

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA  
ODONTOLOGÍA: CASO CULIACÁN, SINALOA  
OCCUPATIONAL STRESS IN DENTAL PROFESSIONALS:  
CASE CULIACÁN, SINALOA

JUAN LUIS SOTO-PEÑA  
XICOTÉNCATL CASTRO-ROJO  
CARLOS ARMANDO SOTO-PEÑA  
GABRIEL GASTÉLUM-CUADRAS

RESUMEN

Los odontólogos, durante su práctica profesional, experimentan momentos estresantes. El dolor y la ansiedad del paciente, la sobrecarga de trabajo, el incumplimiento del paciente y la posibilidad de contagio de enfermedades pueden ser los agentes que propician su disposición al estrés. La finalidad de este estudio fue evaluar los niveles de estrés de los odontólogos de la ciudad de Culiacán, Sinaloa, México, y establecer correlaciones con variables sociodemográficas. Se evaluó a 167 odontólogos (57 % mujeres y 43 % hombres); el instrumento de medición utilizado fue el Test de Estrés Laboral, versión española adaptada del trabajo de Hock (1988), realizada por García Izquierdo et al. (1993). Se encontró que el 24 % no presentó estrés, el 30 % mostró estrés bajo, el 40 % estrés medio y el 6 % estrés alto. De acuerdo con el análisis realizado, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre grupos en relación con el nivel de estrés laboral.

**Palabras clave:** estrés laboral, profesión, odontólogos, trastornos físicos, trastornos psicológicos, calidad de vida.

## ABSTRACT

Dentists, during their professional practice, experience stressful moments. The pain and anxiety of the patient, the overload of work, patient non-compliance, and the possibility of contagion of diseases can be agents that predispose them to stress. The purpose of this study was to evaluate the stress levels of dentists in the city of Culiacán, Sinaloa, Mexico, and to establish correlations with sociodemographic variables. A total of 167 dentists were evaluated (57 % women and 43 % men), using the Work Stress Test, from the Spanish adaptation of Hock's work (1988), made by García Izquierdo et al. (1993). Results showed that 24 % were stress-free, 30 % had low stress, 40 % medium stress, and 6 % high stress. According to the analysis, no statistically significant differences were found between groups regarding the level of occupational stress.

**Keywords:** job stress, profession, dentists, physical disorders, psychological disorders, quality of life.

## INTRODUCCIÓN

El estrés es definido por López y Campos (2002) como un constructo hipotético que predispone a las personas a tener reacciones psicológicas y fisiológicas al mismo tiempo, producidas por la interacción de factores ambientales, individuales y sociales, los cuales pueden generar adaptación o desequilibrio del sujeto frente a su entorno.

En el modelo transaccional de estrés, se considera que el estrés se genera como resultado de la interacción entre el sujeto y su medio ambiente, especialmente en función de cómo se valoran las situaciones estresantes y de las habilidades psicológicas con las que se cuenta para afrontar dichas demandas (Molina, Pellicer y Mirete, 2018).

El estrés laboral es un fenómeno que puede producir reacciones psicológicas adversas, ocasionadas por alteraciones en las condiciones laborales, tales como la relación entre jornada y remuneración, el acoso de compañeros o superiores, la falta de adaptación al entorno laboral, la carencia de comunicación con colegas, el bajo rendimiento, las jornadas extenuantes, la

alteración de horarios, la limitación en aspiraciones profesionales o los problemas familiares. No obstante, este fenómeno no se clasifica como una enfermedad mental (World Health Organization, 2010).

Si no se atiende adecuadamente, el estrés laboral puede derivar en padecimientos físicos y psicológicos crónicos que afectan la calidad de vida. Sin embargo, de acuerdo con López et al. (2014), este fenómeno ha sido escasamente estudiado, pese a sus consecuencias negativas.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera al estrés laboral como uno de los factores que más afectarán la calidad de vida de los trabajadores en el mundo, y que impactará negativamente en la productividad de las empresas, generando pérdidas económicas significativas (Griffiths, Leka y Cox, 2004).

Por tanto, el estudio de este problema de salud es de interés mundial, por sus efectos negativos tanto en las personas como en las organizaciones (Osorio y Cárdenas, 2017). Se recomienda dar prioridad al análisis profesional sobre cómo se define el trabajo y cómo se administran las instituciones laborales. Estos dos aspectos, si no están bien diseñados, pueden convertirse en “peligros relacionados con el estrés” (Griffiths, Leka y Cox, 2004).

Las respuestas ante el estrés pueden ser psicológicas o fisiológicas. El estresor, es decir, la causa del estrés, puede ser un evento, objeto o persona (Barrio, García, Ruiz y Arce, 2006). Según Leal (2006), existen tres tipos de estrés:

Estrés agudo: el más común, producido por eventos recientes o anticipados del futuro próximo.

Estrés agudo episódico: afecta a personas que padecen con frecuencia estrés agudo, suelen ser individuos con múltiples compromisos y alta autoexigencia.

Estrés crónico: se presenta en situaciones prolongadas como vivir en un entorno disfuncional, con pobreza extrema o en un trabajo riesgoso y poco satisfactorio. Quien lo padece percibe que no existe salida a su situación.

Una de las respuestas más conocidas al estrés laboral crónico es el síndrome de *burnout*, un daño psicosocial de gran impacto en la economía mundial. Entre las áreas más afectadas se encuentra la salud, en particular los odontólogos (Bazalar y Balerazo, 2016).

Estos profesionales requieren mantener una distancia terapéutica adecuada con sus pacientes, sin perder la empatía ni el compromiso, conservando la imagen pública de su profesión y la vocación de servicio (García-Morán y Gil-Lacruz, 2016).

De acuerdo con Albanesi, Tifner y Nasetta (2006), los principales estresores que enfrentan los odontólogos son: turnos extensos para mejorar su economía, espacios reducidos, posturas incómodas, dolor del paciente, pacientes incumplidos o impacientes, y el riesgo de contagio de enfermedades como la COVID-19.

Según Pozos-Radillo et al. (2016), la odontología es una de las profesiones de salud con mayores niveles de estrés. Esto puede comprometer tanto la salud mental como física de quienes la ejercen, deteriorando su calidad de vida. Estos autores, en un estudio con odontólogos de Guadalajara, México, concluyen que identificar tempranamente los niveles de estrés permitiría diseñar programas de prevención e intervención psicológica efectivos.

En esta misma línea, Calabrese (2006) advierte que si el estrés no se controla, puede afectar la salud física (obesidad, hipertensión, arritmias, gastritis, úlceras, alteraciones reproductivas) y psicológica (depresión, ansiedad, suicidio, adicciones, conductas agresivas), afectando también el rendimiento profesional.

El estrés se manifiesta desde la formación universitaria. Córdova y Santa María (2018) encontraron que los estudiantes de odontología presentan altos niveles de estrés, sobre todo en etapas avanzadas, debido a la carga de trabajo y las prácticas quirúrgicas.

Fuentes et al. (2015) recomiendan implementar programas preventivos e intervenciones que ayuden a desarrollar habilidades para afrontar el estrés, mejorando así la calidad de vida de los profesionales de la salud.

Pozos-Radillo et al. (2016) identificaron los síntomas más comunes: insomnio, fatiga, depresión, cefalea y ansiedad, siendo más intensos en mujeres.

Kertész y Kerman (1985) sugieren seis tipos de conducta para el control del estrés: alimentación saludable, ejercicio regular, relajación, descanso, asertividad y actividades recreativas.

Ultrilla y Mediavilla (2012) subrayan que los odontólogos deben acceder con regularidad a programas preventivos. De lo contrario, los síntomas podrían derivar en trastornos mentales graves (Jaworek et al., 2010).

Mediavilla y Ultrilla (2012; 2013) proponen un programa de intervención que contempla: reconocer el estrés, identificar los factores que lo detonan, incorporar actividades físicas y recreativas, desarrollar estrategias personales, mejorar la alimentación y practicar relajación muscular progresiva.

## METODOLOGÍA

### Diseño

La presente investigación se desarrolló bajo un diseño descriptivo-transversal, que permite comparar las características de los sujetos seleccionados con respecto a una variable determinada, en este caso, el estrés. El estudio fue aprobado por el Comité de Posgrado de la Facultad de Educación Física y Deporte de la Universidad Autónoma de Sinaloa.

### Población y muestra

El estudio estuvo conformado por 136 sujetos voluntarios (75 mujeres y 61 hombres), todos ellos profesionales de la odontología que ejercen en clínicas particulares de la ciudad de Culiacán, Sinaloa.

### Instrumentos

a) Cuestionario sociodemográfico autoadministrado.

Compuesto por 11 ítems relativos a aspectos personales, rutina de trabajo y relaciones interpersonales (Anexo 1).

b) Adaptación del Cuestionario de Problemas Psicosomáticos (CPP). Permite conocer en qué grado el entrevistado padece síntomas asociados al estrés, permitiendo estimar el nivel inferido. Es una adaptación española del trabajo de Hock (1988), realizada por García et al. (1993). Consta de 12 ítems que describen síntomas habituales asociados al estrés, donde el entrevistado debe indicar la frecuencia con que los ha experimentado en los últimos tres meses, con opciones de respuesta del 1 ("nunca") al 6 ("con mucha frecuencia"). Una puntuación entre 4 y 6 en dos o más ítems es indicativa de una situación de estrés grave. Este cuestionario es utilizado por el Departamento de Medicina del Trabajo del Instituto del Seguro Social para monitorear el estrés laboral (Anexo 2).

## Procedimiento

Los instrumentos fueron contestados individualmente por los odontólogos en sus lugares de trabajo, previa explicación del objetivo del estudio y con consentimiento espontáneo. Posteriormente, las respuestas fueron recolectadas y sistematizadas en una base de datos para su análisis estadístico.

## Análisis estadístico

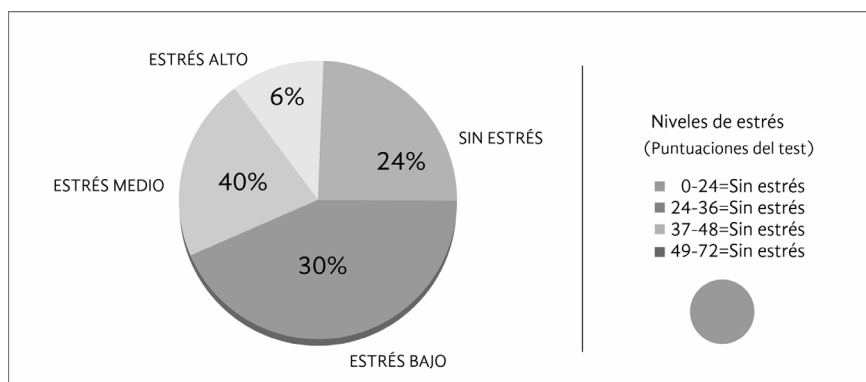
Las variables se analizaron mediante distribuciones porcentuales (para las nominales) y media aritmética con desviación estándar (para las escalares). Las correlaciones entre factores sociodemográficos y niveles de estrés laboral se calcularon mediante la *r* de Pearson, con un valor de  $p \leq 0.05$  como significativo. Las diferencias entre variables y nivel de estrés laboral se identificaron mediante la prueba *t* de Student, también con  $p \leq 0.05$ . El análisis se realizó con el programa IBM-SPSS (versión 21.0, US).

## Resultados

Los instrumentos fueron contestados por 167 odontólogos: 75 (57 %) mujeres y 61 (43 %) hombres. Ambos géneros reportaron estrés bajo.

Respecto a los niveles de estrés, 67 (40 %) reportaron estrés medio; 50 (30 %), estrés bajo; 40 (24 %), sin estrés, y solo 10 (6 %), estrés alto (Figura 1).

**Figura 1.**  
*Promedios generales del nivel de estrés de los 167 odontólogos evaluados*

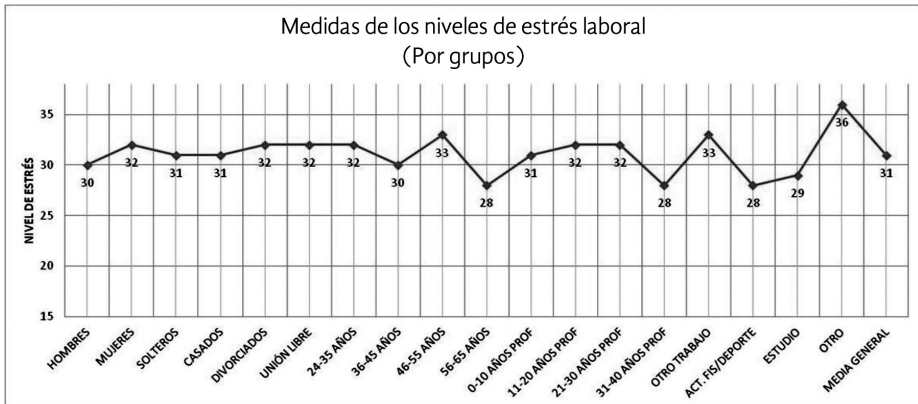


En cuanto al estado civil: 62 (46 %) eran solteros, 61 (45 %) casados, 9 (6 %) divorciados y 4 (3 %) en unión libre. En relación con la edad: 74 (57 %) tenían entre 24-35 años, 38 (27 %) entre 36-45 años, 15 (11 %) entre 46-55 años y solo 4 (5 %) entre 56-65 años.

Sobre los años de ejercicio profesional: 78 (59 %) tenían entre 0-10 años, 31 (25 %) entre 11-20 años, 23 (14 %) entre 21-30 años y 4 (2 %) entre 31-40 años. Respecto al uso del tiempo libre: 60 (36 %) realizaban otro trabajo, 59 (36 %) practicaban actividad física o deporte, 20 (12 %) cursaban estudios de especialidad y 28 (17 %) realizaban otras actividades.

Los promedios de estrés asociados a estas variables sociodemográficas se presentan en el Figura 2.

**Figura 2.**  
*Promedios de estrés en relación con situaciones interpersonales*



En cuanto a la especialidad: solo 58 (35 %) de los encuestados tenían alguna; de estos, 50 eran ortodoncistas, 3 endodoncistas, 2 odontopediatras, 1 en implantología, 1 en prótesis dental y 1 en hipnosis.

Según el análisis estadístico, no se encontraron diferencias significativas entre género, estado civil, edad, años de experiencia ni uso del tiempo libre en relación con el nivel de estrés.

Con relación a los factores estresantes en la rutina laboral, se identificaron las siguientes puntuaciones para quienes eligieron “mucho estrés”:

| Factores estresantes                      | Porcentaje |
|-------------------------------------------|------------|
| Dolor del paciente *                      | 37 %       |
| Sobrecarga de trabajo *                   | 39 %       |
| Incumplimiento del paciente               | 28 %       |
| Ansiedad del paciente                     | 25 %       |
| Posibilidad de contagio de enfermedades * | 41 %       |

\*Factores con las puntuaciones más altas.

## DISCUSIÓN

La mayoría de los profesionales de la salud, al interactuar con pacientes en jornadas extenuantes, experimentan deterioro físico y psicológico. La odontología no es la excepción: es una profesión con numerosos factores estresantes (Ultrilla y Mediavilla, 2012), por lo que se recomienda el uso de programas de intervención psicológica (Mediavilla y Ultrilla, 2013).

Entre los factores más estresantes se encuentran: el dolor del paciente, la sobrecarga de trabajo, los pacientes ansiosos o impuntuales y el riesgo de contagio. Estos generan cansancio, irritabilidad, impaciencia, falta de concentración y desánimo, afectando el desempeño profesional (Presta et al., 2006).

Los síntomas psicológicos como depresión y ansiedad pueden evolucionar hacia patologías mentales que impacten el rendimiento laboral, haciendo necesaria la intervención psicológica (Jaworek et al., 2010).

Mediavilla y Ultrilla (2013) proponen estrategias para aumentar los recursos psicológicos de los odontólogos, entre ellas: aceptar serenamente el estrés, identificar los factores desencadenantes, incluir actividad física y recreativa en la rutina, planificar respuestas ante situaciones estresantes, mejorar hábitos alimenticios y practicar relajación muscular progresiva.

La Secretaría del Trabajo y Previsión Social de México puso en vigor, en octubre de 2019, la NOM 035 sobre riesgos psicosociales en el trabajo, la cual obliga a los empleadores a identificar y prevenir factores que afecten la salud emocional de sus colaboradores. Las recomendaciones son:

- Evaluación diagnóstica de los niveles de estrés laboral del trabajador.
- Prevención de los factores de riesgo.
- Promoción de un entorno organizacional favorable (intervención).

## CONCLUSIONES

De acuerdo con los resultados obtenidos, se concluye que:

- El 57 % de los participantes son mujeres, con edades entre 24-35 años.
- El 59 % tiene entre 0-10 años de servicio profesional.
- Solo el 35 % cuenta con alguna especialidad (principalmente ortodoncia).
- El 40 % presenta niveles de estrés medio.
- Los factores de mayor estrés en la rutina laboral son: posibilidad de contagio (41%), sobrecarga de trabajo (39%) y dolor del paciente (37%).
- El profesional de la odontología debe recibir orientación psicopedagógica periódica, para contar con recursos personales que le permitan modificar su estilo de vida cuando el estrés afecte su calidad de vida.

## REFERENCIAS

- Albanesi de Nasetta, S., Tifner, S., & Nasetta, J. (2006). Estrés en odontología. *Acta Odontológica Venezolana*, 44(3), 310–315. [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0001636520060003000003&lng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001636520060003000003&lng=es).
- Barrio, J., García, M., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37–48. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>
- Bazalar, M., & Balerazo, G. (2016). El síndrome de burnout en los profesionales de odontología. *Paideia XXI*, 5(6), 114–125. <https://pdfs.semanticscholar.org/1891/7e64dd50d853bafb6409c8277a78f8a9b6do.pdf>
- Calabrese, G. (2006). Impacto del estrés laboral en el anestesiólogo. *Revista Colombiana de Anestesiología*, 34(4), 233–240. <http://www.scielo.org.co/pdf/rca/v34n4/v34n4a03.pdf>

- Córdova, D., & Santa María, F. (2018). Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista Estomatológica Herediana*, 28(4), 252–258. <https://doi.org/10.20453/reh.28i4.3429>
- Fuentes, P., Barrera, M., González-Forteza, C., Ruiz, E., Rodríguez, E., & Navarro, C. (2015). Evaluación de la efectividad de una intervención interactiva para el manejo del estrés en profesionales de la salud. *Salud Mental*, 38(5), 347–351. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.047>
- García, M., Castellón, M., Albadalejo, B., & García, A. (1993). Relaciones entre burnout, ambigüedad de rol y satisfacción laboral en personal de banca. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 9(24), 17–26. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=109478>
- García-Morán, M. de C., & Gil-Lacruz, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Persona*, (19), 11–30. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147149810001.pdf>
- Griffiths, A., Leka, S., & Cox, T. (2004). La organización del trabajo y el estrés: estrategias sistemáticas de solución de problemas para empleadores, personal directivo y representantes sindicales. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42756/9243590472.pdf>
- Hock, R. (1988). Professional burnout among public school teachers. *Public Personnel Management*, 17(2), 167–189.
- Jaworek, M., Marek, T., Karwowski, W., Andrzejczak, C., & Genaidy, A. (2010). Burnout syndrome as a mediator for the effect of work-related factors on musculoskeletal complaints among hospital nurses. *International Journal of Industrial Ergonomics*, 40(3), 368–375.
- Kertész, R., & Kerman, B. (1985). *El manejo del stress*. Ippem.
- Leal, I. (2006). El estrés: Cómo nos afecta. *Revista Científica General José María Córdova*, 4(4), 56–58. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4762/476259067015>
- López, L., & Campos, J. (2002). Evaluación de factores presentes en el estrés laboral. *Revista de Psicología*, 11(1), 149–165. <https://www.redalyc.org/pdf/264/26411111.pdf>

- López, Y., Díaz, Y., Cintra, Y., & Limonta, R. (2014). Estrés, el “gran depredador”. *Revista Información Científica*, 84(2), 375–384. <https://www.redalyc.org/pdf/5517/551757261019.pdf>
- Mediavilla, H., & Ultrilla, M. (2013). 15 técnicas para controlar el estrés en odontología. *Dental Tribune Spain*. <https://es.dental-tribune.com/news/15-tecnicas-para-controlar-el-estres-en-odontologia/>
- Molina-Rodríguez, S., Pellicer-Porcar, O., & Mirete-Fructuoso, M. (2018). El estrés percibido y las quejas de memoria subjetiva en adultos jóvenes: El papel mediador de las funciones ejecutivas. *Revista PubMed*, 67(3), 84–90. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6682348>
- Osorio, J., & Cárdenas, L. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 13(1), 81–90. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=679/67952833006>
- Pozos-Radillo, B., Preciado-Serrano, M., Acosta-Fernández, M., Aguilera-V., M. de A., & Plascencia-Campos, A. (2016). Síntomas psicofisiológicos predictores del estrés en odontólogos. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 54(2), 151–158. <https://www.redalyc.org/pdf/4577/457745149004.pdf>
- Presta, A., Saliba, C., Ispier, A., Saliba, O., & Dossi, A. (2006). El estrés en la práctica odontológica. *Revista de la Asociación Dental Mexicana*, 63(5), 185–188.
- Ultrilla, M., & Mediavilla, H. (2012). *Bienestar profesional en la clínica dental*. Editorial Ripano.
- World Health Organization. (2010). *Entornos laborales saludables: fundamentos y modelo de la OMS: contextualización, prácticas y literatura de apoyo*. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44466>

## SÍNTESIS CURRICULAR DE LOS AUTORES

Juan Luis Soto Peña es Doctor en Educación Física y Deporte, Licenciado en Psicología y Maestro en Ciencias del Deporte con opción en Psicología del Deporte. Profesor e Investigador de Tiempo Completo en la Universidad Autónoma de Sinaloa. Autor principal del estudio, responsable del diseño del protocolo, la aplicación de instrumentos y la redacción del informe final. Ha participado en foros nacionales e internacionales; autor de artículos científicos y capítulos de libro; asesor de la revista *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. Líneas de investigación: influencia del estrés en la competencia deportiva, en profesionales de la salud y en estudiantes universitarios.

Gabriel Gastélum Cuadras es Doctor en Educación Física y Deporte por la Universidad de Granada, España. Licenciado en Educación Física, Maestro en Ciencias del Deporte con opción en Psicología del Deporte y Maestro en Psicomotricidad. Docente investigador del Núcleo Académico Básico del Doctorado en Ciencias de la Cultura Física de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Autor de más de 20 artículos científicos. Integrante del Sistema Nacional de Investigadores e Investigadoras Nivel 3. Responsable de la redacción final del informe técnico. Líneas de investigación: psicometría deportiva, dermatoglifía y eficacia académica universitaria.

Xicoténcatl Castro Rojo es el responsable del proceso de aplicación de los instrumentos a los participantes y del análisis de la base de datos.

Carlos Armando Soto Peña es el responsable del análisis estadístico de los resultados.