



Co-funded by
the European Union

Safer Social Professionals at Home

SAFER PATH



-Safer Social Professionals At Home-



INFORME PILOTAJE FINAL

Álvaro Walls Toledo

COCEMFE Sevilla

This project has been funded with support from the European Commission. This document reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Contenido

1. Introducción	3
2. Desarrollo de los Pilotajes	3
3. Resultados generales.....	5
4. Recomendaciones finales	7



1. Introducción

El presente informe final es el resultado del análisis comparativo y crítico de los datos obtenidos por los distintos socios participantes durante sus respectivas fases de pilotaje. A partir de las conclusiones recogidas en este documento, será posible perfeccionar el *Kit de herramientas para el síndrome del trabajador quemado*, logrando así su validación entre pares como un producto intelectual destinado a la prevención y gestión del *burnout* en profesionales del ámbito sociosanitario, en especial aquellos que desempeñan su labor en contextos de mayor riesgo, como es el caso del personal de atención domiciliaria.

El informe se estructura en varias secciones. En primer lugar, se presenta una síntesis del desarrollo del proceso de pilotaje, incluyendo el número de profesionales implicados y sus áreas de especialización. A continuación, se exponen los resultados obtenidos y procesados estadísticamente en relación con los distintos ámbitos de análisis crítico en los que participaron los profesionales, como son la evaluación del manual en sus aspectos formales y de contenidos.

Para concluir, se incorpora un apartado de recomendaciones, cuyo objetivo es contribuir a la mejora del producto final (*Kit de herramientas para el síndrome del trabajador quemado*), tomando como base las conclusiones derivadas del proceso de pilotaje.

2. Desarrollo de los Pilotajes

[Explicación del proceso de investigación: Max. 2000 caracteres]

- Describa de forma concisa cómo se ha desarrollado el taller, incluyendo la planificación de los contenidos y la metodología utilizada, el lugar de realización del evento, así como el número de personas participantes y su perfil profesional.

Los talleres se han llevado a cabo de manera presencial con un equipo de profesionales multidisciplinares, entre los que se encontraban cuidadores, trabajadores sociosanitarios, personal de gestión de equipos y personal de enfermería. El número de participantes en cada taller fue de **siete personas**, tal como estaba establecido en el objetivo previsto, y la duración estimada en torno a 3 horas.

Los talleres contaron con el uso de medios TIC y materiales impresos, y fueron impartidos siguiendo principios orientados a fomentar la participación activa de los asistentes. Para ello, se desarrollaron diferentes dinámicas como role-play y trabajos en pequeños grupos mixtos, con el fin de incentivar el debate y la reflexión sobre distintos aspectos incluidos en el manual. En particular, los capítulos 1, 3 y 4 fueron los más trabajados en este sentido.



- Explique cómo ha planificado el proceso de análisis del material intelectual: qué tipo de profesionales han sido seleccionados para realizar la revisión, los motivos de dicha elección, si se ha optado por dividir el material por capítulos o no, y, en caso afirmativo, qué criterios se han seguido para priorizar determinados capítulos en el estudio.

Todos los socios han repartido sus materiales entre diferentes profesionales para que pudieran realizar una lectura crítica de los contenidos con mayor detenimiento. El perfil de los participantes correspondió, por un lado, a quienes asistieron al taller presencial y, por otro, a profesionales seleccionados que, por su experiencia o tipo de conocimientos, se consideraron especialmente idóneos para incorporarse al proceso de revisión de los materiales.

Entre los perfiles destacan trabajadores del sector sociosanitario (tanto en atención domiciliaria como en funciones de gestión de equipos), trabajadores sociales e integradores sociales, profesionales de la educación, personal de enfermería e incluso familiares cuidadores. En ambos casos se incentivó una lectura libre de los capítulos y temáticas que cada participante considerara más relevantes para su función y necesidades inmediatas.

El número total de participantes en la **lectura crítica de los materiales fue de 26**. Por lo tanto, el número final de participantes en todo el proceso de pilotaje ascendió a **33 profesionales**.



3. Resultados generales

[Exponga los resultados sobre las siguientes cuestiones principales: sin límite de caracteres]

- A continuación, se exponen y analizan los datos demográficos obtenidos de todo el proceso:
 - número de personas que han participado en la investigación = 33
 - edad

La media se sitúa aproximadamente en los **40 años**, aunque la muestra ha sido bastante diversa, dado que participaron personas en distintos rangos de edad. En todo caso, la mayoría de la población corresponde al rango **adulto**.
 - profesión

Las profesiones representadas han sido variadas, con predominio de quienes se dedican a **labores sociosanitarias (73%)**, incluyendo trabajadores de asistencia a domicilio, enfermeros y personal de gestión de equipos, entre otros.

 - Trabajadores sociosanitarios = 24 (73%)
 - Trabajadores sociales = 6 (18%)
 - Educación = 3 (9%)
 - nivel de formación

El nivel educativo de la muestra tiende a un perfil de **educación superior universitaria (82%)**.

 - Ed. Básica: 1 (3%)
 - Ed. Media: 5 (15%)
 - Ed. Superior: 27 (82%)
- **Capítulos del manual más revisados:**

Los capítulos que despertaron mayor interés y aceptación, por orden, fueron:

 - **Capítulo 4: Desarrollo profesional** (especialmente la sección relacionada con el manejo del estrés y las relaciones con los familiares)
 - **Capítulo 3: Estrategias de prevención y gestión del *Burnout***

Estos capítulos fueron valorados muy positivamente porque ofrecen soluciones y herramientas prácticas, considerado el principal factor positivo por los lectores y el que generó mayor interés.

Los siguientes dos capítulos más aprobados fueron los iniciales: **Capítulo 1: Entender el *Burnout*** y **Capítulo 0: Introducción**, en dicho orden. Los participantes señalaron que estos capítulos ayudan a reconocer los primeros signos de alerta en ellos mismos y en sus colegas respecto al desarrollo del síndrome.

Cabe destacar también el buen desempeño del **Capítulo 2: Herramientas de autoevaluación**.

El resto de los capítulos obtuvo porcentajes de lectura significativamente menores, sobre todo aquellos relacionados con referencias bibliográficas o recursos de ampliación. Esto sugiere que los lectores buscaban un manual



práctico con información básica y necesaria, sin profundizar necesariamente en los contenidos o en la procedencia de las fuentes.

- **Comentarios recibidos sobre el por qué no se han leído determinados contenidos:**

- Falta de tiempo para la lectura de los materiales, un comentario recurrente en distintos contextos de pilotaje
- Algunos contenidos no fueron revisados porque ya eran conocidos previamente por los participantes
- Secciones más teóricas, como la dedicada a referencias bibliográficas, recibieron críticas por ser percibidas como demasiado abstractas y poco atractivas. En general, los participantes mostraron preferencia por temáticas prácticas, directamente relacionadas con su desempeño laboral
- Algunas secciones fueron criticadas por su extensión, como el caso del Capítulo 4; no obstante, esto fue un comentario puntual
- En contraste, otras secciones, como el Capítulo 5 o el apartado de afrontamiento del duelo dentro del Capítulo 4, recibieron una valoración positiva por su relevancia práctica

- **Valoración del manual:**

- **Aspectos formales** (diseño, estructura, etc.)

Los comentarios a este respecto han sido **altamente positivos**, mostrando una aprobación generalizada por parte de los participantes en el pilotaje. Destaca especialmente la claridad en la estructura del manual, que facilita la navegación del usuario entre los contenidos de manera intuitiva.

En cuanto a las sugerencias de mejora, los participantes proponen una **mayor simplificación de ciertas gráficas y de algunos aspectos de la estructura**, con el fin de facilitar su uso a determinados perfiles de usuario.

Asimismo, otros comentarios de interés se refieren a la interactividad del producto. Al estar digitalizado en formato PDF, presenta ciertas limitaciones. Como solución, se sugiere la **creación de un curso formativo alojado en una página web** o incluso el desarrollo de algún tipo de **aplicación móvil**.

- **Aspectos de contenido** (utilidad, claridad y profundidad)

Los comentarios recogidos respecto a los contenidos del manual han sido igualmente **muy positivos**, especialmente en relación con los capítulos 2, 3 y 4. Entre los aspectos destacados se mencionan la **pertinencia de los materiales** para abordar problemáticas reales de los profesionales sociosanitarios, la abundancia y **calidad de las herramientas** propuestas (con mención específica a las técnicas de reducción del estrés) y, por supuesto, el **modelo STOP** como herramienta integradora para prevenir y gestionar el *Burnout*, enfoque que ha logrado suscitar un gran interés y aceptación.



En cuanto a las sugerencias de mejora, estas incluyen la **incorporación de más ejemplos y escenarios reales de aplicación** con un enfoque **eminente práctico**, la **automatización** de los resultados de las herramientas de autodiagnóstico del capítulo 2 e incluso el **rediseño de dicha herramienta para hacerla más breve**, la **adición de recursos específicos** (como números de contacto para diversas situaciones o guías para la búsqueda de información) y una **mayor profundización en ciertos aspectos temáticos**, en particular sobre el duelo y la cultura organizacional.

4. Recomendaciones finales

[Realiza una síntesis de los principales hallazgos tras el análisis en donde justifiques las siguientes cuestiones: sin límite de caracteres]

1. Valoración general del producto

El manual ha logrado alcanzar de manera global tras el pilotaje realizado una puntuación de calidad sobresaliente por razones de utilidad, claridad y calidad de sus contenidos. En este sentido, en todos los talleres se ha destacado las grandes posibilidades que ofrece por su versatilidad, puesto que además de ser un recurso práctico muy adecuado para facilitar la labor y desempeño de los profesionales del sector sociosanitario, ostenta la posibilidad de convertirse en un instrumento potencial para crear programas formativos y trabajar de manera grupal gracias a la incorporación de numerosas herramientas y técnicas que favorecen la discusión y reflexión grupal.

De entre todos los capítulos de los que se compone el manual, los que mayor interés han recibido son el 4, Desarrollo profesional y el 3, Estrategias de prevención y gestión del *Burnout*, en donde se ha elogiado el enfoque práctico y sencillo con los que se han construido ya que facilitan enormemente su aplicabilidad en los entornos profesionales a los que va dedicado. Hemos de destacar en específico el modelo STOP, el cual ha obtenido muy buena acogida entre los distintos profesionales. De hecho, se valora muy positivamente la gran variedad de recursos y herramientas que estos capítulos en particular ofrecen al lector, y animan, como sugerencia de mejora, el seguir ampliando estos recursos incorporando material audiovisual y nuevos escenarios de aplicación siguiendo el enfoque eminentemente práctico con el que fueron concebidos.

Asimismo, los capítulos introductorios 0 y 1 son mencionados como muy necesarios para contextualizar este síndrome y conseguir una visión más profunda sobre sus causas y consecuencias, ayudando no sólo a mantener un buen control de la salud mental individual sino también grupal al proveer de los recursos necesarios para poder distinguir sus síntomas.

En cambio, los capítulos con una carga más teórica como son aquellos en relación con las fuentes bibliográficas y otros recursos de ampliación, han sido valorados de manera menos positiva al no poseer un carácter eminentemente práctico, sino académico. Esta cuestión es bastante curiosa debido a que la mayor parte de profesionales que han participado en este estudio posee en su haber estudios superiores universitarios (82%). A pesar de ello, el interés demostrado ha estado más alineado con el enfoque práctico del manual que con el académico.

This project has been funded with support from the European Commission. This document reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Razones que puedan haber influido notablemente en esta decisión son la falta generalizada de tiempo de los profesionales participantes, los cuales se inclinan por una preferencia en disponer de un manual con unos contenidos bien delimitados que se ajusten realmente a sus necesidades inmediatas más que un interés innato en conocer y profundizar por sí mismos en las causas, estudios y herramientas psicológicas que dan cuerpo científico al material desarrollado.

También hemos de sopesar la idea de que el material desarrollado pueda necesitar una versión más simplificada conceptualmente y reducida en extensión para lectores con ciertos perfiles. De hecho, algunos comentarios recibidos al respecto señalan esta preocupación, tanto en el diseño de algunas infografías como en el lenguaje empleado.

2. Aspectos más positivos

- El manual ha sido percibido por prácticamente todos los participantes como un recurso que condensa toda la información relativa a su temática de manera clara, útil y con un diseño muy funcional
- De todas las herramientas incluidas en el manual, el **modelo STOP** ha sido el más valorado positivamente por los participantes en el pilotaje
- Del mismo modo, también han sido muy apreciados los recursos presentados en el capítulo 4, como las herramientas para la *resolución de conflictos* o el *afrontamiento de la muerte*
- Por último, indicar que el diseño del manual ha sido altamente valorado, recogándose numerosos comentarios que destacan el buen equilibrio existente entre los contenidos teóricos y prácticos, lo que ofrece una visión general del fenómeno del burnout y de la manera de gestionarlo, especialmente desde la perspectiva profesional de los trabajadores sociosanitarios

3. Aspectos de mejora y nuevas aportaciones

- Añadir enlaces a recursos específicos de apoyo psicológico o de atención para los trabajadores
- Automatizar el sistema de recuento de la puntuación en las herramientas de autodiagnóstico del capítulo 2
- Integrar más herramientas para la autoevaluación de menor extensión, que los propios lectores puedan utilizar periódicamente para analizar sus niveles de estrés, etc.
- Incluir más actividades prácticas dentro de las herramientas presentadas, incorporando situaciones extraídas de experiencias de otras personas que puedan ser fácilmente extrapolables
- Añadir videos con casos prácticos en los recursos y herramientas ofrecidos
- Hacer el manual más accesible para determinados perfiles, simplificando las secciones teóricas y empleando un lenguaje más claro. Esto se aplicaría igualmente al diseño de algunas infografías
- Ampliar los contenidos referidos a cómo manejar diferentes situaciones con las personas cuidadas desde la perspectiva comunicativa, como por ejemplo en el subpunto del capítulo 4 dedicado al duelo, así como ofrecer un mayor alcance en los contenidos del capítulo 5 sobre la cultura organizacional



- Alojar la información en una plataforma en línea o aplicativo para aumentar la interactividad actual, creando un curso específico para ello

4. Otros comentarios

- Los participantes en el pilotaje, especialmente quienes asistieron a los talleres presenciales, manifestaron verbalmente y por escrito la necesidad de realizar actividades de sensibilización sobre el cuidado de la salud mental (y en particular sobre el síndrome del *Burnout*) dirigidas a todos los implicados, prestando especial atención a quienes desempeñan funciones directivas o de gestión de equipos
- Asimismo, se destacó la conveniencia de ofrecer formaciones de mayor calidad en las sesiones de sensibilización o información, destinando más tiempo a estas actividades
- El taller celebrado permitió resaltar el valor del intercambio guiado entre pares y de la creación de espacios para compartir experiencias, inquietudes y posibles soluciones entre colegas
- Varios participantes señalaron que, en ocasiones, el lenguaje empleado resulta demasiado técnico y complejo. Esta percepción fue común entre las personas sin estudios superiores, lo cual constituye un aspecto relevante a considerar, dado que el manual está dirigido principalmente a asistentes domiciliarios

Referencias a añadir:

- **Informe Gollac**, que analiza los riesgos psicosociales en el entorno laboral, lo cual es esencial para que los directivos puedan evaluar las áreas de mejora.
Gollac, M. 2011. *Mesurer les facteurs psychosociaux de risque au travail pour les maîtriser*. https://travail-emploi.gouv.fr/sites/travail-emploi/files/files-spip/pdf/rapport_SRPST_definitif_rectifie_11_05_10.pdf