

# *Impacto del Tiempo Laborado, en la Salud Física y Emocional del Personal que Labora en Servicios de Seguridad en Panamá*

Msc. Caridad M. de Alfaro

Universidad Especializada de las Américas

Correo electrónico: caridad.alfaro.479@udelas.ac.pa

Fecha de recepción: 10-jul-19

Fecha de aceptación: 5-sep-19

## Resumen

La presente investigación tiene como objetivo describir el impacto del tiempo laborado, en la salud física y emocional del personal que labora en Servicios de Seguridad en Panamá. Se utilizaron el inventario de depresión de Beck y el test de ansiedad de Hamilton. El estudio tiene un diseño de investigación no experimental, de una sola aplicación y un tipo de estudio descriptivo correlacional. En lo que respecta a la población estuvo representada por mil seiscientos sesenta (1660) personas que laboran en el servicio de salud; la muestra estuvo conformada por el 10% del personal que asistió la última semana de evaluación del proyecto de acondicionamiento físico siendo esta la cantidad de seis cientos ochenta personas (680), de esta manera la muestra intencional correspondió a la cantidad de sesenta y ocho (68) individuos. Una de las conclusiones principales es que el personal de salud, culturalmente, no desarrolla habilidades para manifestar sus sentimientos e incomodidades en su quehacer, dentro del entorno laboral y socio familiar.

**Palabras Claves:** Servicio de Seguridad, Salud Física, Cambios Emocionales, Tiempo Laborado.

## Abstract

The present research aims to describe the impact of the time worked on the physical and emotional health of the personnel working in Security Services in Panama. The Beck depression inventory and the Hamilton anxiety test were used. The study has a non-experimental, single-application research design and a correlational descriptive type of study. Regarding the population, it was represented by one thousand six hundred and sixty (1660) people who work in the health service; The sample consisted of 10% of the personnel who attended the last week of evaluation of the physical conditioning project, this being the number of six hundred and eighty people (680), in this way the intentional sample corresponded to the number of sixty-eight (68) individuals. One of the main conclusions is that health personnel, culturally, do not develop skills to express their feelings and discomfort in their work, within the work environment and family partner.

**Keywords:** Security Service, Physical Health, Emotional Changes, Time Worked.

## Introducción

Diversas investigaciones que se han realizado en los últimos años en algunos países de un nivel de desarrollo alto muestran que su progreso a nivel tecnológico tiende a llevar la adquisición de arte de la población de un tipo de estilo de vida que está basado en el consumo de alcohol, tabaco, sedentarismo, alimentación inadecuada entre muchos otros factores que tienden a perjudicar la salud física de una persona (Leiva, *et al*, 2017).

Al poder desarrollar hábitos de vida saludable, que se fundamentan en una dieta sana y equilibrada, al igual que en la realización habitual del ejercicio físico, tiende a ser una forma muy eficaz de prevenir enfermedades cardiovasculares y mejorar la calidad de vida de la persona, al igual que las alteraciones emocionales entre muchas otras, y mediante estas diversas consecuencias, tanto en el ámbito social como en el personal (Plasencia & Bolívar, 2009).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016), menciona que se ha logrado demostrar que la actividad física de manera regular tiende a mejorar la calidad de vida y el estado funcional de las personas. La actividad física, al respecto puede ser muy beneficiosa para múltiples personas que presentan enfermedades no transmisibles, frecuentemente como lo es la artrosis, osteoporosis, hipertensión, entre otras patologías. También se ha demostrado que la actividad física tiende a mejorar la función cognitiva y la salud mental, lo que podría contribuir al tratamiento de trastornos como la depresión y la ansiedad.

Hoy en día se hace evidente que por lo menos solo un 60% de la población mundial tiende a no realizar actividades físicas, la cual es necesaria para poder obtener los beneficios a nuestra salud. Uno de los factores de riesgos que son muy independientes y modificables de enfermedades comunes no transmisibles es la inactividad física, debido a que mediante los datos reflejados por la OMS (2016), causaron un total de 35 millones de muertes para el año 2015.

En la actualidad, una de las principales causas de muertes y discapacidades en todo el mundo son las enfermedades no transmisibles, debido a que el 80% de las muertes por estas enfermedades se tienden a producir en países de ingresos medianos y bajos (Pacheco, 2013), en conclusión, en países que están en vía de desarrollo, lo que indica que las enfermedades no transmisibles que se asocian a la actividad física tienden a ser el mayor problema de salud pública en una gran mayoría de todos los países del mundo.

Ahora bien, siendo evidente la importancia que tiene el resguardo de la salud física para evitar enfermedades que perjudiquen la integridad del individuo, como también para la obtención de un estado mental saludable en donde se vivifiquen un comportamiento positivo antes las diversidades de problemas que subsisten en el día a día, se hace pertinente reconocer que en la población el personal que se encarga de mantener el orden público son personas que constantemente mantienen un mayor nivel de estrés producto de las funciones que desempeñan, he aquí la relevancia del desempeño físico no tan solo para mantener un buen estado de salud sino también un estado psicológico óptimo (Plasencia, & Bolívar, 2009).

Se hace evidente, que el personal de Servicios de Seguridad por el simple hecho de su actividad laboral recae en este una mayor tensión pues el reconocer que se debe detener o represar a un delincuente, y mantener presente que en un determinado momento se encontrara en la situación de utilizar su arma reglamentaria, estar en su mano la potestad

de quitar una vida como también ser quitada la de él (Fernández, 2012), hace notable un mayor grado de estrés que repercute de forma directa o indirecta en su comportamiento diario, a diferencia de un ciudadano que no mantenga esta actividad como oficio.

Al mencionar que los sistemas de gestión de la eficacia y calidad deberían llevarse a cabo los de un orden público, es dar referencia a la forma como las organizaciones que tienen un carácter judicial pueden realizar las gestiones de servicios públicos, que se asocian a una protección y cuidado social (Martínez y Balibé, 2013). Es debido a esto que la gestión que el personal debe desempeñar debe ser un modelo de hacer servicio, como tal, debe interactuar mediante unos conjuntos de propuestas acerca del cómo se debe desempeñar una de las áreas de la administración pública para mediante esto poder crear valores en las organizaciones sociales y sus ciudadanos, dando la confianza a los que reciben el servicio público.

Visto de esta forma, el personal que debe mantener el orden público, está en el deber de resguardar un estado de salud mental y físico que le permita estar capacitado a la hora de tomar una decisión que este dirigido a controlar la población, pues la falta de este podría ocasionar daños irreversibles a nivel social (Plasencia, & Bolívar, 2009).

Por consiguiente, el nivel de eficacia física y mental de un personal que presta servicio de Seguridad no tiene significado para el ciudadano común, pues este no se preocupa por su salud emocional ni mucho menos de la capacidad que tiene para mantener el orden públi-

co, sino que en cambio solamente este requiere que cumpla con sus debidas fusiones, he aquí la relevancia que tiene la calidad del servicio independientemente del grado de conocimiento que tenga la ciudadanía con respecto a la integridad física y mental de este personal (Moles, 2011).

Es por esto, que la eficacia del servicio no debe ser tomada en su valor más absoluto o científico, sino que es un valor relativo, en función del valor que otorga el óptimo desempeño vocacional mediante el resguardo de la salud personal, puesto que al mantener un estado físico y mental saludable este repercutirá positivamente en el desempeño laboral del mismo (Moles, 2011).

Ahora bien, una vez comprendido los diversos aspectos que enmarcan la problemática, del actual estudio que lleva por título: Impacto del Tiempo Laborado en la Salud Física y Emocional del personal que labora en Servicios de Seguridad en Panamá, se percibe que el personal no cuenta con una adecuada salud física, lo que le perjudica para realizar diversas actividades no tan solo de índole laboral sino inclusive a nivel personal (Martínez, y Ballbé, 2013).

En efecto, la falta de atención física no tan solo es un factor evidente en la mayoría de estos individuos, sino que también se percibe alto niveles de estrés producto de la labor que realizan como controlador del orden público, hecho significativo que pone en riesgo la calidad de vida de los mismos, ya que la tensión, preocupación, autoridad descontrolada,

entre otros aspectos son las emociones que resaltan durante sus vidas cotidianas (Fernández, 2012),

Es evidente que estos factores delimitan los riesgos de sufrir las patologías antes mencionadas a los largos de la problemática, tal es el caso de artrosis, osteoporosis, hipertensión, y por otras partes trastornos emocionales como la ira, ansiedad, depresión, desconfianza, impulsos violentos y producto de la delegación de autoridad este tiende abusar del mismo (Moles, 2011).

En este orden de ideas, debido a esta situación surge la siguiente interrogante: ¿Cuál será el Impacto del tiempo laborado, en la salud física y emocional del personal que labora en Servicios de Seguridad en Panamá?

### **Marco Metodológico**

Los objetivos de la investigación son describir el impacto del tiempo laborado, en la salud física y emocional del personal que labora en Servicios de Seguridad en Panamá Y Señalar los cambios somáticos y emocionales como resultado de la aplicación de inventario depresivos de Beck y ansiedad de Hamilton que se aplicaron al personal.

El Diseño de Investigación es no experimental de una sola aplicación porque no se modifican las variables solo se evalúan y observan, y tiene un tipo de estudio descriptivo, correlacional, que permitirá analizar los detalles de los datos recabados, como la relación medida estadísticamente, entre ellos.

El grupo estudio estuvo conformado por el 10% de la población, 68 profesionales del servicio de seguridad. La variable independiente es tiempo laborado y las dependientes salud física y salud emocional. Estas fueron medidas con el inventario de depresión de Beck y la escala de ansiedad de Hamilton.

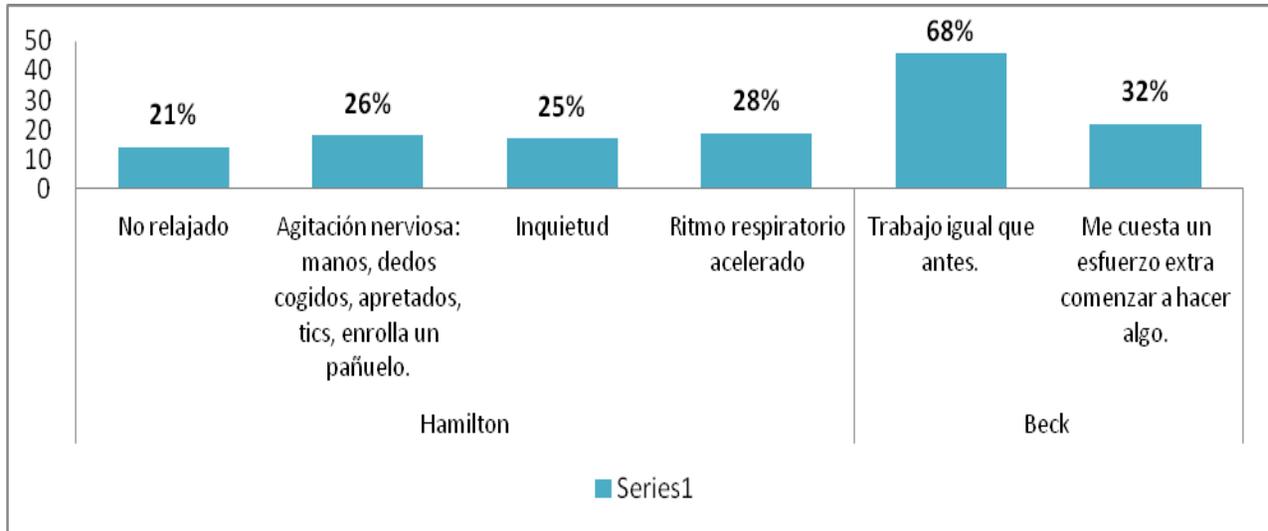
### **Análisis de Resultados**

Los primero que se midió fue las manifestaciones del estado de ansiedad con la prueba de Hamilton y el estado de ánimo medido a través de su nivel de actividad laboral con el inventario de Beck, obteniendo los siguientes resultados.

Con respecto al nivel de ansiedad se observa que el 28% los encuestados presentan leve tener ritmo respiratorio acelerado; el 26% presentan de forma moderada agitación nerviosa: manos, dedos cogidos, apretados, tics, enrolla un pañuelo; el 25% presentan de forma moderada Inquietud; y el 21% presentan de forma moderada no estar relajado.

En relación con el inventario de Beck, el 68% que trabajan igual que antes, mientras que el 32% le cuesta un esfuerzo extra comenzar a hacer algo.

Grafica N° 1: Nivel de ansiedad y estado de ánimo fisiológico.



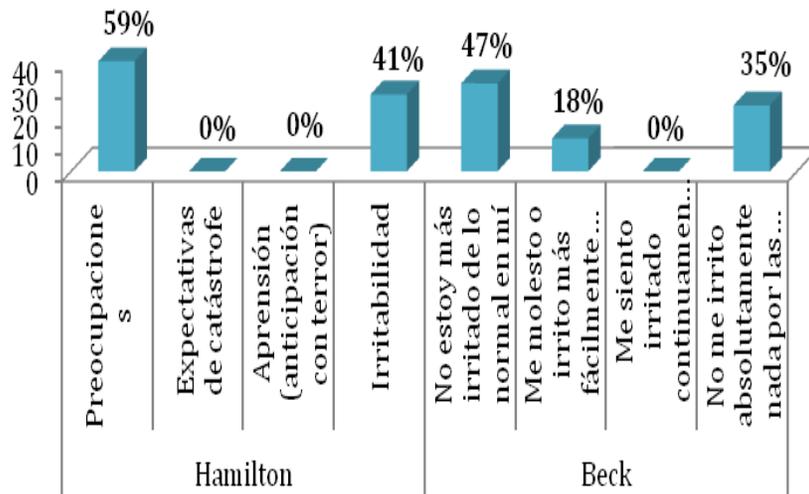
Fuente: Alfaro, 2020.

Con los resultados de la entrevista, en comparación con los datos obtenidos con los instrumentos de medición, podemos argumentar que los trabajadores de la empresa de seguridad, no tienen habilidades para manifestar como se sienten, cómo piensan y cómo se sienten en su ambiente laboral.

Ahora describiremos el nivel de ansiedad y estado de ánimo, manifiesto en el comportamiento.

Un 59% muestra preocupaciones, el 0% expectativas de catástrofe, 0% aprensión, 41% irritabilidad, 47% no estoy más irritado de lo normal en mí, 18% me molesta o irrito más fácilmente que antes, 0% me siento irritado continuamente, 35% no me irrito.

Gráfica N° 2: Nivel de ansiedad y estado de ánimo manifiesto en el comportamiento.



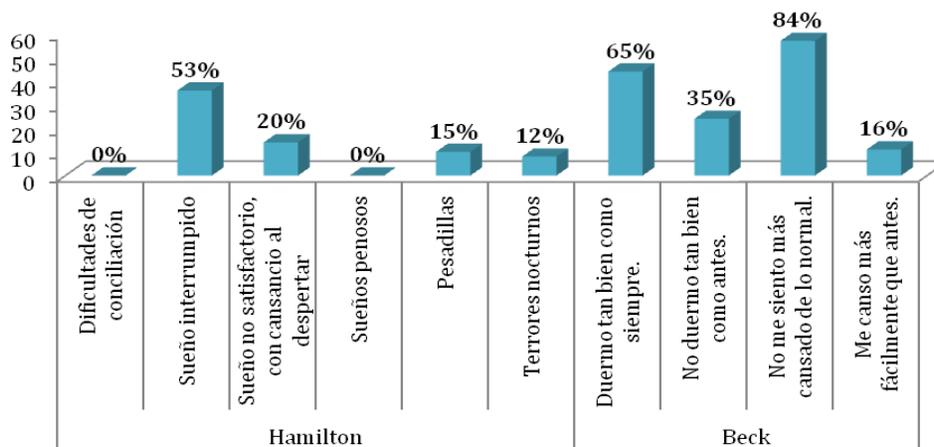
Fuente: Alfaro, 2020.

Se logra comprender que el nivel de preocupación e irritabilidad está afectado el comportamiento de los trabajadores de la empresa.

Finalmente, con el nivel de insomnio los resultados fueron el 53% presentan de forma leve Sueño interrumpido; el 20% de forma moderada presentan sueño no satisfactorio, con cansancio al despertar; el 15% de forma moderada presentan Pesadillas; y el 12% de forma ausente presentan Terrores nocturnos.

Con el inventario de Beck los resultados fueron que el 65% duermen tan bien como siempre, mientras que el 35% no duerme tan bien como antes. El 84% no se siente más cansados de lo normal, mientras que el 16% se cansa más fácilmente.

Gráfica N° 3: Insomnio



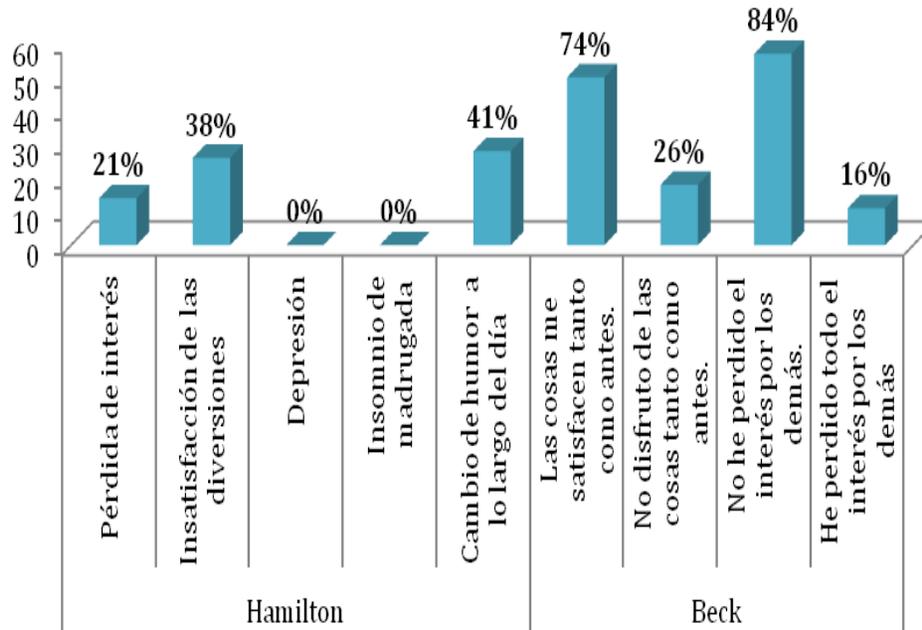
Fuente: Alfaro, 2020.

Los datos muestran que el personal de la empresa de seguridad padece un conjunto de sintomatología que perjudica su bienestar, producto el tipo de responsabilidades que ejercen en su ámbito laboral. Por ello aumenta el estrés y la aparición de molestias de índole somáticas.

También se evaluó el estado de ánimo depresivo obteniendo los siguientes resultados; un 38% de forma grave presentan insatisfacción de las diversiones; el 41% de forma grave presentan cambio de humor a lo largo del día; el 21% de forma ausente presentan pérdida de interés.

El inventario de Beck arrojó que en un 74% les satisfacen las cosas tanto como antes, mientras que el 26% opino no disfrutar las cosas tanto como antes, el 84% manifiestan que no han perdido el interés por los demás y el 16% ha perdido todo el interés por los demás.

Grafica N° 4: Estado de ánimo depresivo

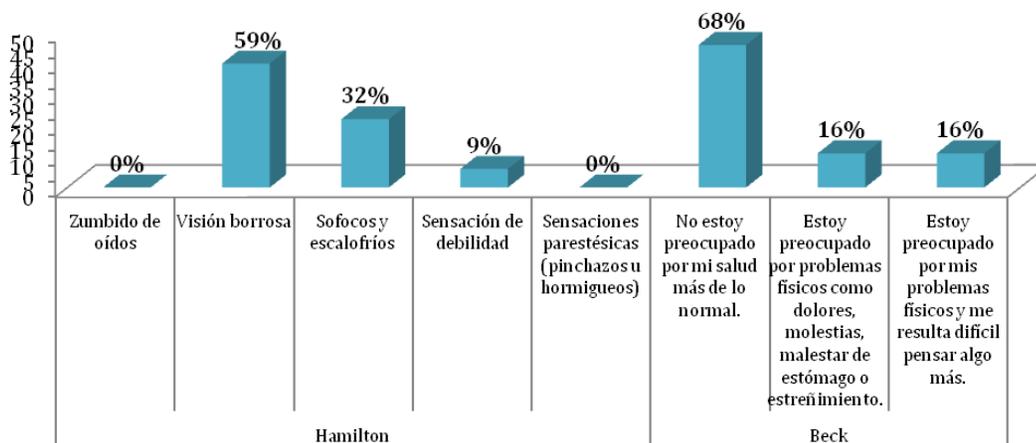


Fuente: Alfaro 2020

Los trabajadores manifiestan de manera significativa pérdida de satisfacción y de interés hacia la distracción personal producto al cambio de humor.

Dentro del impacto en la salud física podemos mencionar que; el 59% de la muestra presenta visión borrosa, el 48% lo mantiene de forma moderada, el 40% grave y el 12% leve; por su parte el 32% presenta sofocos y escalofríos, donde el 64% lo mantiene de forma moderada y el 36% leve; y para finalizar el 9% presentan de manera leve sensación de debilidad.

Grafica N° 5: Salud física, somatización



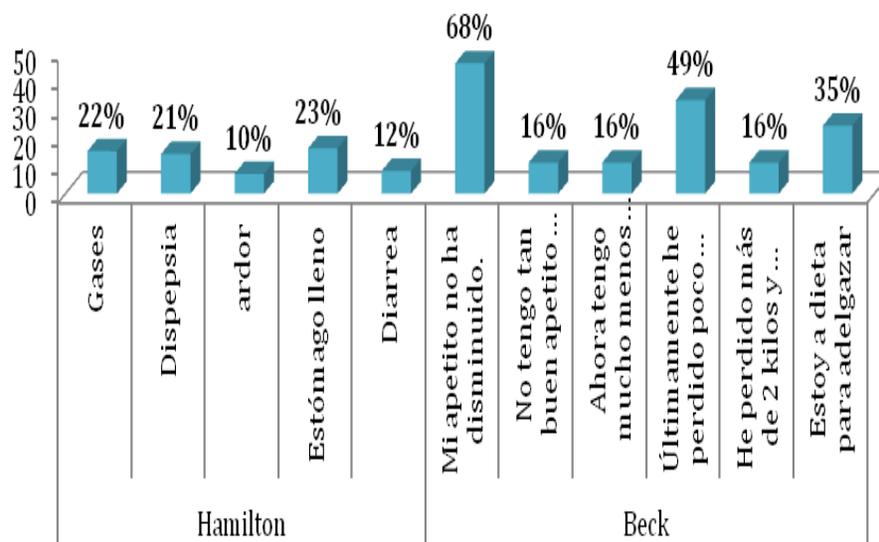
Fuente: Alfaro, 2020.

La mayoría de los trabajadores presentan aumento en las molestias físicas sensoriales tal es el caso de visión borrosa, sofocos y escalofríos entre otros, los cuales de una u otra manera afecta su salud y desempeño laboral. No bastando con ello, no le toman importancia a los cambios que su organismo manifiesta.

Otras consecuencias que se manifiestan en su salud física son el 23% de forma moderada tener el estómago lleno; el 22% de forma leve tener Gases; el 21% de forma Dispepsia; el 12% de forma moderada presentan diarrea; el 10% de forma moderada ardor.

El 68% manifiesta apetito normal, el 16% no tiene un buen apetito como antes, mientras que el 16% reconoce que ahora tiene mucho menos apetito. El 49% ha perdido poco peso o no ha perdido nada, el 35% está a dieta para adelgazar, mientras que el 16% ha perdido más de 2 kilos y medio.

Grafica N° 6: Personal Encuestado. Inventario de Hamilton y Beck según Síntomas gastrointestinales.

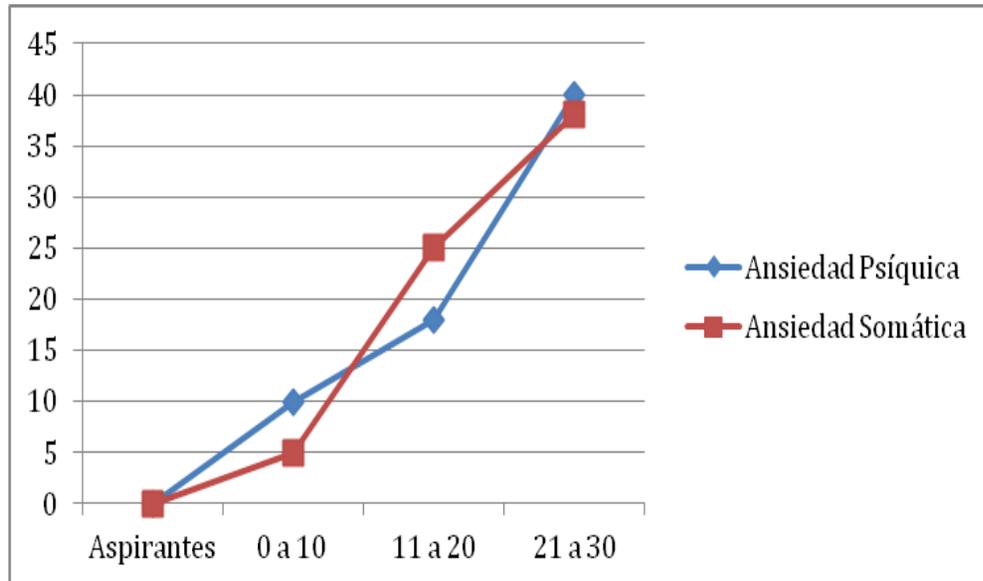


Fuente: Alfaro, 2020.

Los sujetos en estudio evidencian problemas gastrointestinales lo cual ha generado que significativamente pierdan el apetito, afectando su salud de tal manera que han mostrado pérdida de peso producto de la inadecuada ingesta de alimentos en tiempo y calidad.

Para dar respuesta al objetivo general que nos dice: describir el impacto del tiempo laborado, en la salud física y emocional del personal que labora en Servicios de Seguridad en Panamá, se realizó lo siguiente:

Grafica N° 7: Relación existente entre el Tiempo de servicio y la ansiedad Psíquica y Somática según Inventario de Hamilton y Beck



Fuente: Alfaro, 2020.

De acuerdo al tiempo de servicio se hace evidente que la ansiedad Psíquica y Somática es progresiva, puesto que el personal de nuevo ingreso por tener una experiencia laboral mínima, no muestra síntomas evidentes, no obstante, mientras que avanza el tiempo y su desempeño laboral esta sintomatología se hace presente y con gran relevancia.

## Conclusiones

Con los datos obtenidos se puede concluir que los trabajadores de la empresa de seguridad mantienen un estado ansioso en la medida que tienen más años de trabajo en la empresa, manifestando preocupación e irritabilidad.

Producto del trabajo de realizan, manifiestan sintomatología relacionada al insomnio o falta de sueño y a problemas fisiológicos, lo que va en detrimento de su calidad de vida y estado de salud.

También se concluye que los trabajadores manifiestan pérdida de satisfacción e interés hacia la distracción personal producto del cambio de humor, producido por el trabajo que realizan.

De acuerdo al tiempo de servicio se hace evidente que la ansiedad y el estado de ánimo depresivo es progresivo, por lo que la empresa debe buscar las herramientas para lograr prevenir estas problemáticas que afectan la salud física y mental del trabajador y por tanto la calidad laboral.

### **Referencias Bibliográficas**

Fernández J. (2012). "Gestión por procesos". Esic editorial. 5ª Edición. Madrid.

Leiva, A. M., Martínez, M. A., Montero, C. C., Salas, C., Ramírez Campillo, R., Díaz Martínez, X.,

Celis Morales, C. (2017). El sedentarismo se asocia a un incremento de factores de riesgo cardiovascular y metabólicos independiente de los niveles de actividad física, 145(4),

458-467. Revista médica de Chile. Obtenido de

[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S003498872017000400006](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003498872017000400006)

Martínez R., y Ballbé, M. (2013). Soberanía Dual y constitución integradora. Ed. Ariel

Moles Plaza, R. (2011). Derecho y Calidad. Ed. Ariel. Barcelona.

- Organización Mundial de la SALUD (OMS) (2016). La actividad física y sus Beneficios. Colombia. Editorial: Addison- Wesley, Iberoamericana.
- Pacheco Del Cerro J. (2013). La proporcionalidad corporal: Manual de Cineantropometría. Monografías Femede (pp. 95-112). Madrid: Femede.
- Plasencia, A., & Bolívar, I. (2009). Actividad Física y Salud. Barcelona: Adjuntamente de Barcelona.