

OMC



ORGANIZACIÓN  
MÉDICA COLEGIAL  
DE ESPAÑA

CONSEJO GENERAL  
DE COLEGIOS OFICIALES  
DE MÉDICOS

Fundació



GALATEA



MutualMédica

La Mutualidad de los Médicos

# Estudio sobre el impacto de la COVID-19 en la salud, estilos de vida y condiciones de trabajo de los médicos en España

Rueda de prensa  
21 de abril de 2021

Con la colaboración de:

OMC



ORGANIZACIÓN  
MÉDICA COLEGIAL  
DE ESPAÑA



FUNDACIÓN PARA LA  
PROTECCIÓN SOCIAL

# Características sociodemográficas de la muestra

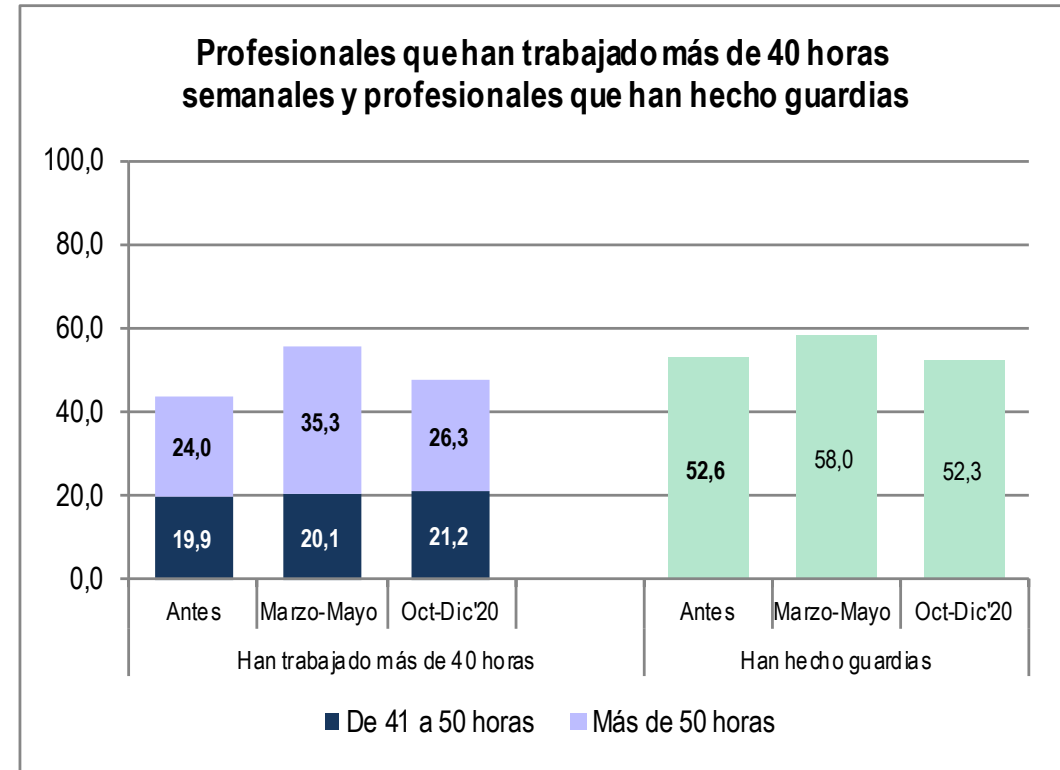
- **Universo:** 267.995 colegiados/as en España.
- **Muestra:** 4.515 efectivos válidos (margen d'error:  $\pm 1,5\%$ ).
- **Período recogida información:** julio (en Cataluña); de octubre a diciembre (resto de España).
- **Estructura sociodemográfica:** 63% de mujeres; 49,2 años de media (46,9 mujeres y 53,2 hombres).
- **Situación laboral:**
  - **Atención directa a pacientes (91%), en el sector público (65%), como funcionarios o con contrato fijo (62,3%).**
  - **Una tercera parte tiene contrato temporal.**
  - **Trabajan 52% en atención hospitalaria y 30% en atención primaria.**

# Condiciones de trabajo

Las características de los puestos de trabajo no han variado substancialmente entre el principio de la crisis y el momento en que han contestado la encuesta.

A lo largo del período, han aumentado los médicos que han tenido que realizar guardias (presenciales o localizables) y las jornadas de trabajo se han alargado.

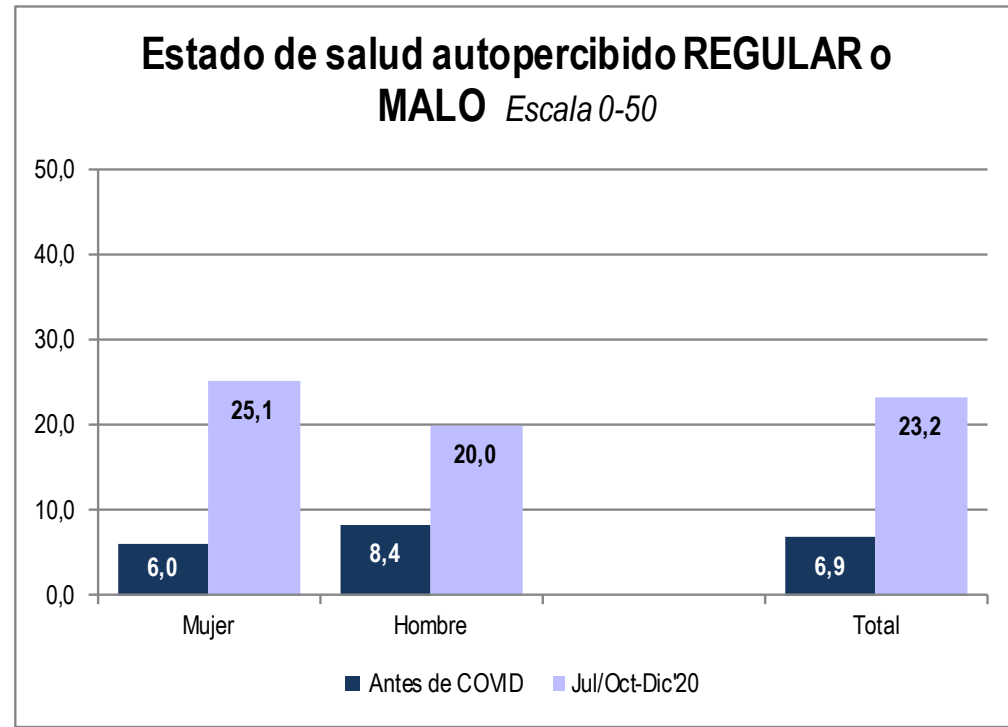
Se trata de incrementos ligeros (tres horas semanales de media) pero partiendo de jornadas ya muy extensas (el 44% trabajaba más de 40 horas semanales) antes de la crisis.



# Salud autopercebida

Empeoramiento de todos los indicadores de salud de los médicos entre el momento previo a la aparición del coronavirus y los meses más duros de la primera ola (marzo, abril y mayo). Cuando contestan la encuesta, los indicadores de salud mejoran respecto al peor momento de la crisis pero sin volver a la situación anterior.

**Empeoramiento del estado de salud percibido (aumentan los que presentan un estado de salud regular o malo, del 6,9% al 23,2%)**



# Repercusiones de la COVID-19 en el ejercicio profesional

OMC



ORGANIZACIÓN  
MÉDICA COLEGIAL  
DE ESPAÑA

CONSEJO GENERAL  
DE COLEGIOS OFICIALES  
DE MÉDICOS

Fundació



GALATEA

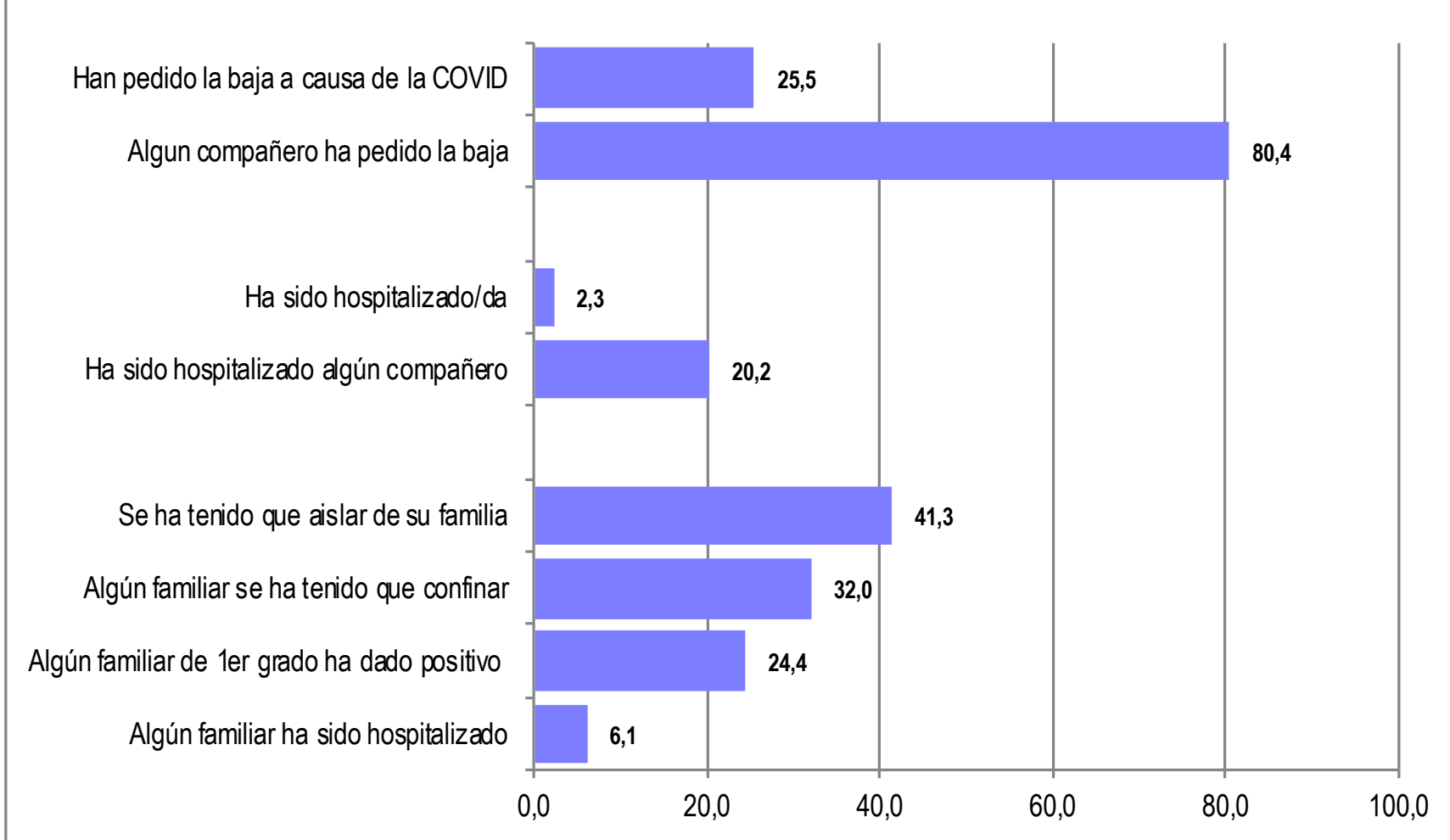


MutualMédica

La Mutualidad de los Médicos

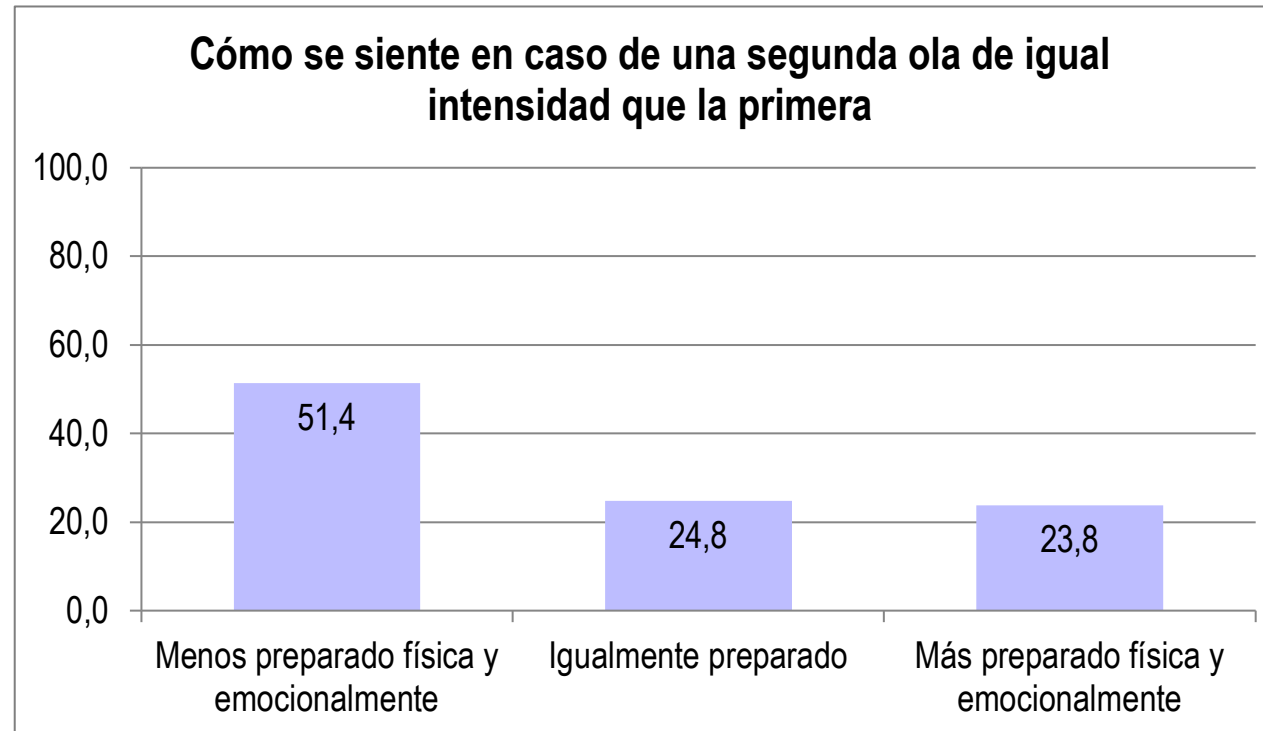
# Repercusiones de la COVID-19 en el ejercicio profesional

**Gráfico 10. Repercusiones directas de la COVID sobre el propio profesional, sus compañeros de trabajo y su familia**



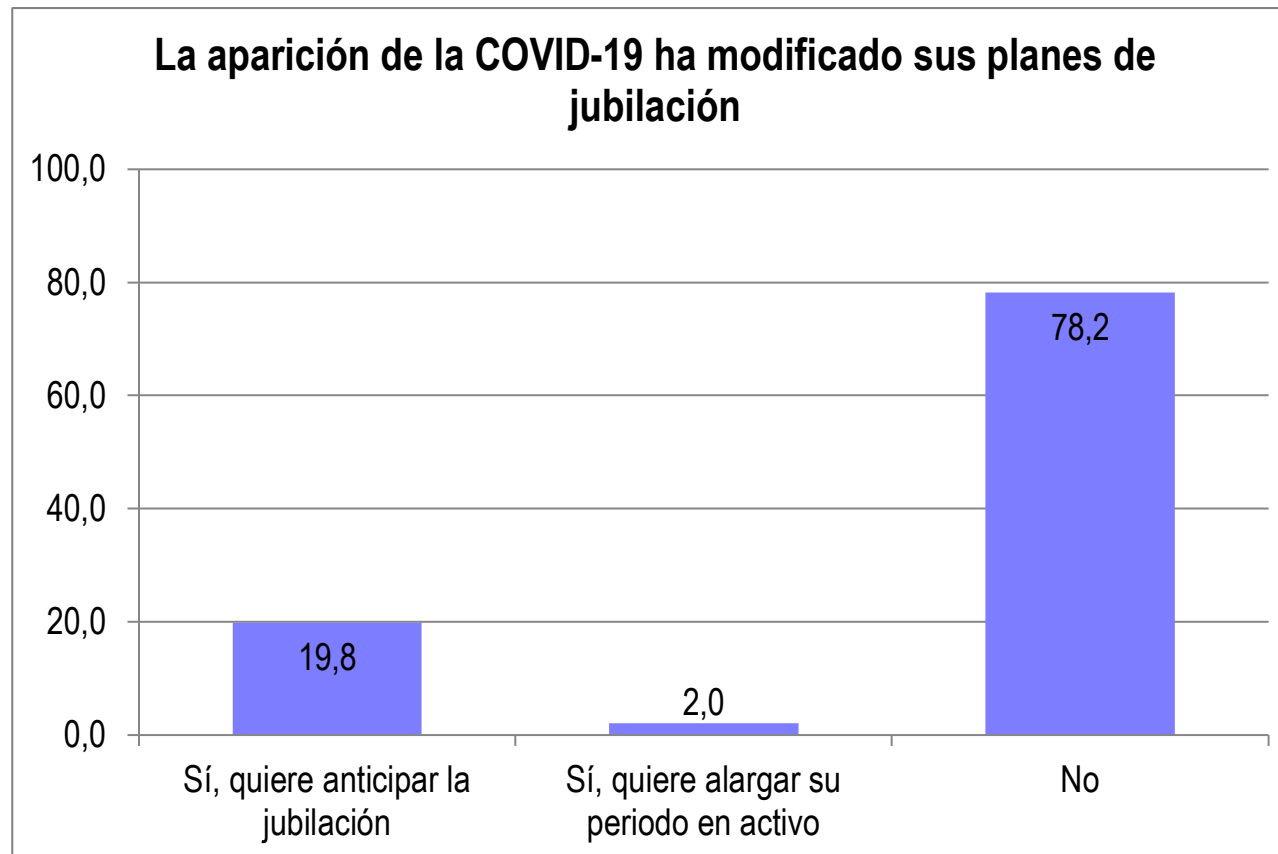
# Repercusiones de la COVID-19 en el ejercicio profesional

En el momento de la encuesta, más de la mitad de los médicos se sienten menos preparados física y emocionalmente en caso de una segunda ola de igual intensidad que la primera



# Repercusiones de la COVID-19 en el ejercicio profesional

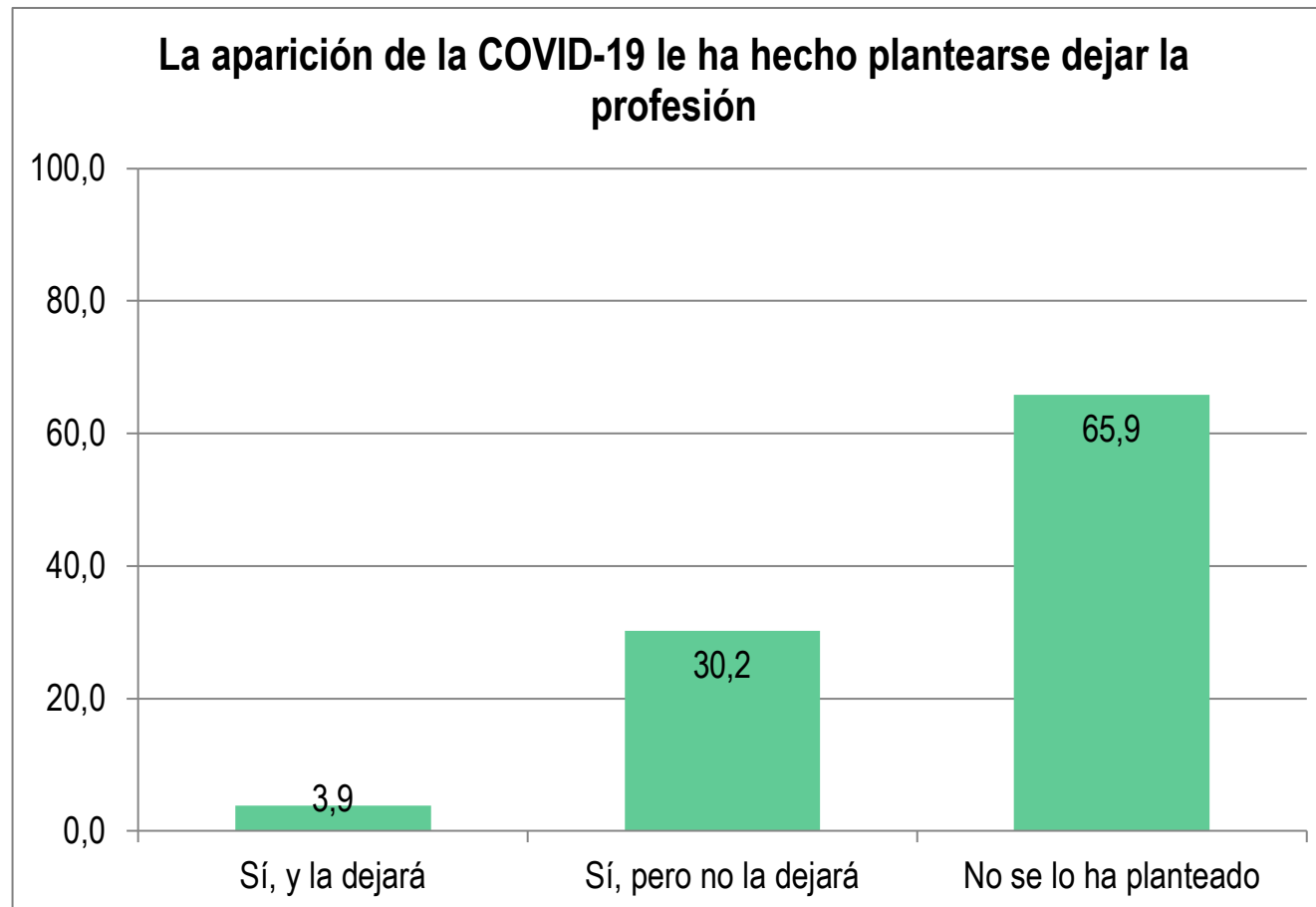
Casi el 20% de los médicos piensan que van a anticipar su jubilación





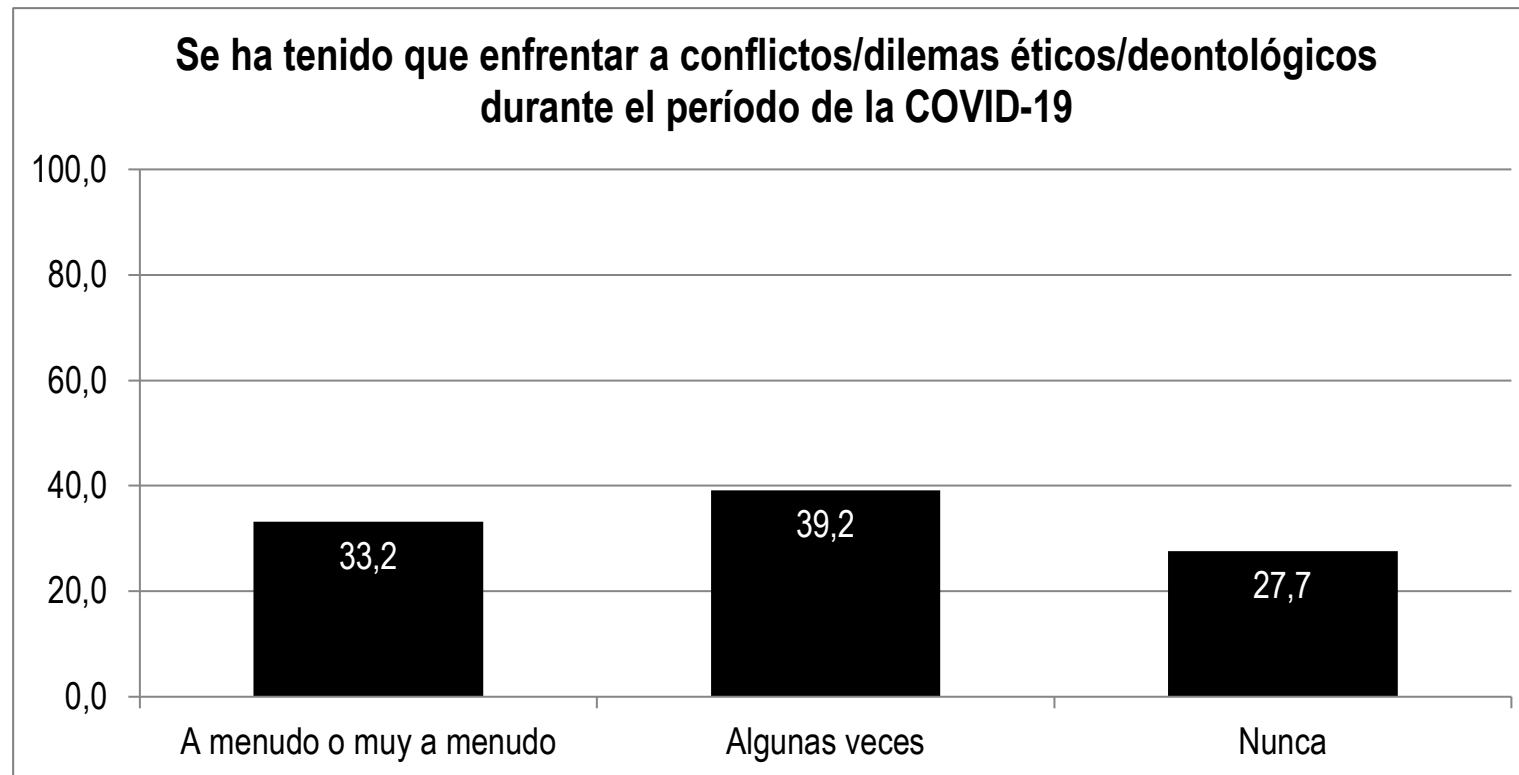
# Repercusiones de la COVID-19 en el ejercicio profesional

El 34,1% de los médicos se ha planteado dejar la profesión, aunque solo el 3,9% piensa que realmente lo hará



# Repercusiones de la COVID-19 en el ejercicio profesional

El 72,3% de los médicos se ha tenido que enfrentar a dilemas éticos, un tercio de los médicos a menudo o muy a menudo



# Nivel de satisfacción con el entorno laboral

# Valoración percibida en el entorno de los médicos

A lo largo del período COVID, los médicos han contado con el apoyo de sus colegas (83%) y de los pacientes (82%).

En cambio, conforme se sube en el escalafón, el apoyo percibido ha sido menor.

El reconocimiento social es un caso paradigmático.

Gráfico 60. Médicos que se sienten o se han sentido bastante o muy bien tratados por...

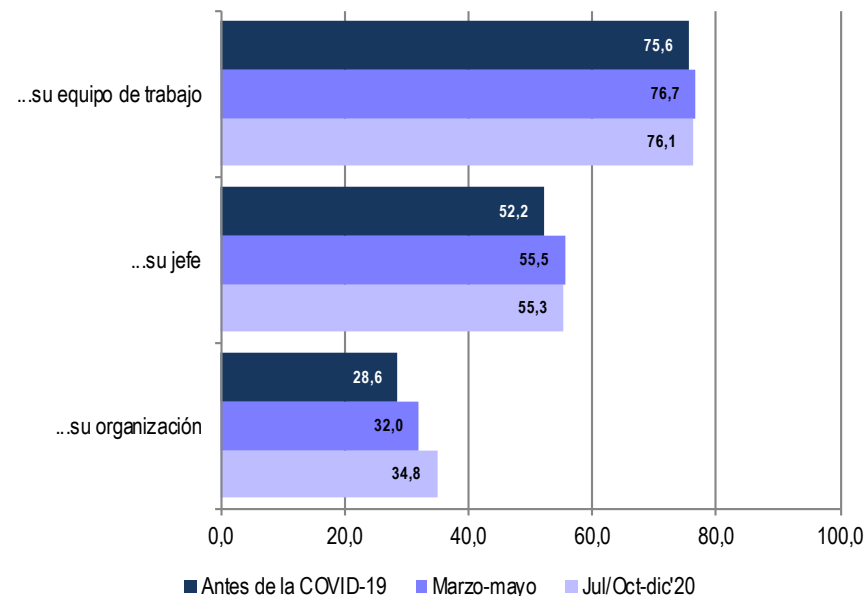
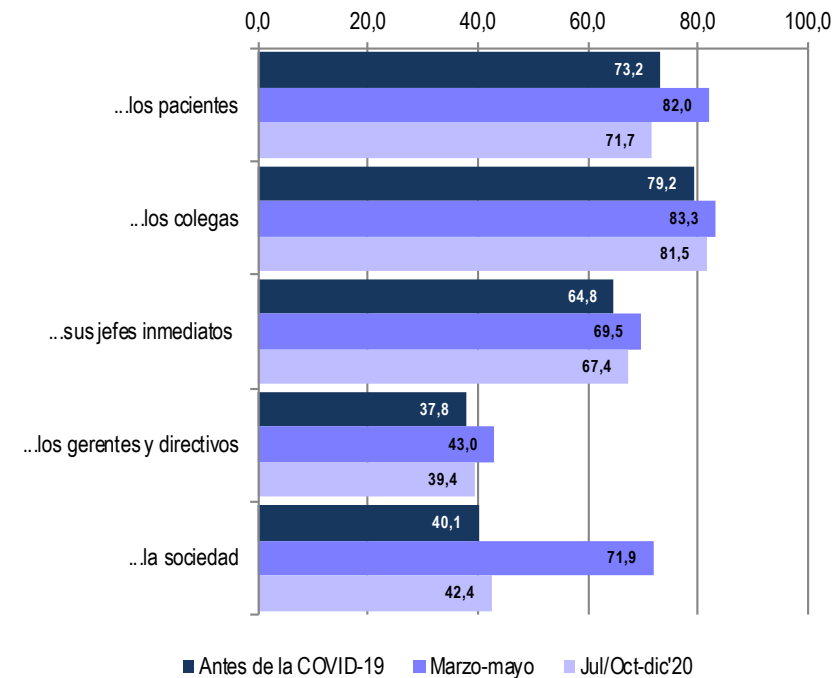


Gráfico 61. Valoración bastante o muy buena de los médicos por parte de...

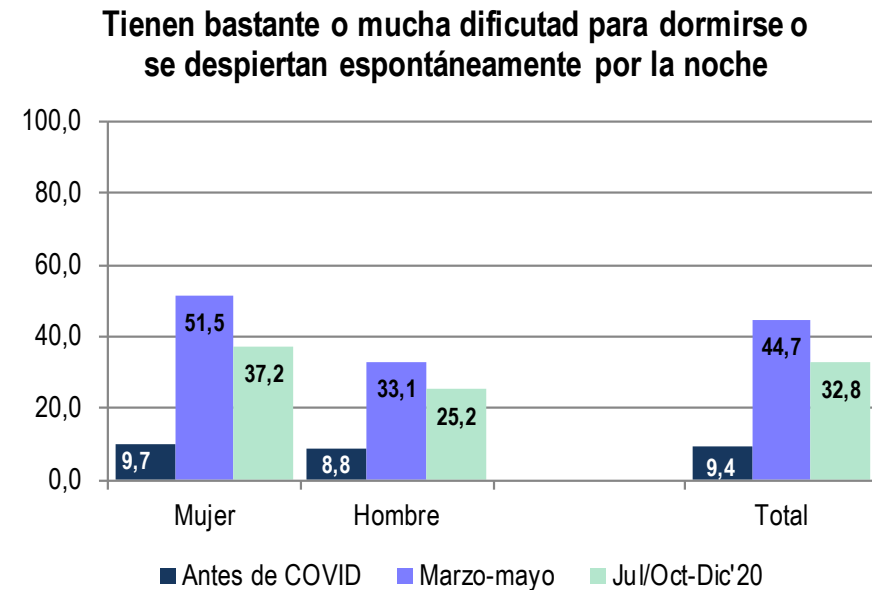
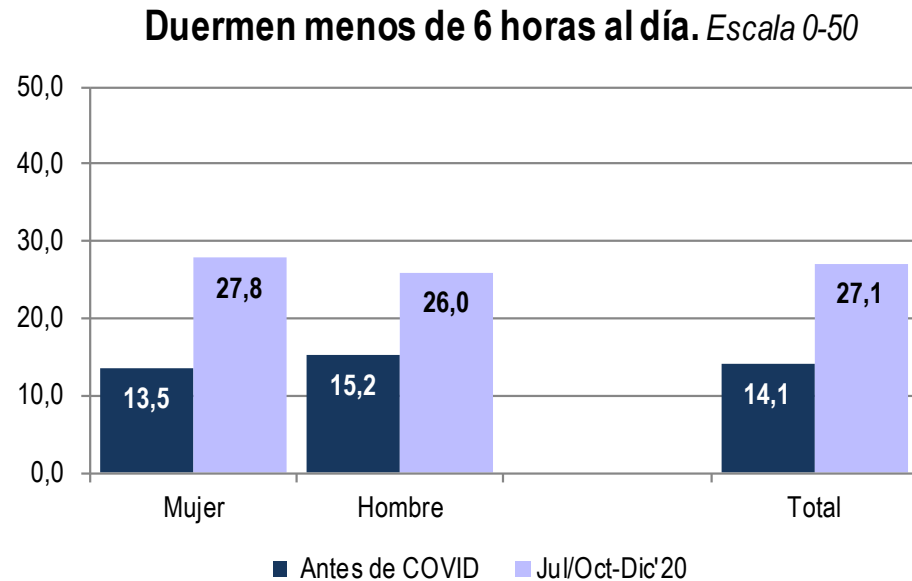


# Salud mental y servicios de atención

# Horas de sueño e insomnio

Aumentan los médicos que duermen menos de 6 horas diarias (de un 14% al 27%)

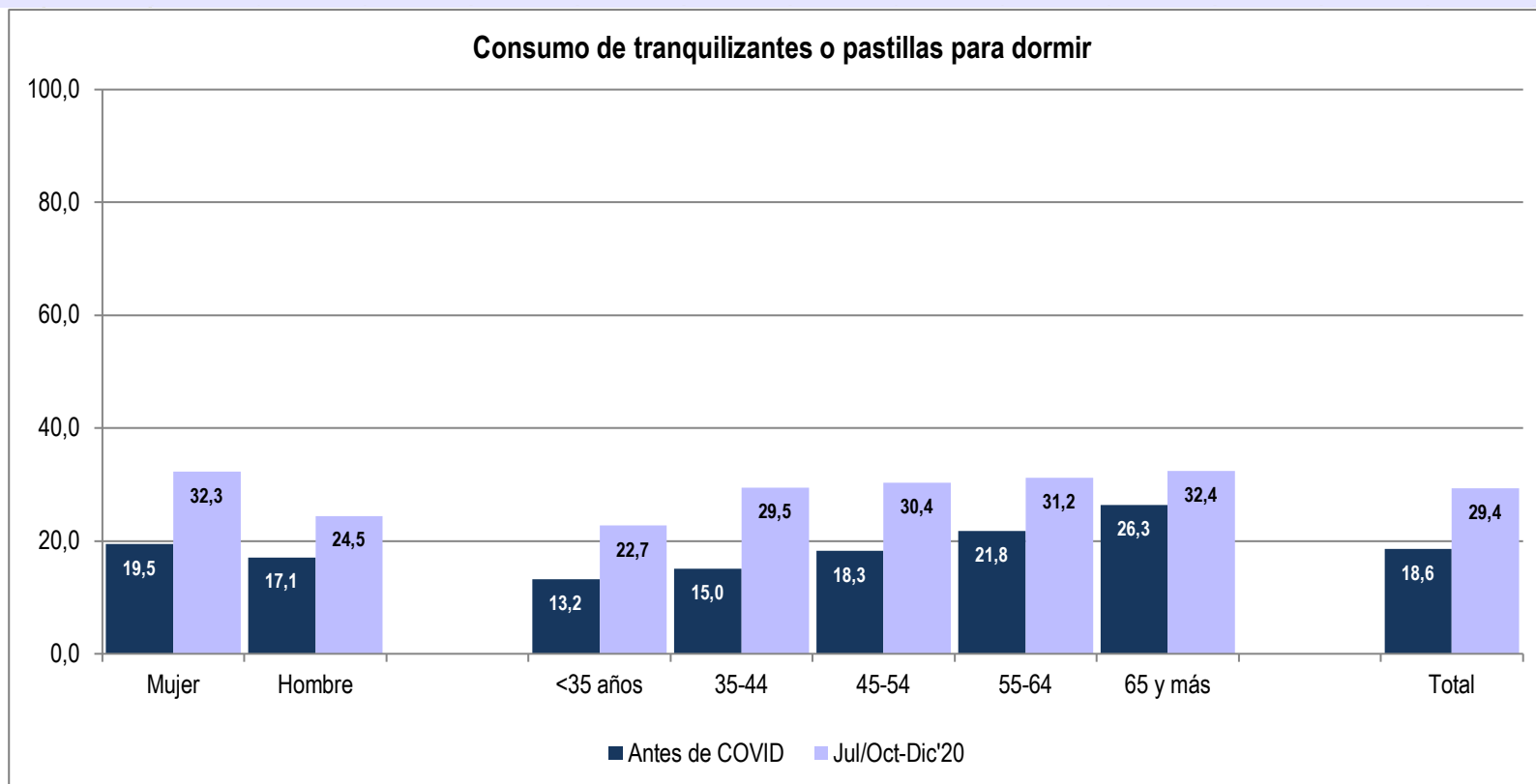
Aumentan los que manifiestan tener problemas para conciliar el sueño o que se despiertan espontáneamente durante la noche (del 9,4% al 45% para acabar en un 33%).



# Consumo de tranquilizantes e hipnóticos

El consumo de tranquilizantes o de hipnóticos aumenta también entre el momento anterior a la aparición de la COVID (18,6% los consumía) y el momento de contestar la encuesta (29,4%).

Las mujeres son las que en mayor medida toman medicamentos de este tipo. Su consumo aumenta de manera progresiva con la edad.



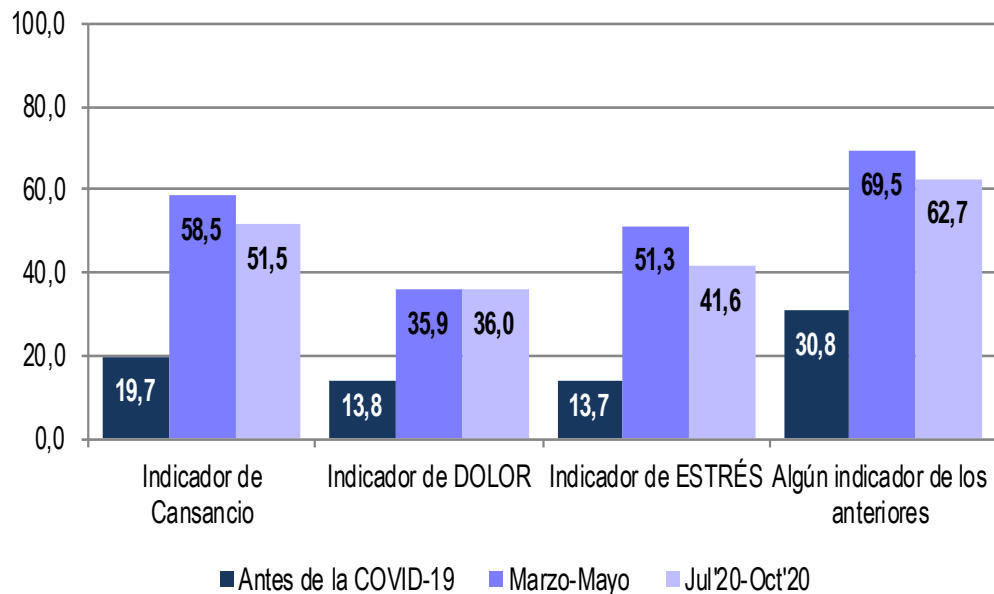
# Indicadores de fatiga, dolor y estrés

## Síndrome de Burnout

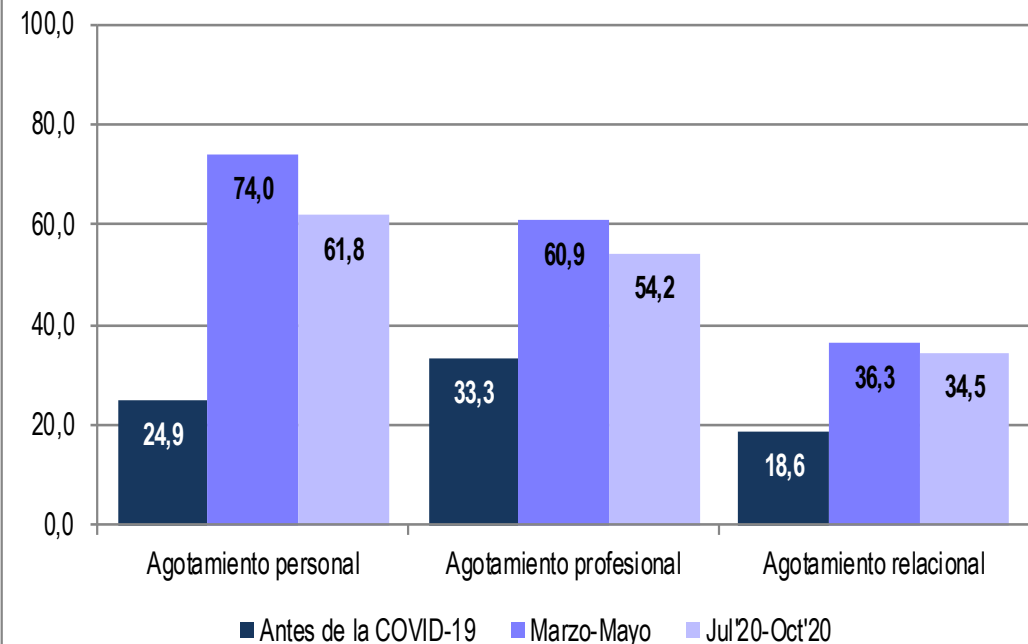
Seis de cada diez médicos presentan algún indicador de fatiga, dolor y/o estrés incluso después de finalizado el momento álgido de la crisis, el doble de los que había antes.

El 60% sufre el síndrome de burnout, una forma de estrés que se cronifica y que cursa en forma de hartazgo y de agotamiento personal, profesional o en la relación con los pacientes. Antes de la crisis, este síndrome afectaba a la mitad (tres de cada diez).

Médicos que presentan algún indicador de fatiga, dolor y/o estrés



Nivel elevado de Burnout

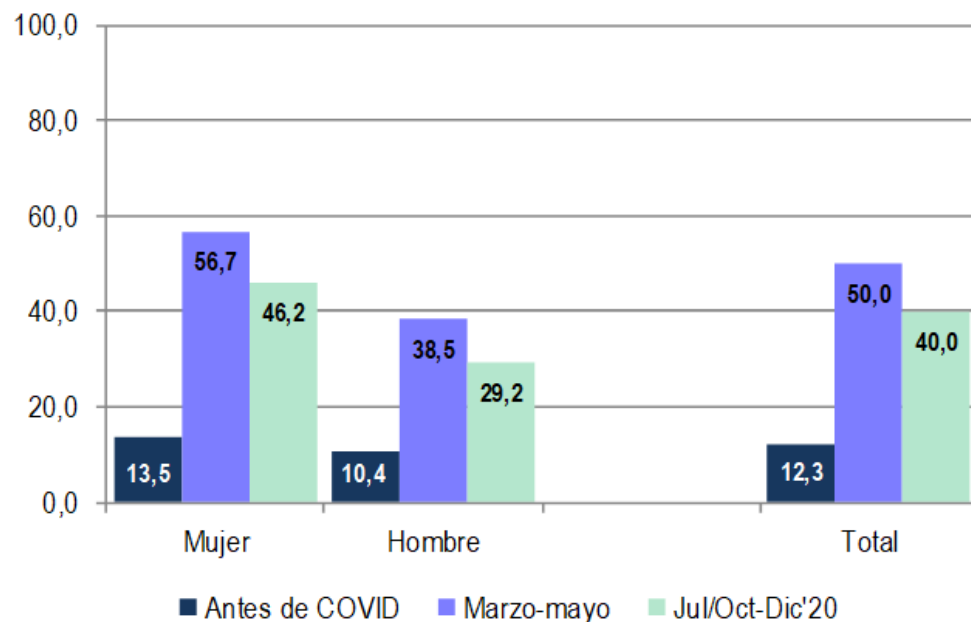




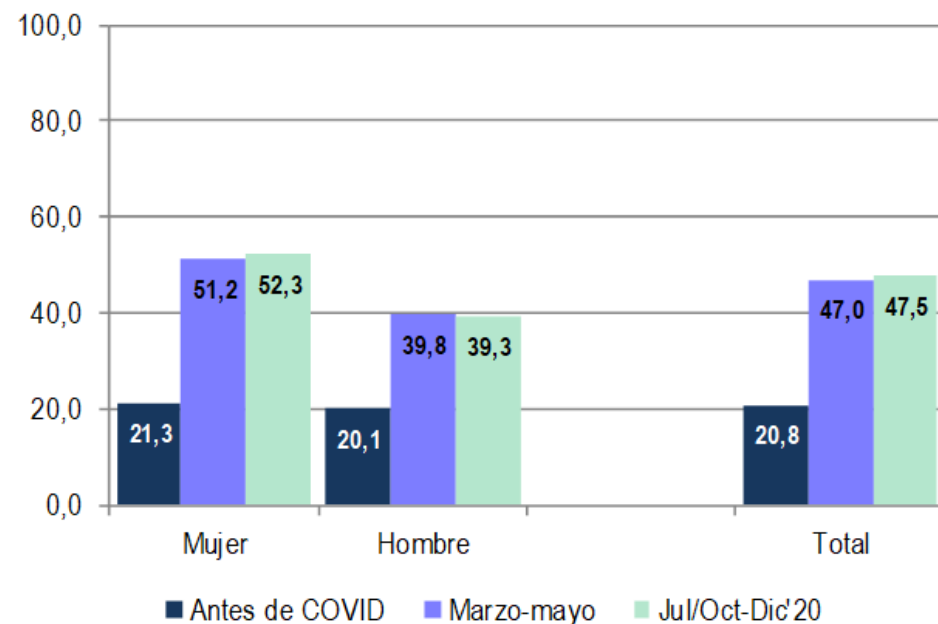
# Sensación de estar al límite

Se triplica el porcentaje de médicos que se sienten sobrepasados, tienen la sensación de “no poder más” o se sienten quemados por el trabajo

### Tienen la sensación de "no poder más"

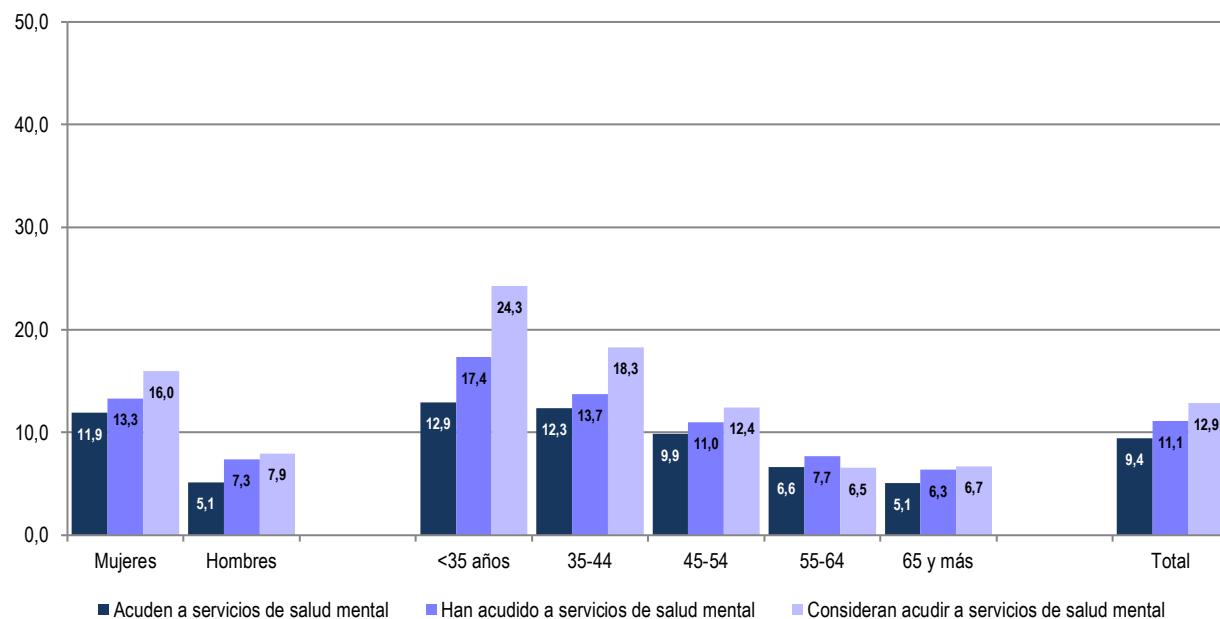


### Se sienten quemados a causa del trabajo



# Servicios de atención a la salud mental

Gráfico 53. Acuden, han acudido o acudirían a servicios de salud mental según sexo y edad (escala 1:50)

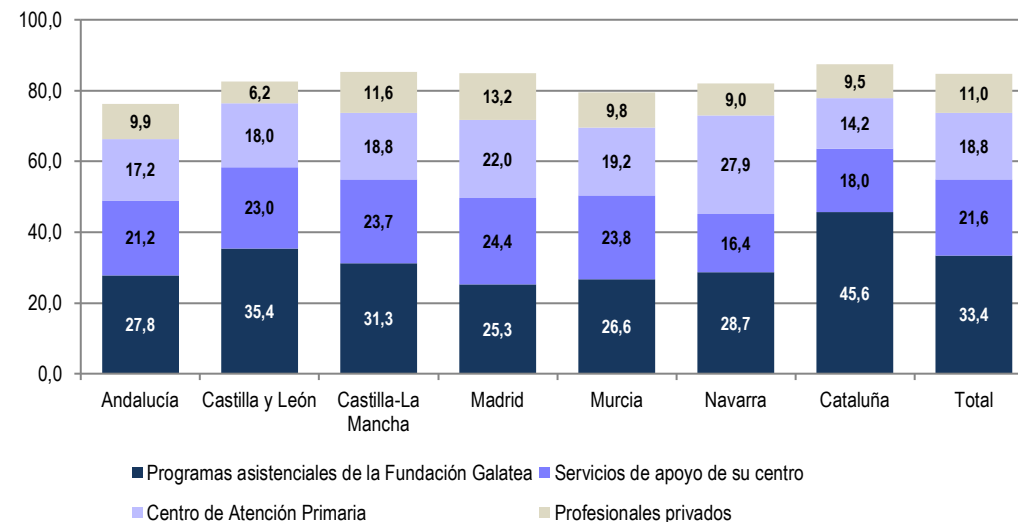


Una cuarta parte de los médicos son usuarios reales o potenciales de un servicio de apoyo a problemas de salud mental (un 16% acuden o han acudido y un 13% acudirían).

En la comunidad de Madrid el porcentaje de médicos usuarios o futuros usuarios de estos servicios aumenta a un 30%.

Las mujeres y los profesionales más jóvenes son los que en mayor medida visitan, han visitado o visitarían este tipo de centros de apoyo.

Gráfico 54. Servicio más adecuado para pedir ayuda por problemas de salud mental por CCAA



# Servicios de atención a la salud mental

**COVID-19:**  
Si eres un profesional de la salud o del ámbito social y experimentas sufrimiento emocional, pide ayuda

Llama al  
**900 670 777**  
Telesoporte Psicológico

Reincorporación laboral

Irritabilidad

Reaparición de sintomatología

Dificultades de concentración

Miedo al contagio propio o de familiares

Dificultades en el ámbito laboral

Situación de duelo



Conflictos con la pareja, familia, amigos



Covid persistente

Aislamiento, confinamiento, cuarentena



Dificultades para descansar o desconectar

Dificultades en el ámbito personal/familiar



Dificultades de conciliación