

Autocompasión y Relación Familia-Trabajo como Factores Protectores en Personal de Salud.

Self-Compassion And Family-Work Relationships As Protective Factors In Healthcare Workers.

RESUMEN/ ABSTRACT

Este estudio analiza la autocompasión y la relación familia-trabajo como predictores del bienestar, satisfacción y la calidad de vida laboral en trabajadores del área de la salud en Colombia. Se utilizará una metodología cuantitativa, con un diseño descriptivo, correlacional, no experimental, con un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se espera aplicar un instrumento que consolida las escalas SCS, SWING, CVP-35 y SWLS. El análisis de datos se realizará a través de regresión lineal múltiple.

This study analyzes self-compassion and family-work relationships as predictors of well-being, satisfaction, and quality of work life among healthcare workers in Colombia. A quantitative methodology will be used, with a descriptive, correlational, non experimental design and non-probability convenience sampling. An instrument that consolidates the SCS, SWING, CVP-35, and SWLS scales will be applied. Data analysis will be performed using multiple linear regression.

DIRECTORA DEL PROYECTO
Nancy Martínez León

ASESOR
Nicolás Rodríguez Sarmiento
(nrodriguezsar@unbosque.edu.co).

AUTORAS
Laura Alejandra León León, Natalie Alejandra Castiblanco León,
Laura Alejandra Romero González, Diana Yuliet Chicangana Juspian y
Catalina Pedraza Gutiérrez.

PALABRAS CLAVES / KEYWORDS
Autocompasión, relación familia-trabajo, calidad de vida laboral, satisfacción con la vida, bienestar, trabajadores de la salud.
Self-compassion, work-family relationship, quality of work life, life satisfaction, well-being, healthcare workers.

INTRODUCCIÓN

- El personal de salud está expuesto a extensas jornadas laborales, disminución en horarios de sueño y afectación en la calidad del tiempo para establecer relaciones interpersonales (López, et al., 2021).
- Desde la psicología positiva se proponen variables relacionadas al bienestar dentro de las que se pueden observar la satisfacción vital y subjetiva las cuales promueven la salud física y mental de la población objetivo (Bolaños & Cruz, 2017).

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

- Los riesgos psicosociales en el ámbito laboral y familiar afectan el bienestar y la calidad de vida de los trabajadores de la salud en Colombia (Jiménez, et al., 2020).
- La elevada carga de pacientes, la prolongada permanencia en el servicio y el escaso tiempo de descanso se asocian con un mayor riesgo de fatiga, ansiedad e insatisfacción laboral. (Rahman, et al., 2023).
- Un estudio realizado en Colombia con una muestra de 963 médicos residentes, evaluados al inicio y a la mitad de su ciclo académico, evidenció un incremento significativo en los niveles de ansiedad (del 38% al 56,5%), depresión (del 3,7% al 22,2%) y riesgo suicida (del 1,9% al 7,4%). Este aumento fue asociado a factores como dinámicas familiares, dificultades interpersonales, largas jornadas laborales, problemas económicos y baja tolerancia a la frustración (López, et al., 2021).



OBJETIVO GENERAL

Identificar si la relación familia-trabajo y la autocompasión interactúan de tal manera que pueden predecir la satisfacción con la vida y la calidad de vida en el personal de la salud en Colombia

Objetivos Específicos

- Definir si la relación familia-trabajo predice la satisfacción con la vida y la calidad de vida en el personal de la salud en Colombia.
- Determinar si la autocompasión predice la satisfacción con la vida y la calidad de vida en el personal de la salud en Colombia.
- Identificar si variables demográficas como el sexo, la profesión, la ciudad y la complejidad moderan como predictores del bienestar entendido a partir de la satisfacción con la vida y calidad de vida laboral en trabajadores de la salud en Colombia.

METODOLOGÍA APLICADA

- Estudio de tipo cuantitativo, correlacional y transversal.
- Muestreo no probabilístico por conveniencia

Instrumentos aplicados

CS (Escala de Autocompasión).
SWING (Interacción trabajo-familia).
CVP-35 (Calidad de Vida Profesional).
SWLS (Satisfacción con la Vida).

El análisis de datos se realizará con SPSS y Jamovi. El proyecto se encuentra en espera de la aprobación del comité de ética para su aplicación.

VARIABLES E HIPOTESIS



Variables independientes:
autocompasión, la interacción familia-trabajo, la ciudad, el sexo, la profesión y la complejidad del hospital.

Variables dependientes:
calidad de vida laboral y la satisfacción con la vida.

LOGROS Y RESULTADOS



LÍNEA DE TIEMPO



REFERENCIAS

