



Departamento de Estudios

Fundación Salud y Persona

15 de junio de 2020

Encuesta y resultados del estado de salud emocional en la población activa durante la crisis sanitaria del COVID-19

La presente encuesta contiene información numérica y gráfica sobre los resultados obtenidos de la aplicación de la prueba desarrollado por la Fundación Salud y Persona para evaluar el estado emocional de los empleados tras la crisis sanitaria del COVID-19.

Se ha hecho llegar la misma a más de 50 empresas que han invitado a participar a aquellos de sus trabajadores que voluntariamente han mostrado interés.

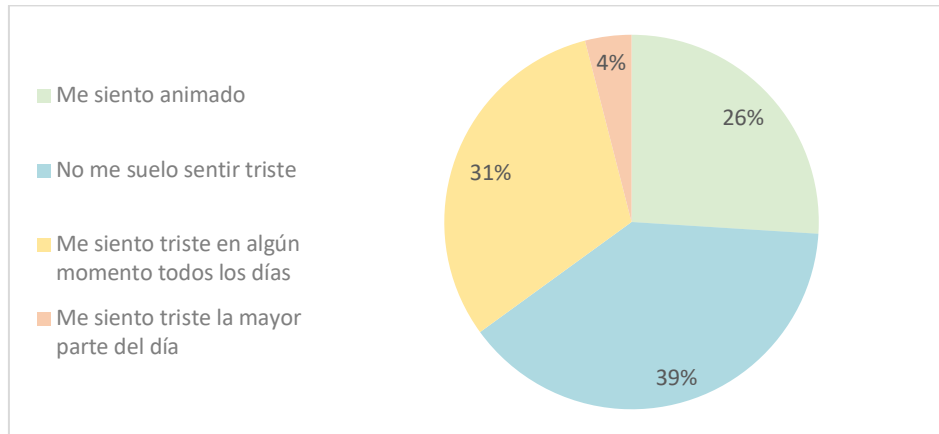
Finalmente han respondido a la misma 563 personas.

A continuación, se detalla información gráfica y porcentual de las siguientes variables:

- Estado de ánimo.
- Ansiedad.
- Malestar percibido.
- Emociones generadas por la vuelta al trabajo presencial.
- Miedo a perder el empleo.
- Apoyo percibido respecto a sus responsables directos.
- Salud (alimentación y descanso).

Dimensión estado de ánimo

Con cuatro opciones de respuesta los participantes reflejan cuánto se ha visto afectado su estado emocional. Aquellas personas que dicen sentirse tristes la mayor parte del tiempo podrían desarrollar sintomatología propia de la depresión.

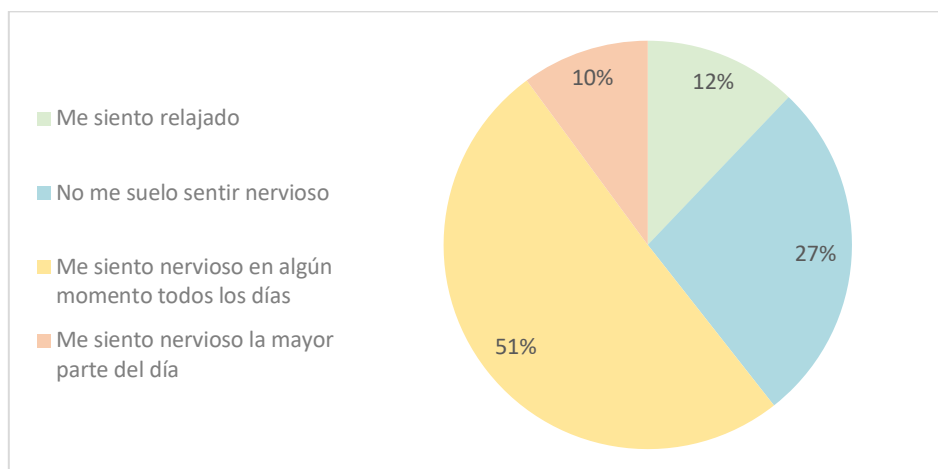


El 35% de las personas encuestadas han dado respuestas propias de un estado de ánimo cercano a la depresión.

Dimensión Ansiedad

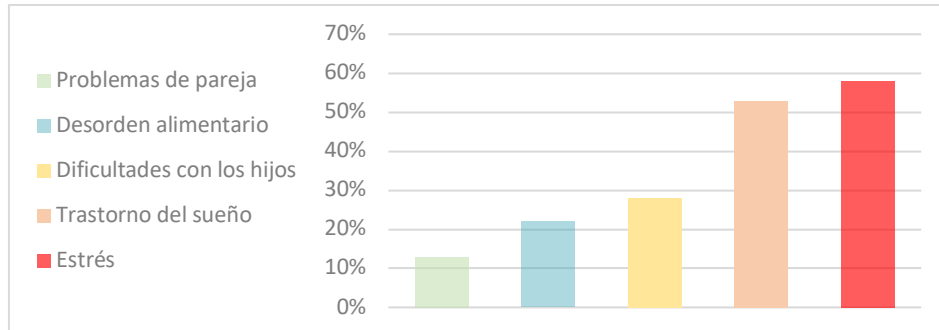
Permite reflejar el estado de estrés o ansiedad de los sujetos que han respondido el test, de nuevo quienes se sienten nerviosos la mayor parte del día podrían desarrollar alguno de los trastornos de ansiedad (como la ansiedad generalizada, la agorafobia, ...).

Algunos de los ítems han sido redactados para poder identificar la ansiedad generalizada, otros la relacionada con los cambios en el trabajo y por último algunos de ellos nos permiten valorar la ansiedad anticipatoria relacionada con la vuelta al trabajo presencial y la seguridad percibida con relación a su puesto de trabajo.



El 50% se siente nervioso en algún momento todos los días. A resaltar que el 10% perciben este nerviosismo la mayor parte del tiempo, pudiendo estar padeciendo, ya en el momento de responder a la encuesta, un trastorno de ansiedad

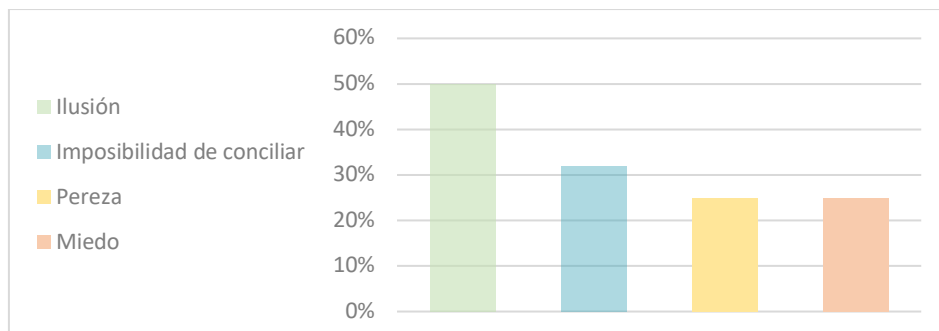
Estado de salud psicológica percibida por los sujetos de estudio



En cuanto a la percepción que los sujetos tienen de su estado psico-emocional, destacar que el estrés aparece en cerca del 60% de los casos.

Hay que destacar también que más del 50% dicen tener dificultades vinculadas a la calidad de su descanso (este afecta de manera muy importante tanto al estado de ánimo como al rendimiento).

La vuelta al trabajo me genera...

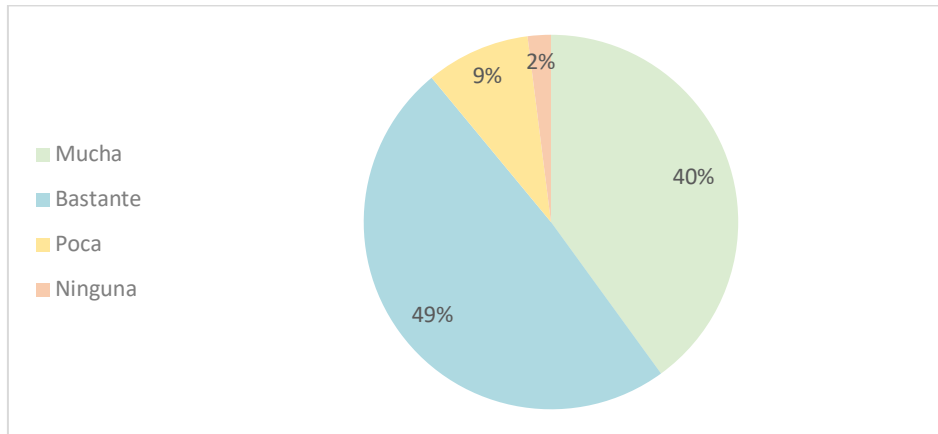


La ilusión es la emoción más repetida a la hora de describir como se vive la vuelta al trabajo presencial.

Es necesario destacar también los pensamientos relacionados con las dificultades a la hora de conciliar trabajo y familia.

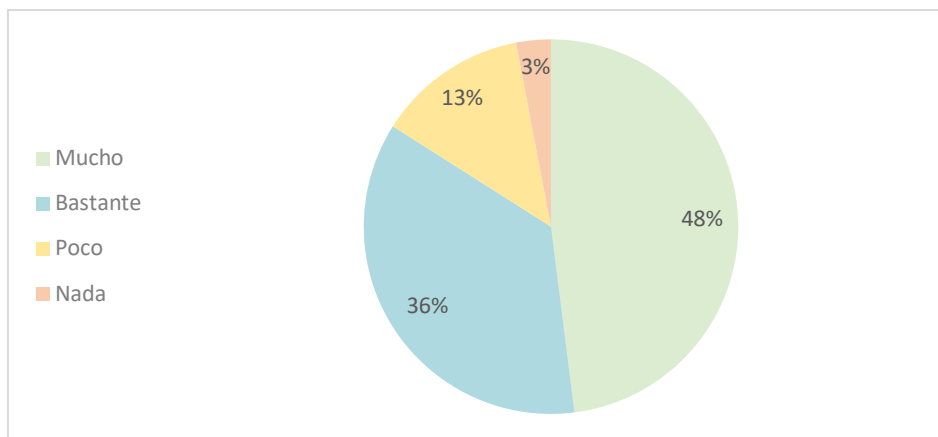
Variable MIEDO/CONFIANZA respecto a su puesto de trabajo

¿Tengo confianza en la estabilidad de mi puesto y/o organización?



El 89% tienen mucha o bastante confianza en la estabilidad de su puesto y de su organización.

¿Me he sentido acompañado/a e informado/a por mi jefe/a durante la crisis?



El 84% se ha sentido apoyado e informado por su jefe durante la crisis.

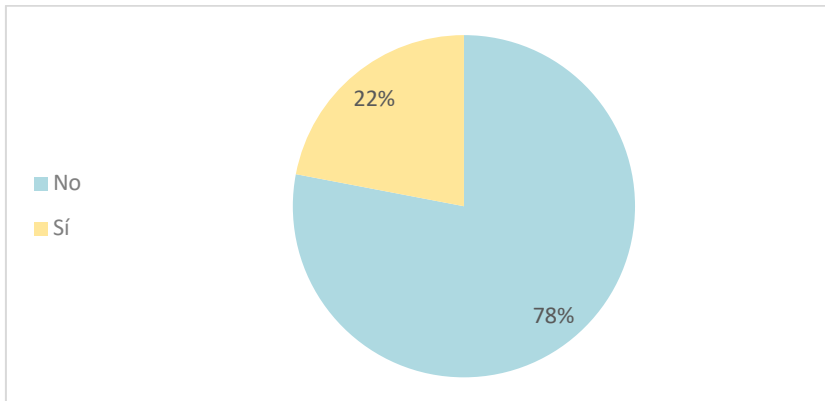
Existe una relación directa entre la incertidumbre respecto a su puesto de trabajo y el estilo a la hora de comunicar y acompañar de su responsable.

Se sienten mucho más tranquilos y confiados quienes tienen jefes/as más cercanos y comunicativos.

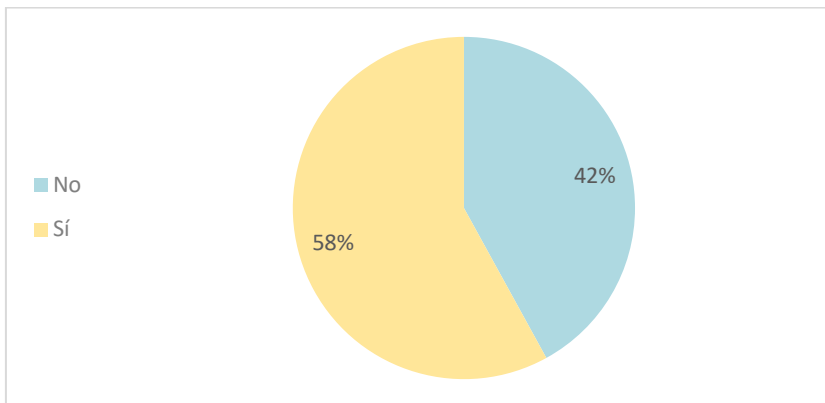
Dimensión Salud

Esta nos permite ver que afectación sobre la alimentación, el descanso y su propio cuidado en general ha tenido el confinamiento.

Se ha visto modificado mi peso más de un 5%



He tenido dificultad para conciliar y/o mantener el sueño



Prácticamente una de cada cuatro personas ha visto modificado su peso de manera significativa.

Y cerca del 60% han sufrido desordenes relacionados con el descanso, ya fuese a la hora de conciliar o de mantener el sueño.

Hay que destacar también:

- El 16,17% dicen haber vivido alguna pérdida cercana durante este periodo.
- Al 15,52 % de las personas con pareja les ha afectado negativamente el confinamiento.