

ANEXO 1

CARTA DE PRESENTACIÓN

Estimada/o:

Soy una alumna de 4º del Grado de Relaciones Laborales y Recursos Humanos, de la Facultad de Ciencias del Trabajo, de Ferrol.

Como Trabajo de Fin de Grado, he escogido estudiar el síndrome del trabajador quemado (burnout) entre los profesionales sanitarios, y por ello es para mí fundamental el poder contar con su colaboración contestando a los tres cuestionarios que le adjunto, con los cuales podré dar respuesta a algunos de los aspectos relaciones con el tema estudiado.

Lo que pretendo con este estudio es analizar el nivel de satisfacción profesional y el nivel de estrés laboral/burnout, y así llegar a posibles propuestas de mejora para conseguir mayores niveles de satisfacción laboral.

Es importante que conteste a todas las preguntas para poder llegar a conclusiones más veraces. Estos cuestionarios son totalmente voluntarios y anónimos.

Agradezco de antemano su colaboración.

Un cordial saludo.

ANEXO 2

Muy señores míos, la estudiante Tania Domínguez Vázquez realiza un trabajo de fin de Grado en la Facultad de Ciencias del Trabajo de Ferrol, Universidad de A Coruña sobre "el burn out" o síndrome de quemado por el trabajo en la actividad hospitalaria. Para ello necesita realizar una serie de encuestas en el Hospital Arquitecto Marcide para poder así sacar sus conclusiones sobre esta enfermedad psicosocial y presentar su trabajo.

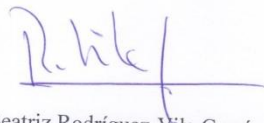
Tanto la tutora que le dirige su trabajo como la propia interesada les solicita su permiso para pasar dichas encuestas entre el personal auxiliar de enfermería y el propio personal de enfermería.

A su vez se comprometen a no difundir estos datos en ninguna publicación ni trabajo posterior, respetando el derecho a la confidencialidad de los datos.

Agradecemos de antemano su colaboración.

Ferrol 10 Junio 2015

Atentamente les saluda



Beatriz Rodríguez-Vila García



Tania Domínguez Vázquez

ANEXO 3

CUESTIONARIO SOBRE CUESTIONES SOCIODEMOGRÁFICAS Y LABORALES

DATOS PERSONALES

1.SEXO:

Mujer Hombre

2.EDAD:

_____ años

3.ESTADO CIVIL:

Soltero/a Casado/a o con pareja estable
 Separado/a o divorciado/a Viudo/a

4.- NUMERO DE HIJOS:

_____ hijos

DATOS PROFESIONALES

5.CATEGORÍA PROFESIONAL:

Enfermero/a Auxiliar de enfermería

6. AÑOS DE ANTIGÜEDAD EN LA PROFESIÓN _____

7. AÑOS DE ANTIGÜEDAD EN EL HOSPITAL _____

8. CONDICION LABORAL:

Funcionaria/o Estatutaria/o
 Laboral fija/o Interina/o
 Contratada/o eventual Becario/prácticas

Otro/A (Especificar) _____

9. ¿DESEA CAMBIAR DE SERVICIO / UNIDAD DE TRABAJO?

No Si

10.TURNO DE TRABAJO:

Fijo de mañana
 Mañanas / tardes
 Noches fijas
 Rotatorio (semana de mañanas; semana de tardes; noches alternas)

11. ¿DESEA CAMBIAR DE TURNO DE TRABAJO?

No

Si

12. NÚMERO TOTAL DE PROFESIONALES DEL EQUIPO DE ENFERMERÍA EN SU UNIDAD DE TRABAJO ACTUAL

Nº de Enfermeras _____ Nº de Auxiliares de Enfermería _____

13. ¿QUÉ ESFUERZO FÍSICO REQUIERE EL DESARROLLO DE SU ACTIVIDAD DIARIA?

Poco (trabajo sedentario)

Actividad física moderada

Actividad física ligera

Actividad física intensa

14. ¿REALIZASTE ALGUNA ACTIVIDAD DE FORMACIÓN DURANTE EL ÚLTIMO AÑO?

Si

No

15. ¿SU TRABAJO ES ESTRESANTE?

Si

No

16. ¿HAS SUFRIDO ALGUNA BAJA LABORAL DURANTE EL ÚLTIMO AÑO? EN CASO DE SER AFIRMATIVO

Si

No

15. ¿EL DESARROLLO DE SU TRABAJO CUANTO ESTRÉS LE ORIGINA?:

Poco

Moderado

Mucho

ANEXO 4: ESCALA DE VULNERABILIDAD

Esta escala mide vulnerabilidad al estrés. Todas las personas somos vulnerable en alguna medida, y nuestra vulnerabilidad será también diferente en diferentes momentos. Marque con una X la respuesta que considere apropiada.

		Totalmente de acuerdo	De acuerdo	<i>Ni a favor ni en contra</i>	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1	Supero las adversidades con facilidad					
2	Mantengo la calma incluso en situaciones tensas					
3	Los acontecimientos me abruma					
4	Sé arreglármelas					
5	Me siento incapaz de hacerme cargo de las cosas					
6	Puedo manejar problemas complicados					
7	Mantengo la calma bajo presión					
8	Me entra el pánico con facilidad					
9	No puedo tomar una decisión final					
10	Me abruma las emociones					

ANEXO 5

MBI (INVENTARIO DE BURNOUT DE MASLACH)

En este cuestionario encontrará una serie de enunciados sobre los sentimientos y pensamientos con relación a su interacción con el trabajo

Le pido su colaboración, marcando con una X la respuesta que mejor refleje su situación y actitud ante el trabajo. **A cada una de las frases debe responder expresando la frecuencia con la que tiene ese sentimiento o pensamiento de la siguiente forma:**

(0) = **NUNCA**

(1) = **CASI NUNCA, POCAS VECES AL AÑO**

(2) = **ALGUNAS VECES, UNA VEZ AL MES O MENOS**

(3) = **BASTANTES VECES, UNAS POCAS VECES AL MES**

(4) = **MUCHAS VECES, UNA VEZ A LA SEMANA**

(5) = **CASI SIEMPRE, VARIAS VECES A LA SEMANA**

(6) = **SIEMPRE, TODOS LOS DÍAS**

FRECUENCIA	0	1	2	3	4	5	6
1. Me siento emocionalmente agotada/o por mi trabajo							
2. Me siento cansada/o al final de la jornada de trabajo							
3. Me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo							
4. Comprendo fácilmente como se sienten los pacientes							
5. Creo que trato a los pacientes como si fuesen objetos impersonales							
6. Trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión							
7. Trato eficazmente los problemas de las personas que tengo que atender							
8. Me siento quemado/a por mi trabajo							
9. Creo que estoy influyendo positivamente, con mi trabajo, en la vida de los demás							
10. Me he vuelto más insensible y duro con la gente desde que hago este trabajo							
11. Me preocupa el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente							
12. Me siento muy activa/o y con vitalidad							
13. Me siento frustrada/o en mi trabajo							
14. Creo que estoy haciendo un trabajo demasiado duro							

15. No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente							
16. Trabajar directamente con los pacientes me produce estrés.							
17. Puedo crear fácilmente una atmósfera relajada con los pacientes y un clima agradable							
18. Me siento estimulada/o después de trabajar con mis pacientes							
19. He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo							
20. Me siento acabada o al límite de mis posibilidades en mi trabajo							
21. En mi trabajo trato los problemas emocionales de forma adecuada							
22. Siento que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas							