

Buenas prácticas de Promoción de la Salud en el Trabajo



Programa de Mejora de Bienestar Emocional en los Trabajadores del Distrito Huelva-Costa Condado-Campiña

Noviembre 2022

Descripción de la tarea

Durante la pandemia Covid, el personal sanitario ha estado sufriendo altos niveles de estrés por las condiciones y la sobrecarga de trabajo sintiéndose muy desprotegidos y con miedo al autocontagio, si bien han percibido su trabajo como eficaz y útil.

El estrés es algo bastante habitual, el problema aparece cuando no somos capaces de controlarlo y se prolonga en el tiempo lo cual propicia por ejemplo conductas adictivas y cambios en los hábitos saludables.

Solución adoptada

El bienestar emocional está muy ligado a la salud ya que un mal manejo de las emociones puede acarrear un bloqueo e incluso la enfermedad.

El objetivo es integrar en los exámenes de salud la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS, Watson, Clark y Tellegen, 1988) que mide el estado emocional mediante 20 preguntas y permite obtener una puntuación en Afecto Positivo y otra en Afecto Negativo con el fin de instaurar medidas preventivas para mejora del estado emocional de los trabajadores.

Se realizará al final del periodo descrito evaluación de proceso y resultados considerando el número de escalas realizadas y el número de escalas con afecto negativo detectadas en relación con las variables consideradas en el estudio y las medidas preventivas adoptadas.

Resultados o consecuencias de la implantación de la Buena Práctica

Los exámenes de salud suponen una actividad única de contacto con los profesionales que nos permiten tanto la detección de trastornos emocionales, así como la instauración y evaluación de medidas preventivas adoptadas.

Estado en el que se encuentra la Buena práctica

En desarrollo y con resultados observables.

Autoría: Mercedes Ramblado Minero, Águeda García Alcaraz
U 1.05 Distrito Huelva-Costa