades y fortalezas, las capacidades de afrontamiento con que cuenta este equipo para lidiar con una tarea estresante ya que a menudo opera en la emergencia ante situaciones de crisis. Se observó que las trabajadoras contaban con recursos de afrontamiento para el estrés cotidiano (apoyo mutuo, solidaridad, reflexión grupal, humor, fuentes de gratificación extra laborales) los cuales resultan protectores y preventivos, disminuyendo la posibilidad de que el estrés evolucione hacia patologías individuales de mayor gravedad como el Burn-Out.

Palabras clave

Estrés laboral Prevención Afrontamiento

ABSTRACT

LABOR STRESS: A WORK EXPERIENCE WITH AGENCY FOR EX-CONVICTS AND PAROLEES' PROFESSIONALS

The present article describe a labor stress approaching experience from a health promotion point of view. A team of psychologist made a survey about the labor conditions in an Agency for Ex-convicts and Parolees. The activity was part of "the Summer Campaign 2011" (Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones). The main objective was strengthen and empowerment their no damage capacities and identify coping modalities (Resilience) and health promotion, in a unfavorable institutional context. The method used for that intervention was workshops in a problematization pedagogy framework. The workshop's main idea was to revalue

the coping modalities and strategies of the workers, which use to deal with stress tasks, in emergency situations the most of the time. It has shown that the workers have got coping modalities to face diary stress (mutual support, solidarity, group reflection, humor, enjoy free time) which protect and prevent damage, as result of that they have less chances of development more serious individual pathological manifestations such as Burn-Out.

Key words

Labor stress Coping Prevention

BIBLIOGRAFÍA

Morales Calatayud, F. (1999). Introducción a la Psicología de la Salud. Buenos Aires: Paidós.

Restrepo, H. (2001). Conceptos y definiciones. En Promoción de la salud: cómo construir vida saludable. Bogotá: Ed. Panamericana.

Davini, M.C. (1995). Educación permanente en salud. Washington D.C.: OPS Serie Paltex N°38, pp. 29-54.

Alforja (1984). Técnicas participativas para la Educación Popular. Bs.As.: Humanitas.

Saforcada, E. (1999). Psicología Sanitaria. Análisis crítico de los sistemas de atención de la salud. Buenos Aires: Paidós,

Kotliarenco, M.A.; Cáceres, I.; Fontecilla, M. (1997). Estado del arte en resiliencia. Washington D.C.: OPS.

Schwartzmann, L. (2004). Estrés laboral, síndrome de desgaste (quemado), depresión: ¿estamos hablando de lo mismo? Recuperado on line el 20 de enero de 2011, de <http://bases.bireme.br>