



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA



DOCUMENTO PROBATORIO DEL EXAMEN COMPLEXIVO DE GRADO
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
PSICÓLOGO CLÍNICO

PROBLEMA:

**ESTRÉS LABORAL Y SU INCIDENCIA EN LA SALUD MENTAL DE UN
DOCENTE DE 46 AÑOS DE EDAD DE LA UNIDAD EDUCATIVA RICAURTE.**

AUTOR:

UVE APRAES ERICK EMILIANO

TUTOR:

MSC. SANCHEZ CABEZAS PATRICIA. PhD

BABAHOYO
2022

RESUMEN

El estudio de casos presente permite evidencia de cómo se puede producir un trastorno de ansiedad generalizada a causa de estrés luego de que un individuo experimentó situaciones de exceso de actividad laboral, el problema planteado actual se vivencio en una docente de 46 años de edad la cual labora en la unidad educativa Ricaurte por causa de exceso de actividades, llevándola a perder la resiliencia frente a esta situación, tuvo como consecuencias afectaciones a nivel mental llevándola a producir un trastorno de ansiedad generalizada la cual le genero activación negativa en diferentes áreas como cognitiva, afectiva, conductual y somático, pero gracias a la voluntad de querer reducir su sintomatología decidió buscar ayuda psicológica logrando tener nuevas perspectivas para manejar la situación que le estaba afectando, en el proceso se tomó uso de varias herramientas psicológicas como son entrevistas, aplicación de baterías psicológicas ,intervención psicoterapéutica basado en la terapia cognitiva conductual, finalmente se pudo lograr deducir la hipótesis que se tenía respecto al objetivo planteado de saber si el estrés laboral insidia o no en la salud mental dejado como respuesta que sí incide y que no solo puede llegar a producir un solo trastorno si no que se efectúan una amplia comorbilidad, el trabajo psicológico que se llevó a cabo se lo distribuye en sesiones diferentes con duración de 40 minutos cada una, llevando a una recolección efectiva de información para posterior apoyar lo encontrado con los manuales de diagnóstico DSM-5 y el CIE-10.

Palabras claves: Comorbilidad, Trastorno, Estrés, Ansiedad, Psicopatología, Estrés laboral, Terapia.

ABSTRACT

The present case study provides evidence of how a generalized anxiety disorder can occur due to stress after an individual experiences situations of excessive work activity, the current problem posed is lived in a 46 year old teacher who works in the Ricaurte educational unit due to excessive activities, leading her to lose resilience in this situation, The consequences of this situation affected her mentally, leading her to produce a generalized anxiety disorder which generated negative activation in different areas such as cognitive, affective, behavioral and somatic, but thanks to her will to reduce her symptoms, she decided to seek psychological help, achieving new perspectives to manage the situation that was affecting her, in the process several psychological tools were used such as interviews, application of psychological batteries, psychotherapeutic intervention based on cognitive behavioral therapy, finally it was possible to deduce the hypothesis that we had regarding the objective of knowing whether or not work stress affects mental health, leaving as an answer that it does affect and that it cannot only produce a single disorder but also a wide comorbidity, The psychological work that was carried out was distributed in different sessions with a duration of 40 minutes each, leading to an effective collection of information to later support the findings with the diagnostic manuals DSM-5 and ICD-10.

Key words: comorbidity, disorder, stress, anxiety, psychopathology, work stress, therapy.

ÍNDICE GENERAL

INTRODUCCIÓN.....	1
DESARROLLO.....	2
Justificación	2
Objetivo	2
Sustentos Teóricos	3
Estrés laboral.....	3
Salud mental.....	7
Técnicas aplicadas para la recolección de la información.....	11
Resultados obtenidos	13
Situaciones detectadas –hallazgos.....	15
Soluciones planteadas	17
CONCLUSIONES.....	20
BIBLIOGRAFÍA	22
ANEXOS.....	24

INTRODUCCIÓN

El estrés es un padecimiento que tiene mucha demanda en la vida de los seres humanos, el cual termina desencadenando otras enfermedades dejando al individuo que lo padece sin respuesta de cómo surgió su problema, el estrés es una anomalía destructiva que va de forma lenta, de cierta forma el estrés también puede ser saludable por ser un mecanismo que se activa en el cuerpo para defenderse de estímulos que se recibe del medio habitual, el estrés se vuelve dañino cuando el sujeto sobrepasa los límites de la autovalía y tolerancia a la frustración.

Para Patlán (2019) El estrés laboral es un peligro que afecta la salud física y mental de los empleados. Por otra parte, según Acosta et al. (2019) algunas de las afectaciones del estrés laboral en la salud mental son ansiedad, trastornos del sueño, depresión, cansancio crónico, entre otros que son reconocidos como coadyuvantes en el desgaste personal y deterioro en la calidad de vida a consecuencia del trabajo.

También es importante tomar en cuenta la causa que origina el estrés, porque este padecimiento puede ser provocado no sólo por causas habituales si no que puede ir de forma hereditaria la cual no se ha llevado un proceso de detección temprana ni tampoco una respectiva educación del problema para evitar que sea adquirido de generación en generación.

Es preciso señalar que una vez analizado teóricamente el estrés laboral y su incidencia en la salud mental lo que esta investigación pretende identificar ¿de qué manera el estrés laboral incide en la salud mental de un docente de 46 años de edad de la unidad educativa Ricaurte?, es importante destacar que el enfoque adoptado para resolver este caso es será la metodología mixta con los métodos estudio de caso, psicométrico, descriptivo, bibliográfico y el inductivo-deductivo. En el presente estudio de caso se desarrollará temas que van en coordinación desde justificación hasta llegar a su respectiva conclusión.

DESARROLLO

Justificación

El padecer de una enfermedad suena aterrador para una persona y para sus familiares genera un estado de preocupación fuerte más aún si esta se centra a nivel mental, es por eso que la autora del presente estudio de casos se enfoca en analizar, los problemas de mayor énfasis que se presentaban en su área de trabajo, el cual tuvo como resultado que el más latente era el estrés que presentaba un docente de 46 años a causa de exceso de actividad laboral, esta tipología negativa que es el estrés es importante investigar por ser una de las enfermedades más comunes que un ser humano puede adquirir inmediatamente su génesis tiene una frecuencia lenta que pasa desapercibida.

Para llevar a cabo este proceso investigativo se tomará en cuenta quien tiene el mayor beneficio, en este caso el beneficiario directo será el paciente porque será quien aprenderá a identificar los problemas que más le aquejan de su padecimiento como también a buscar alternativas para superar cada una de las sintomatologías que le incitan a sentir estados de malestar e intranquilidad para el respectivo tratamiento se llevará a cabo intervenciones basados en el enfoque cognitivo conductual, lo que implica un beneficio para demás profesionales en el abordaje profesional con casos de estrés laboral.

El estudio de caso es trascendente porque queda como una iniciativa para todos los profesionales de salud mental y también para las autoridades en sí que se encuentran laborando dentro o fuera de una institución ya sea educativa o alguna otra de apoyo social para que tomen las medidas necesarias de cómo identificar cuando un sujeto está padeciendo estrés por exceso de actividades laborales y así intervenir inmediatamente con todas las medidas y herramientas psicológicas necesarias evitando complicaciones a futuro.

La factibilidad del estudio de casos presente es que su realización tiene la accesibilidad directa porque el paciente tiene toda la disposición a colaborar en su tratamiento en conjunto con el apoyo de sus familiares llevando a cabo métodos y técnicas con el plano psicológico y así tener cambios positivos saludables en su estilo de vida.

Objetivo

Determinar la incidencia que causa el estrés laboral en un docente de 46 años de edad de la Unidad Educativa Ricaurte.

Sustentos Teóricos

Estrés laboral

Vargas y García (2018) afirman que el estrés laboral es cuando el individuo presenta varias reacciones físicas, emocionales y conductuales ante las exigencias y demandas del trabajo. En la sociedad es un tipo de estrés que surge con frecuencia en los trabajadores a nivel público y privado ante la competencia que existe en el entorno laboral, está constante presión de ofrecer los mejores resultados frente a los demás, lo que produce secuelas en la salud y el entorno en distintos ámbitos principalmente el familiar y social.

Para Velásquez et al. (2016) el estrés laboral es el resultado de la presión que existe en el entorno laboral y es producto de la falta de capacidad en ciertos casos que tiene el trabajador para responder a los requerimientos de cumplimiento en el trabajo. Los síntomas principales son agotamiento mental, físico, tensión, irritabilidad, síntomas de depresión y ansiedad, etc.

Con base en la Comisión Europea (2000) el estrés laboral es el conjunto de respuestas fisiológicas, cognitivas, emocionales y del comportamiento frente a situaciones vistas como desfavorables para la persona que cumple el rol de trabajador en una empresa u organización. Los trabajadores que presentan estrés suelen manifestar altos niveles de angustia y excitación, en respuesta a los pensamientos de incompetencia que afectan el bienestar diario y la constante sensación de no poder cumplir con las exigencias y situaciones que surjan en el plano laboral.

Desde otra perspectiva los autores Osorio y Cárdenas (2017) definen el estrés en el ámbito laboral como la reacción fisiológica y psicológica que aparece ante los diferentes factores psicosociales de riesgo presentes en el entorno de la persona, los mismos que tienen alta probabilidad de afectar considerablemente la salud mental y el funcionamiento de los trabajados a corto, mediano y largo plazo.

En el estrés laboral el sujeto experimenta distintos desordenes debido a la mala adaptación al entorno, estos desordenes puede agravarse en caso de existir estados de tensión reiterativos que causan malestar significativo en el trabajador que es reflejado en la respuestas de organismo con diversos síntomas psicológicos, emocionales y fisiológicos.

Según la Organización internacional de trabajo (2016) el estrés laboral actualmente es reconocido como un problema global que repercute en los profesionales de todas las áreas de trabajo y nadie está exento de esta problemática social tanto trabajadores de países no desarrollados como de países desarrollados se ven afectados exponencialmente. El estrés laboral es la respuesta ante el desequilibrio entre las exigencias y capacidad de brindar resultados del sujeto cuando el trabajo es bajo presión, donde el organismo actúa en respuesta a las situaciones de tensión con cambios notorios a nivel físico, emocional y psicológico, etcétera.

En resumen, las definiciones de los diferentes autores mencionados anteriormente giran en torno a la adaptación que el ser humano tiene que potenciar frente a las demandas externas, ya que de la capacidad de respuesta del organismo depende el desenvolvimiento en el trabajo y contar con salud mental.

Causas de estrés laboral

Delgado et al. (2020) argumenta que las principales causas que han sido declaradas del estrés laboral son: falta de autonomía, trabajo bajo presión, horarios irregulares, cumplir con tareas de otras áreas de conocimiento, sobrecarga de trabajo, espacio físico reducido, falta de ambientación y recursos materiales en el lugar de trabajo.

Dentro de este orden de ideas Quimbay (2017) sostiene que las causas del estrés laboral son debidas a factores de riesgo psicosocial, estos factores son determinadas características en base a las condiciones de trabajo que repercuten en la salud física y mental del personal laboral. Los factores de riesgos en el entorno son psicológicos y sociales. Las personas del entorno laboral influyen en la presencia de los síntomas de estrés, debido a la ausencia de relaciones de trabajo y colaboración entre el personal, además si no existe buen ambiente laboral el rendimiento en los resultados no es óptimo, ante esta situación se suscitan los despidos laborales que también afectan la salud mental del individuo.

Consecuencias del estrés laboral

Ticona (2017) menciona que el estrés laboral produce irritabilidad, tristeza, ansiedad, depresión y exacerbación de diferentes emociones, a raíz de esto el individuo presenta síntomas como bajo rendimiento, agotamiento mental y físico, pérdida de relaciones, entre otras consecuencias. En el caso de prolongarse los síntomas y no ser tratado existen

probabilidad de llegar a presentar problemas en la salud mental como trastornos de ansiedad y depresión.

Según Quimbay (2017) cuando no hay intervención temprana en caso de estrés laboral, los afectados presentan afectaciones considerables en la salud como enfermedades gastrointestinales, cardiovasculares, crisis nerviosa, cambios de humor drásticos, jaquecas, agotamiento mental y dolores musculares. En la institución donde laboran a consecuencia del estrés se generan discordias que desencadenan ausencia de motivación para culminar con éxito las actividades diarias, riñas con compañeros, mala actitud, desinterés en laborar, desacuerdos con demás compañeros o jefe de trabajo.

De acuerdo con (Aranda 2017) refiere que la valoración o diagnóstico del estrés laboral simboliza un rol primordial con relación a la salud y tranquilidad del personal, puesto que los seres humanos están propensos a un sin número de amenazas laborales, por ende es importante realizar una intervención cautelosa antes, durante y después de ser expuestos a ciertas tensiones que pudieran existir en su área de trabajo, de tal forma que llegasen a perjudicar la salud. Por este motivo es importante observar con determinación los estresores que están afectando al individuo para lograr una intervención apropiada, puesto que las consecuencias simbolizarían una serie de problemas en el entorno psicosocial del individuo interviniendo en sus actividades diarias.

Prevención del Estrés Laboral

La Organización internacional de trabajo (2016) postula que las respuestas emocionales, fisiológicas y conductuales ante situaciones estresantes, tienen origen en diferentes causas con respecto a factores psicosociales propios del entorno donde se desenvuelve el ser humano, por tal motivo no es posible de forma aislada las causas del estrés laboral, ya que las causas pueden estar originadas en el hogar, entorno social, estudiantil y laboral, también la base del estrés puede ligarse a dos o más contextos. Nótese que las medidas de prevención van en relación a cada contexto, siendo la intervención distinta en cada uno y existe la probabilidad de que influya en los demás. Por su parte Morocho (2015) menciona que la atención temprana está enfocada en modificar los procesos causales del estrés laboral con el fin de reducir las consecuencias negativas en la salud mental, en el ámbito laboral este proceso es conocido como gestión de riesgos. La atención para prevención del estrés laboral es individual y sobre la organización:

Atención Individual

Se trata de medidas que sirven para detectar los síntomas que desencadena el estrés a nivel fisiológico y psíquico, con el objetivo de ayudar al trabajador en el desarrollo de habilidades para adaptarse a las situaciones que generan estrés y aprenda a gestionar los factores estresantes del entorno. En la atención individual es propicio realizar las siguientes acciones:

- Trabajar en desarrollar el pensamiento positivo y fortalecer la autoestima.
- Mejorar el estilo de vida rutinario y monótono.
- Compartir información acerca del estrés, las causas, consecuencias y medidas de prevención.
- Cambiar hábitos de alimentación, ejercicios, descanso y realizar actividades recreativas.
- Técnicas de relación para controlar la intensidad de los síntomas de ansiedad.
- Técnicas cognitivas conductuales
- Implementar alternativas en la resolución de conflictos.

Acciones para atención sobre la Organización

Las acciones recomendadas para prevenir el estrés a nivel organizacional son:

1. Cumplir con las normas establecidas en la Ley de prevención de Riesgos Laborales y Reglamentos, con la finalidad de garantizar el nivel de confort de los empleados con relación a los estresores que se identifiquen en el entorno laboral.
2. Técnicas para enriquecer el desenvolvimiento de los trabajadores
3. Diseño ergonómico de los horarios, actividades y tiempo en función de las capacidades y destrezas del trabajador.
4. Cambios paulatinos en las jornadas de trabajo con horarios flexibles.
5. Asignación de actividades con plazo determinado de realización para evitar sobrecarga de trabajo.
6. Flexibilidad para estudiar
7. Proceso de socialización del tema estrés laboral.
8. Presentar previamente las demandas del puesto en los candidatos al empleo para favorecer el papel activo en la aceptación.
9. Programas de gestión de riesgo y relaciones laborales.

10. Contar con estructura organizacional establecida.

Como se evidencia para prevenir, identificar y afrontar el estrés laboral son necesarias varias acciones para intervenir como: individuales, grupales y organizacionales.

Salud mental

La Organización mundial de la salud (2016), afirma que:

La salud mental tiene una estructura biopsicosocial que sienta sus bases bajo un estado de bienestar en el que el individuo es capaz de manifestar sus capacidades para enfrentar con normalidad la vida, desarrollando un desempeño potencial en todas las etapas vitales del ser humano como ente individual y comunitario, estas condiciones individuales, sociales y ambientales permiten un óptimo desarrollo psicológico y psicofisiológico. (p.11)

Esto se refiere a la importancia de la salud mental en la vida del ser humano ya que es parte conjunta de la salud en general, y está estrechamente ligada a la productividad. La alteración o el perjuicio de la salud mental se verá reflejado en los comportamientos del individuo y en la complicación para adaptarse a situaciones estresantes y de gran riesgo, cuando nos referimos a salud mental no se habla de la ausencia de patologías sino el potenciamiento del sistema adaptativo y productivo.

En la infancia se desarrollan las defensas que mantendrán la salud mental del adulto reforzadas ya que estas se pueden alterar por situaciones involuntarias, hereditarias o consecuenciales. Benjet (2015), manifiesta que “ el desarrollo evolutivo en la infancia da apertura a procesos madurativos de vital importancia para la salud mental, es necesario entender y atender los desafíos de la población infantil actual a fin de sembrar herramientas que mejoren la salud mental a futuro” (p.6).

Importancia de la salud mental

El Ministerio de salud pública (2020), indica que:

El buen funcionamiento de la salud mental permite al individuo afrontar dificultades que se presentan en la cotidianidad de la vida, haciéndolo conciente de sus capacidades para trabajar de forma productiva y desenvolverse en el ambiente al que

es expuesto, es capaz de contribuir con acciones positivas a la comunidad, coordinando e implementando actividades de cooperación comunitaria. (Parr.3)

De esta manera se expresa que el óptimo funcionamiento de los procesos vinculados a la salud mental son fundamentales para el bienestar, en un sentido más positivo es el motor del funcionamiento eficaz del individuo en la comunidad. Por ello cuidar nuestra salud mental nos llevará a tener una vida mas satisfactoria, con buenas relaciones personales y sensaciones de bienestar frente a otros. La salud mental va mas allá que solo la ausencia de enfermedades mentales, la misma esta influeciada por factores internos de la persona como la genética, la resiliencia y externos como el entorno, el sistema, normas y reglas que rigen una comunidad.

Prevalencia de problemas de salud mental

Las estadísticas nos sitúan en la realidad vivencial del proyecto que se investiga, por tal motivo la Confederación de salud mental (2019), indica con cifras presuntivas que “ 1 de cada 4 personas tendrán un trastorno mental a lo largo de su vida, además el 12,5% de los problemas de salud son de trastornos mentales, tomando en cuenta esto el 50% de las patologías mentales son generadas a partir de los 14 años de ese 50% el 35% no recibe tratamiento”(p.1).

Estos datos muestran la cara negativa de no desarrollar y mejorar la salud mental cuando el niño o adolescente está atravesando por los procesos evolutivos, el no dar importancia a la salud mental es el principal desencadenante de patologías subversivas que perjudicarán la vida del individuo. Entrar en conciencia sobre las repercusiones que tiene descuidar nuestra salud mental permitirá liberarnos de los taboos que limitan el buscar ayuda profesional, disminuyendo así las cifras que actualmente son exorbitantemente grande comparadas con otros problemas.

Factores que afectan la salud mental

Las patologías mentales se originan por múltiples razones sin distinción de raza, género o edad estos suelen ser vinculados a :

Factores genéticos. Línea familiar en donde se presenta parentescos con patologías hasta la cuarta generación, cabe destacar que estás patologías heredadas pueden activarse en

la adolescencia o en la adultez aunque también puede no activarse. **Los Factores psicológicos** es donde intervienen los procesos mentales simples y complejos y su interacción con experiencias traumáticas o de alto grado de afectación. La mente es muy compleja y sus patologías pueden verse afectada por la intervención de agentes externos como internos.

Factores neurológicos. Comprende los procesos químicos que surgen en la estructura del cerebro como el intercambio de información en la sinapsis puede verse obstruido y generar un deterioro en la salud mental, muchos de estos pueden ser generados por consumo de drogas químicas sintéticas o naturales que alteran el funcionamiento normal de los procesos mentales del cerebro.

Factores ambientales. tratan del lugar donde habita el sujeto tanto como los constructos gubernamentales, las clases sociales, la pobreza entre otros, pueden ser factores determinantes para la afectación de la salud mental de la persona, puesto que es en los lugares más susceptibles por la pobreza donde se presenta un alto índice de problemas mentales, el ambiente modula nuestra forma de ser y modifica nuestra salud.

Técnicas para mejorar la salud mental

Desde el punto de vista psicológico existen muchas estrategias que trabajan en función de mejorar la salud mental. El Instituto Nacional de salud (2022), describió las siguientes estrategias:

Mantener una mente positiva: Es necesario encontrar el equilibrio entre las emociones, manteniendo un pensamiento positivo de las cosas que nos acontecen sin dejarnos caer en los extremos, reconocer que las emociones positivas y negativas nos permiten sentir y pasar por procesos difíciles que necesitamos superar. Hay que reconocer que aveces debemos darnos un descanso de la información negativa, desvinculandonos de las redes sociales o noticias, tampoco comparemos nuestra vida negativa con la de los demás, sea ud mismo su ejemplo de superación personal.

Practicar la gratitud: Sea agradecido con las cosas buenas que permiten a crecer y con las cosas malas que ayudan ha aprender. Esto puede ser difícil para muchos pero la

gratitud ayuda a ver su vida de manera diferente a disfrutar de las cosas pequeñas de lo que la vida nos brinda, de esta manera es posible hasta mejorar nuestras emociones y volverlas en gran manera positivas.

Cuidar su salud física: La salud mental va de la mano con la salud física, no es posible estar bien para el ser humano cuando experimenta una dolencia o estamos atravesando por una enfermedad, además el estrés y la ansiedad se ve disminuida con la práctica de actividades físicas, mejorar el sueño permite aceptar el día con una sensación de bienestar para cumplir las metas y propósitos.

El estrés laboral y la salud mental

La Organización internacional del trabajo (2016) informa que el efecto negativo a raíz del estrés laboral repercute en la población a nivel mundial, y es un problema social con amplias consecuencias para la salud física y mental. Por consiguiente en base a evidencias de diferentes investigaciones donde exploran el tema del estrés laboral y la salud mental, han determinado que las personas que presentan estrés laboral muestran mayor predominio en trastornos mentales y físicos. Desafortunadamente, la evidencia comprueba que el estrés laboral incide en la salud mental y física del sujeto, además los casos donde los síntomas del estrés son severos van en aumento conforme pasan los años.

Solís (2019) concluye en una investigación que en calidad de los resultados obtenidos al explorar un caso de estrés laboral, logro establecer que existen un amplio abanico de consecuencias del estrés laboral que afectan todas las áreas en la vida del ser humano, a su vez afecta la salud mental y quienes sufren esta enfermedad tienden a aislarse, desinterés en interactuar socialmente, baja autoestima esto con respecto al área psicológica. En el área fisiológica presentan insomnio, cefaleas, fatiga y en el área cognitiva la preocupación constante acerca de las labores diarias.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2016) se estima que en Latinoamérica el 21 y 32 % de casos de hipertensión son debido a las altas exigencias en el ámbito laboral y la falta de control. Por otro lado el estrés laboral genera repercusiones en la salud mental por ejemplo el Burnout también conocido como desgaste emocional, esto afecta el rendimiento y desempeño de los trabajadores, además es considerada la causa de consumo de sustancia como tabaco, alcohol y drogas. En casos extremos conlleva al suicidio.

Técnicas aplicadas para la recolección de la información

El proceso que se llevó a cabo se lo tomó con una viabilidad basado en una metodología mixta y así poder llegar al respectivo diagnóstico estructural, posterior a este se realizó la intervención respectiva, en conjunto con los métodos y técnicas fiables las cuales se establecen a continuación:

Método

Permite ejecutar de una forma íntegra todos los instrumentos psicológicos en el paciente estudiado usando una dinámica que comienza en identificar, evaluar, intervenir, y tratar con el enfoque cognitivo conductual y así finalmente reducir la sintomatología del padecimiento presentado.

Técnicas:

Observación clínica (anexo 1).

Procedimiento que se realiza desde que el paciente ingresa hasta que se va en la respectiva consulta, ayudando de forma inmediata a detectar si el sujeto se encuentra consciente del tiempo y espacio en el que nos encontramos y todas sus condiciones psicológicas en general, esta técnica se la ejecuta de forma encubierta apoyando directamente de forma confiable a la descripción del historial clínico, como también a poder llegar al diagnóstico estructural que presenta el paciente afectado.

Entrevista semiestructurada (anexo 1).

Uno de los procesos con mucha relevancia en el ámbito psicológico por permitir recolectar datos importantes de las personas intervenidas, donde se debe tomar muy en cuenta que durante su ejecución se debe adaptarse a las características que presenta el paciente para que se sienta cómodo con cada uno de los estímulos que se le plantea y él pueda responder de una forma libre sin sentirse presionado o incomodo(a), el paciente debe sentir que está siendo escuchado mediante la ejecución de su narrativa, toda la información que se obtiene durante este proceso será de mucha importancia al momento de llegar al diagnóstico y la respectiva historia clínica del paciente.

Baterías psicológicas (anexo 2).

Es una de las técnicas que ayudan a apoyar el diagnóstico que se ha detectado, las pruebas psicológicas brindan puntuaciones directas y proyecciones descriptivas que el paciente que se aplicaron durante este proceso son las siguientes:

Escala de ansiedad de Hamilton

El test psicométrico de Hamilton permite evaluar los niveles de ansiedad que presentan las personas en dos características diferentes a nivel psíquico y somático con 14 ítems, la escala de Hamilton fue descubierta por Máx. Hamilton en 1959 las respuestas van desde 0 hasta 4 desde leve -grave, el tiempo de ejecución es de 30- 40 minutos es aplicable a niños y adultos.

La prueba de ansiedad de Hamilton consiste en evaluar los síntomas en los estados ansiosos como: estado de ánimo, tensiones, miedos, falta de sueño, pensamiento, áreas musculares y sensoriales, nivel cardíaco, pulmonar, estomacal, urinario, fisiológico y autónomo, si la puntuación está de 0-5 significa no ansiedad, si va de 6-14 significa ansiedad leve si esta mayor a 15 significa una ansiedad moderada con tendencia a la gravedad, estas son las medidas globales de ansiedad, se las logra obtener de la suma de cada uno de los ítems.

Escala de autoestima Rosenberg

La prueba se centra en evaluar los niveles de autoestima, la escala fue diseñada por Morris Rosenberg en 1953, consiste en responder 10 enunciados divididos en dos aspectos para su calificación positivo de 0-3, negativo 3,0, si las puntuaciones suman un total de 30 puntos significa una autoestima alta, de 15-25 dentro de lo normal, si desciende de 15 autoestima baja.

Test lads -Técnica de dibujo de animales de Levy

Es una prueba proyectiva la cual permite evaluar la personalidad general del sujeto mediante el dibujo de un animal dejando absueltos de forma inconsciente todos los síntomas, la prueba fue desarrollada por S. Levy la cual aplica a niños y adultos es una prueba muy dinámica que no genera dificultad en su ejecución.

El sujeto evaluado dibuje un animal que más le guste, posterior al dibujo él debe narrar una historia sobre el animal que dibujó luego agregar una edad a que sexo pertenece

y un nombre, para realizar dicha prueba solo necesitará un lápiz y una hoja A4 de color blanco al finalizar la prueba se le preguntara que otro animal pensó.

Resultados obtenidos

Desarrollo del caso

El estudio de caso actual desarrollado es de una docente de 46 años de edad quien es remitida a consulta de forma voluntaria en el departamento de psicología de la unidad educativa Ricaurte, manifestando que desde hace dos meses viene presentando una presión total en el ámbito laboral.

Proviene de un grupo familiar nuclear conformada por sus dos hijas mujeres una de 20 años y la otra de 17 años de edad con quienes tiene una relación armoniosa y estable, su esposa de 42 años de edad con el que mantiene una relación conflictiva a raíz de la carga laboral en su trabajo.

Para dar continuidad al proceso se inició con la recolección de información para detectar cuál era la causa inicial de su sintomatología a través de una anamnesis interpretativa por parte del usuario intervenido, cada una de las sesiones tuvieron 40 minutos de duración de manera presencial las cuales se detallan a continuación:

Primera sesión (28/01/2022 -8:00-8:40 am).

Como primer objetivo durante la consulta inicial fue establecer un excelente rapport con la paciente para así lograr una colaboración voluntaria durante todo el proceso, paciente de 46 años de contextura gruesa con conciencia de enfermedad ubicada en tiempo y espacio manifestó lo siguiente:

“Alrededor de 3 meses vengo con una presión total en el ámbito laboral, yo soy docente de la Unidad Educativa Ricaurte doy clases a los estudiantes de bachillerato, y tengo que estar planificando a diario las clases, porque lo estábamos haciendo mediante vía zoom, pero se dio la oportunidad de que algunos asistan a clases y otros no, y se me complico mucho el trabajo

Justo me enferme de covid, y pase mal varios días, no podía hacer nada, cuando ya regresé vivenciando los síntomas que son del covid, tenía mucho trabajo sobrecargado, incluso sigo con mucho trabajo acumulado y los del distrito, el rector me presionan

demasiado quieren que envíe documentos que haga planificaciones a nivel macro y micro que realice actividades para cierre de periodo escolar, son muchas cosas que yo sola no puedo, me requiere tiempo, de solo pensar que ya me toca entregar y me van hablar me van a decir que no sirvo como docente

Pero yo quiero demostrarles todo lo contrario, me duermo unas dos horas a la madrugada hasta igualarme, calificar exámenes, corregir trabajos, subir notas, son 34 estudiantes se necesita tiempo y yo no lo tengo, no puedo dormir de la preocupación, me empiezan a sudar las manos, me duele horrible la espalda, me han salido manchas rojas de puro estrés, me fui donde un dermatólogo y me dijo que haga actividades que me saquen de mi vida rutinaria, que el trabajo me estaba consumiendo, y es cierto no tengo hambre ni ánimos de hacer nada, solo me quiero ir acostar y no saber de nadie, ya me escriben los padres, los alumnos, los docentes ya me cansé, me siento agobiada, intranquila

Pienso que si no presento en el plazo adecuado me van a botar de la institución o me van a decir que soy irresponsable, prefiero irme acostar que agobiarme, yo mismo siento que ya estoy vieja no puedo estar bajo presión, me estreso, me desespero, pierdo las esperanzas que voy a cumplir hasta esa fecha, pero yo mismo tengo la culpa porque en vez de sentarme hacer prefiero irme a dormir, me desconcentro con facilidad, no quiero saber nada de tanto trabajo, he perdido el apetito mismo, y creo que eso me está pasando factura tengo problemas gastrointestinales”.

Durante el proceso se obtuvo información del cuadro psicopatológico actual donde manifestó que aproximadamente “3 meses presenta sintomatología como: llanto frágil, pérdida en actividades (anhedonia), culpa, preocupación excesiva, desesperanza, tristeza, aislamiento, irritabilidad, insomnio, agotamiento, fatiga, falta de concentración, sudoración, pensamientos rígidos, falta de apetito, problemas gastrointestinales, estrés, dolor de espalda, manchas rojas en el cuerpo” posterior a la sesión se estableció hora y fecha para la siguiente sesión.

Segunda sesión (31/01/2022-10:00-10:40 am)

Se procedió a dar continuidad a la recolección de información de la paciente como estaba conformada su estructura familiar la cual proviene de un grupo nuclear, también se tomó información de la tipología habitacional, historia personal, el estado mental y la fenomenología en general del estado de la paciente, también se evaluó al paciente aplicando

el test de autoestima de Rosenberg para medir los niveles de mayor porcentaje de afectación basados en la autoestima.

Tercera sesión (3/02/2022-8:00-8:40 am)

Se dio continuidad a la sesión tomando otras pruebas como: la escala de ansiedad Hamilton para medir la afectación a nivel psíquico y somático, también se evaluó con una prueba proyectiva para medir la personalidad - Test Lands y detectar así la mayor afectación la cual no se sintió capaz de expresar de forma verbal dando así fundamento al diagnóstico.

Cuarta sesión (7/02/2022-10:00-10:40 am)

Durante la sesión se dio continuidad al proceso para dar devolución de los resultados al paciente de forma detallada de los test anteriores aplicados los cuales manifestaron resultados moderados con tendencia a la gravedad de ansiedad con afectación directas a nivel psíquico y somático, por otro lado la prueba proyectiva de personalidad apuntan directamente que existen afectaciones en el aparato psíquico del Yo y en los estados emocionales emitiendo al paciente a sintomatologías de minusvalía personal.

En la misma sesión se procedió también a dar al paciente el psicodiagnóstico del cual está padeciendo donde aceptó con toda la disposición en querer tratarse, también se establece el tratamiento a seguir basado en el enfoque cognitivo conductual con la finalidad de reducir toda la sintomatología que presenta.

Situaciones detectadas –hallazgos

En el proceso realizado de todas las sesiones se detectó que el padecimiento que presenta el paciente se viene suscitando en una evolución de 3 meses, causa precipitante la sobrecarga laboral como docente, con el apoyo de todas las herramientas psicológicas se ha podido detectar las afectaciones manifestando los resultados siguientes:

Fue evaluado con la escala de autoestima Rosenberg indicando una puntuación de 14-baja autoestima y la escala de ansiedad de Hamilton el cual indicó todos los ítems seleccionados dando como resultados moderados con tendencia a la gravedad de ansiedad lo cual significa que los niveles psíquicos y somáticos están cargando afectaciones.

También se aplicó el test de personalidad Test Lads -Técnica de dibujo de animales de Levy manifestando resultados profundos los cuales no fue capaz de expresar de forma

verbal, se observa el dibujo de un ave el cual significa la gran necesidad de liberación se muestra en el dibujo una ubicación en el cuadrante inferior derecho, existen rasgos de inferioridad de tamaño pequeño con trazos vacilantes débiles lo cual significa que está siendo afectado el aparato psíquico del Yo.

Posterior a todo el proceso realizado en el paciente se detectó las áreas afectadas a nivel patológico las cuales se ven comprometida el área cognitiva, afectiva, conductual y somático cada una muestra signos y síntomas diferentes las cuales se detalla en la matriz que se observa a continuación:

Tabla 1: matriz del cuadro psicopatológico

Cognitivo	Falta de concentración, Filtraje selectivo, generalización, catastrofismo.
Afectivo	Tristeza, desesperanza, dolor, decepción, frustración, sentimientos de culpa, llanto, irritabilidad.
Conducta social- escolar	Aislamiento, Desinterés laboral.
Somático	Pérdida de peso, inactividad, Pérdida de apetito, Falta de energía, insomnio, cefalea, agitación, cansancio, problemas gastrointestinales, erupciones en la piel.

Nota: sintomatología general del sujeto estudiado.

Posterior a los resultados que se manifestaron en todas las áreas afectadas se indica también que los factores principales que afectan a la paciente estudiada de forma directa está entre ellos el factor predisponente que indica su activación a causa de la enfermedad del covid- 19, por otro lado está también el de mayor afectación que desencadenan el padecimiento de la paciente es el evento precipitante debido a la sobrecarga laboral como docente que la llevó a estar en el estado en el que se detectó.

Tomando en consideración todo el proceso realizado durante la intervención del presente estudio de caso con el paciente se hace un análisis global de toda la información en conjunto con los manuales de diagnóstico DSM-5 y el CIE-10 llegando a tener los resultados

pertinentes del padecimiento del sujeto el cual indica el diagnóstico estructural de un trastorno de ansiedad generalizada F41.1 el cual indica que esta anomalía se viene presentando en una evolución de 3 meses.

Para la respectiva modificación de todos los signos y síntomas patológicos que se presentan se toma en consideración para la reducción y solución de las mismas con las metas y técnicas adecuadas para cada área afectada utilizando el enfoque cognitivo conductual con la finalidad de mejorar la calidad de vida de la paciente.

Soluciones planteadas

Las áreas que se intervendrán mediante el proceso terapéutica serán la cognitiva, afectiva, conductual y somática con la finalidad de reducir cada uno de los signos y síntomas que están en su mayor alteración, para aquello se tiene la disposición voluntaria y consciente del paciente para que así logre obtener pensamientos alternativos frente a situaciones negativas.

Dando continuidad a la descripción de las soluciones en este proceso cabe resaltar que cada área a tratar tiene su importancia porque al mencionar el área cognitiva y observar su afectación, las consecuencias que esta puede causar si no es tratada a tiempo, la área cognitiva es la base fundamental en el funcionamiento de los seres humanos, es por eso que se dispone de metas y técnicas aplicar para la misma y así logre el paciente afectado a identificar inmediatamente las distorsiones que se generan en sus pensamientos logrando así crear ideas alternativas frente a situaciones de tensión logrando así que estas no lleguen hacer efecto en los demás áreas como : afectiva, conductual y somática. Se establece el enfoque cognitivo conductual con metas y técnicas respectivas, se efectúan en 10 sesiones con una duración de 40 minutos cada una las cuales se detalla a continuación

Tabla.2. Esquema Terapéutico –Enfoque TCC.

Categoría	Objetivo	Actividad	Técnica	Fecha	Resultados Obtenidos
<u>Cognitivo</u>					Coalición
Falta de concentración	Informar a la paciente	Dialogar	Psi coeducación	9/02/2022	terapéutica.
Filtraje selectivo	sobre su			11/02/2022	La paciente es consciente de que

Generalización catastrofismo	padecimiento, decida tratarse.	Con el paciente, con el formato dado analizar ventajas y desventajas	Analizando ventajas y desventajas		su forma de pensar le ha causado daño.
<u>Afectivo</u>	Calificar el grado de creencia y que el paciente analice como le afecta.	Con el formato dado describir los eventos que le producen sentimiento s.	Diferenciando Hechos Pensamientos Sentimientos.	14/02/2022 16/02/2022 18/02/2022	La paciente logro identificar los hechos que le hacían producir emociones perjudiciales.
Tristeza Desesperanza Dolor Decepción Frustración sentimientos de culpa, llanto Irritabilidad					
<u>Conducta social-escolar</u>	Insertar al paciente en su vida habitual.	Se le informa al paciente que se realizará un cronograma actividades.	Programa de actividades de dominio y agrado.	21/02/2022 24/02/2022	Se interesó por realizar actividades de su agrado e integrarse en su medio habitual.
Aislamiento Desinterés laboral					
<u>Somático</u>	Mejorar el estado corporal del paciente con mecanismos de relajación y análisis.	En el formato y anotar y calificar las emociones y	Calificación de emoción y creencia. Ficha de registro sueño y descanso	28/02/2022 2/03/2022 7/0 3/2022	Aprendió a organizarse y reducir la tensión
Pérdida de peso Inactividad, Pérdida de apetito, Falta de energía, insomnio,					

cefalea,	creencias	Respiración
agitación,	que produce	
cansancio,	Inha	
problemas	lación de	
gastrointestinal	oxigeno de	
es, erupciones	10 segundo.	
en la piel.		

Nota: cuadro de abordaje psicoterapéutico

CONCLUSIONES

El estrés es uno de los padecimientos más comunes que cualquier persona puede experimentar por el cual aún se sigue buscando más información de cómo se origina esta anomalía, posterior a todo el proceso realizado durante el estudio de caso presente queda demostrado que el estrés no solo se presenta en una sola área de actividades que se ejecuten si no que puede estar en todos lados, en este caso la paciente estudiada vivencio una sintomatología ardua causada por el estrés en el ámbito laboral.

Gracias al proceso psicoterapéutico que se ejecutó en la paciente con el enfoque cognitivo conductual se logró reducir la sintomatología en general, logrando hacer reestructuración en su estado mental, permitiéndole finalmente entender que sus acciones estaban llevándola a la destrucción.

Mediante los métodos aplicados se llega a la conclusión basándose en el objetivo planteado que el estrés laboral si incidió en la salud mental de la docente de 46 años de edad presentando áreas afectadas como: cognitiva, afectiva, conductual y somático cada una de las áreas presentaron un conjunto de signos y síntomas los cuales fueron los siguientes: falta de concentración, filtraje selectivo, generalización catastrofismo, tristeza, desesperanza, dolor, decepción, frustración, sentimientos de culpa, llanto, irritabilidad, aislamiento, desinterés laboral, pérdida de peso inactividad, pérdida de apetito, falta de energía, insomnio, cefalea, agitación, cansancio, problemas gastrointestinales y erupciones en la piel.

Es importante tomar en consideración que el estrés de carácter laboral puede estar presente de forma permanente en la vida de las personas porque siempre van existir actividades que no son de agrado y si estas están en cúmulos para quien la ejecute será estresante, en alguno de los casos las personas saben manejar sus emociones y por efecto no tendrán ninguna reacción negativa al momento de enfrentar cualquier situación de tensión sabrán que hacer al respecto, es por ello que los individuos deberían tener psicoeducación sobre temas de estrés y las consecuencias que este puede generar, el estrés tiene una comorbilidad muy amplia en asociarse con otras enfermedades

Recomendaciones

Se recomienda que para el tipo de diagnóstico que se detectó en el caso estudiado tenga continuidad en controles psicológicos, debido a que pueden existir recaídas en los estados de ansiedad por el hecho de estar en contacto con las actividades y personas que anteriormente hicieron que genere tensión, es importante seguir en constante investigación sobre el tema tratado para así saber que otros trastornos pueden desencadenarse a causa del estrés laboral y cómo serían los síntomas que se presentaría de forma general.

Es recomendable también que para mayor fiabilidad en el caso estudiado se ejecuten más métodos psicológicos y aumento de sesiones a trabajar para así ir descartando posibles afectaciones que no se logren evidenciar desde las primeras instancias logrando así evitar mayores complicaciones a futuro. Finalmente queda concluido este estudio de casos con la gran satisfacción de ver realizado un trabajo minucioso a la hora de detectar cada detalle respecto a cada síntoma presentado e ir dando modificación al problema, dejando así a una persona con nuevos anticuerpos psicológicos para enfrentar su diario vivir, como también herramientas para los lectores que vayan hacer uso del actual estudio de caso planteado.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, M., Parra, L., Burbano, C., Aguilera, M., & Pozos, B. (2019). Estrés laboral, burnout, salud mental y su relación con violencia psicológica en docentes universitarios. *Revista Salud Uninorte*, 35(3), 328-342. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522019000300328
- Benjet, C. (2015). *Salud mental de la niñez y adolescencia en america latina*. Buenos Aires: Organizacion panamericana de la salud.
- Comisión Europea. (2000). Guía sobre el estrés relacionado con el trabajo - ¿la “sal de la vida” o “el beso de muerte”? *Oficina de Publicaciones Oficiales de las Comunidades Europeas*.
- Confederación de salud mental. (2019). *salud mental en cifras*. Madrid: instituto nacional de estadística.
- Delgado , S., Calvanapón, F., & Cárdenas , K. (2020). El estrés y desempeño laboral de los colaboradores de una red de salud. *Revista Eugenio Espejo*, 14(2). doi:<https://doi.org/10.37135/ee.04.09.03>
- Instituto Nacional de salud. (2022). *departamento de servicios humanos en salud mental*. whashintong D.C: rockville pike.
- Ministerio de salud pública. (Abril de 2020). *El gobierno de todos- salud pública del Ecuador*. Obtenido de <https://www.salud.gob.ec/salud-mental/>
- Morocho, C. (2015). El estrés laboral del personal de enfermería y su incidencia en la calidad de servicio que se ofrece en el Hospital la calidad de servicio que se ofrece en el Hospital Dr. Teodoro Maldonado Carbo”, de Guayaquil. *[Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Babahoyo]*. Babahoyo.
- Organización Internacional de Trabajo. (2016). *Estres en el trabajo*. Obtenido de <http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2016/490658.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2016). *La organización laboral y el estrés*. Obtenido de http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1

- Organizacion mundial de la salud. (2016). *Salud mental bajo un desarrollo biopsicosocial*.
washintong: departamento de salud mental.
- Osorio , J., & Cárdenas , L. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 13(1). doi:<https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.06>
- Patlán , J. (2019). ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo? *Revista Salud Uninorte*, 35(1), 156-184. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522019000100156
- Quimbay, N. (2017). Consecuencias del estrés laboral en las organizaciones. [*Tesis de grado, Universidad Militar Nueva Granada*]. Bogotá, Colombia. Obtenido de <https://repository.unimilitar.edu.co/handle/10654/18043>
- Solis, M. (2019). INCIDENCIA DEL ESTRÉS LABORAL EN LA SALUD MENTAL EN UN DOCENTE. [*Trabajo de Titulación, Universidad Técnica de Babahoyo*]. Babahoyo, Los Ríos. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/6278>
- Ticona, J. (2017). El estrés y el rendimiento laboral del personal administrativo de la municipalidad distrital de Taraco, período 2015. [*Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Antiplano*]. Puno, Perú. Obtenido de <http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3704>
- Vargas , B., & García , R. (2018). *El estrés laboral y su incidencia en los trabajadores*. Universidad Técnica de Manabí. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/328782077_ARTICULO-CIENTIFICO-ESTRES-LABORAL_1
- Velásquez, F., Villavicencio, D., & Montero, G. (2016). Nivel de estrés laboral en profesionales de la salud y su relación en el desempeño laboral en el Hospital Luis Gabriel Dávila durante el período de septiembre-octubre del 2016. [*Tesis de grado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador*]. Quito, Ecuador. Obtenido de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/13896>

5. TOPOLOGÍA HABITACIONAL

6. HISTORIA PERSONAL

6.1. ANAMNESIS

Embarazo, parto, lactancia, marcha lenguaje, control de esfínteres, funciones de autonomía, enfermedades.

6.2. ESCOLARIDAD (Adaptabilidad, rendimiento, relación con pares y maestros, aprendizaje, cambios de escuela).

6.3. HISTORIA LABORAL

6.4. ADAPTACIÓN SOCIAL

6.5. USO DEL TIEMPO LIBRE (ocio, diversión, deportes, intereses)

6.6. EFECTIVIDAD Y PSICOSIXUALIDAD

6.7. HÁBITOS (café, alcohol, drogas, entre otros)

6.8. ALIMENTACIÓN Y SUEÑO

Elaborado por: Msc. Gina Beltrán Roquerías, Msc. Janet Verdoso Galea, Msc. Xavier Franco Chóez ;
Msc. Heriberto Luna Alvarez;
Realizado el 11 de octubre de 2019

6.9. HISTORIA MÉDICA

6.10. HISTORIA LEGAL

6.11. PROYECTO DE VIDA

7. EXPLORACIÓN DEL ESTADO MENTAL

7.1. FENOMENOLOGÍA (Aspecto sensorial, lenguaje no verbal, biotipo, actitud, etnia, lenguaje)

7.2. ORIENTACIÓN

6.9. HISTORIA MÉDICA

6.10. HISTORIA LEGAL

6.11. PROYECTO DE VIDA

7. EXPLORACION DEL ESTADO MENTAL

7.1. FENOMENOLOGÍA (Aspecto personal, lenguaje no verbal, biotipo, actitud, etnia, lenguaje)

7.2. ORIENTACIÓN

7.3. ATENCIÓN

7.4. MEMORIA

7.5. INTELIGENCIA

7.6. PENSAMIENTO

7.7. LENGUAJE

7.8. PSICOMOTRICIDAD

7.9. SENSOPERCEPCION

7.10. AFECTIVIDAD

Elaborado por: Msc. Gana Beltrán Baquerizo, Msc. Janet Verdesoto Galeas, Msc. Xavier Franco Chólez y Msc. Heriberto Luna Alvarez
Realizado el 1 de octubre de 2019

7.11. JUICIO DE REALIDAD

7.12. CONCIENCIA DE ENFERMEDAD

7.13. HECHOS PSICOTRAUMATICOS E IDEAS SUICIDAS

8. PRUEBAS PSICOLOGICAS APLICADAS

9. MATRIZ DEL CUADRO PSICOPATOLOGICO

Función	Signos y síntomas	Síndrome
Cognitivo		
Afectivo		
Pensamiento		
Conducta social - escolar		

7.11. JUICIO DE REALIDAD

7.12. CONCIENCIA DE ENFERMEDAD

7.13. HECHOS PSICOTRAUMATICOS E IDEAS SUICIDAS

8. PRUEBAS PSICOLOGICAS APLICADAS

9. MATRIZ DEL CUADRO PSICOPATOLOGICO

Función	Signos y síntomas	Síndrome
Cognitivo		
Afectivo		
Pensamiento		
Conducta social - escolar		
Somática		

9.1. Factores predisponentes:

9.2. Evento precipitante:

9.3. Tiempo de evolución:

10. DIAGNÓSTICO ESTRUCTURAL

11. PRONÓSTICO

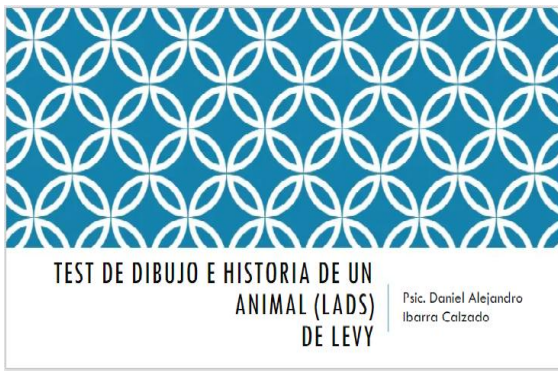

12. RECOMENDACIONES

13. ESQUEMA TERAPÉUTICO

Hallazgos	Meta Terapéutica	Técnica	Número de Sesiones	Fecha	Resultados Obtenidos

Elaborado por: Msc. Gina Beltrán Baquerizo, Msc. Janet Verdesoto Galeas, Msc. Xavier Franco Chóez y Msc. Heriberto Luna Alvarez
Realizado el 1 de octubre de 2019

Firma del pasante

<p>Test lands (levy animal-drawing-story technique)</p>																																																													
<p>CONSIGNA</p> <p>“Por favor, dibuja un animal, cualquier animal que desees. Comienza a dibujar”</p> <p>Al terminar el dibujo se darán las siguientes consignas</p> <p>“Escriba en el costado superior derecho su edad, sexo, el tipo de animal que dibujo, haga una lista de otros animales que quizás hubiese dibujado, debajo del dibujo póngale un nombre familiar cariñoso”</p> <hr/> <p>CONSIGNA OPCIONAL</p> <p>“Da vuelta a la hoja del dibujo y escribe una historia imaginaria acerca de este animal”</p>	<p>MATERIALES</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Hoja blanca ❖ Lápiz ❖ Goma 																																																												
<p>Escala de ansiedad hamilton</p>	<p>ESCALA DE ANSIEDAD DE HAMILTON</p> <p>Nombre _____ Fecha _____</p> <p>Seleccione para cada ítem la puntuación que corresponda, según su experiencia. Las definiciones que siguen al enunciado del ítem son ejemplos que sirven de guía. Marque en el casillero situado a la derecha la cifra que defina mejor la intensidad de cada sintoma en el paciente. Todos los ítems deben ser puntuados.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>SINTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD</th> <th>Ausente</th> <th>Leve</th> <th>Modificado</th> <th>Grave</th> <th>Muy grave/Incapacitante</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Estado de ánimo ansioso. Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>2. Tensión. Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>3. Temores. A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>4. Insomnio. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>5. Intelectual (cognitivo) Dificultad para concentrarse, mala memoria.</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>6. Estado de ánimo deprimido. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>7. Síntomas somáticos generales (musculares) Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>8. Síntomas somáticos generales (sensoriales) Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>9. Síntomas cardiovasculares. Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </tbody> </table>	SINTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Modificado	Grave	Muy grave/Incapacitante	1. Estado de ánimo ansioso. Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad	0	1	2	3	4	2. Tensión. Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.	0	1	2	3	4	3. Temores. A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.	0	1	2	3	4	4. Insomnio. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.	0	1	2	3	4	5. Intelectual (cognitivo) Dificultad para concentrarse, mala memoria.	0	1	2	3	4	6. Estado de ánimo deprimido. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.	0	1	2	3	4	7. Síntomas somáticos generales (musculares) Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.	0	1	2	3	4	8. Síntomas somáticos generales (sensoriales) Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.	0	1	2	3	4	9. Síntomas cardiovasculares. Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.	0	1	2	3	4
SINTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Modificado	Grave	Muy grave/Incapacitante																																																								
1. Estado de ánimo ansioso. Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad	0	1	2	3	4																																																								
2. Tensión. Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.	0	1	2	3	4																																																								
3. Temores. A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.	0	1	2	3	4																																																								
4. Insomnio. Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.	0	1	2	3	4																																																								
5. Intelectual (cognitivo) Dificultad para concentrarse, mala memoria.	0	1	2	3	4																																																								
6. Estado de ánimo deprimido. Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.	0	1	2	3	4																																																								
7. Síntomas somáticos generales (musculares) Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.	0	1	2	3	4																																																								
8. Síntomas somáticos generales (sensoriales) Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.	0	1	2	3	4																																																								
9. Síntomas cardiovasculares. Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.	0	1	2	3	4																																																								

Test de Autoestima de Rosemberg.

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				