

## Síndrome de Burnout, una enfermedad de la posmodernidad.

**Dra. Yusvisaret Palmer Morales**

Medico Anestesiólogo, Algólogo

Coordinación de Educación e Investigación en Salud

Hospital de Gineco-Pediatría con Medicina Familiar No. 31

Instituto Mexicano del Seguro Social

Mexicali B.C.

Correo electrónico: yusvip@yahoo.com

### Resumen

El síndrome de Burnout, también llamado síndrome de agotamiento profesional o síndrome del hospital enfermo, es un síndrome debido al estrés crónico y sostenido que se presenta en el personal de la salud, que mantiene contacto estrecho con las personas. El médico anestesiólogo por las características de su especialidad, el alto grado de responsabilidad que tiene, las cargas de trabajo, los diferentes horarios, el constante estrés al que está sometido, es candidato a presentar el síndrome de Burnout, por lo que se hace necesario que el médico anestesiólogo conozca las diferentes fases que presenta el síndrome que son agotamiento emocional, cinismo y pérdida del logro profesional, para que las pueda identificar, y solicitar apoyo en caso necesario.

**Palabras clave:** Síndrome de Burnout, síndrome de agotamiento profesional, anestesiólogos.

### Abstract

Burnout syndrome, also called professional exhaustion syndrome, and sick hospital syndrome, is due to a chronically and continued stress, that is presented in health workers, that maintains a continued contact with the patients. In the group of anesthesiologist because of the characteristics of their specialty, the high responsibility, work load, and different schedule, and the constant stress that they manage, has the facility to become overwhelmed, and burnout. For that reason it is necessary that the anesthesiologists know about of this syndrome and its different phases that are: emotional exhaustion, cinism and low personal accomplishment, so they can identify the problem, and look up for help.

**Key words:** Burnout syndrome, emotional exhaustion syndrome, anesthesiologist

### Introducción

La anestesiología es una de las especialidades médicas en donde el estrés siempre está presente. Hay una clara percepción de que los médicos anestesiólogos siempre están expuestos al estrés, ya que tienen la vida de los pacientes en sus manos y tienen que trabajar en diferentes condiciones críticas, en diferentes horarios, siempre estar alertas para cualquier llamada que reciban. El médico anestesiólogo al ser entrevistado en un estudio cualitativo, realizado en el Hospital General de México, sobre lo que ellos opinaban de su profesión, reportan; problemas relacionados con el estrés del trabajo en equipo, problemas relacionados con la organización de la empresa donde laboran, uso de sustancias estimulantes, hábitos que señalan son para minimizar las tensiones y la frustración de la vida

laboral cotidiana, repercusión en la vida familiar y problemas de salud debidos a la exposición de sustancias tóxicas.<sup>1</sup> Calabrese reporta que los médicos anestesiólogos como resultado de una compleja interacción de diversos factores como la predisposición genética, factores psicosociales y biológicos, una historia familiar o personal de abuso, síndrome de Burnout y el fácil acceso y disponibilidad de la droga en el trabajo, es lo que motiva la fármaco dependencia en los anestesiólogos.<sup>2</sup>

### Estrés en anestesiólogos

El estrés del trabajo se puede definir como las nocivas reacciones físicas y emocionales que ocurren cuando las exigencias del trabajo no igualan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador. El estrés del trabajo puede

llevar a detrimento de la salud. Las condiciones de trabajo, descansos infrecuentes, turnos y horarios de trabajos largos.<sup>3</sup> Así como la falta de seguridad en el ejercicio de la anestesiología, que se refiere a la prevención y control de dos tipos de riesgos que se presentan: el que corre el paciente cuando es sometido a un procedimiento anestésico y el que sufre el especialista en el desarrollo de su práctica profesional. Existen riesgos derivados de la contaminación con agentes anestésicos, riesgos de infección, riesgos derivados de la naturaleza propia del trabajo, riesgos de tipo legal y laboral, la fatiga derivada del mantenimiento de la atención por largo tiempo, todo esto ayuda a aumentar el estrés del médico anesthesiologo.<sup>4</sup> A esto se le llama riesgo profesional relacionado a las características de su desempeño, es por esto que la anestesiología puede traer la aparición de enfermedades por la exposición al estrés del ambiente quirúrgico, las urgencias, la inhalación y contacto con agentes anestésicos teratogénicos y carcinogénicos y la eventual exposición a radiaciones ionizantes entre otros peligros.<sup>5</sup>

Entre las especialidades que manejan mayor estrés ocupacional son las de terapia intensiva, anestesiología y la medicina de urgencias, ya que en estos profesionales se reportan niveles altos de estrés, especialmente los que llevan más de 10 años en el servicio de urgencias.<sup>6</sup>

Cuando este estrés se vuelve crónico y sostenido, cuando el estrés laboral ya no mejora después de un fin de semana de descanso, o de unas vacaciones, entonces inicia lo que ahora llamamos síndrome de Burnout.

## Síndrome de Burnout

El síndrome de Burnout se define como la respuesta física y emocional al estrés crónico y sostenido del ambiente laboral, es un trastorno adaptativo crónico asociado con un inadecuado afrontamiento de las exigencias psicológicas del trabajo, que afecta la calidad de vida y la salud mental del profesional que lo padece y que repercute en la calidad de atención hacia el paciente.

Por primera vez, quien describe el término de Burnout o estar quemado es el médico psiquiatra Freudenberg en 1974, quien trabajaba en una clínica de toxicómanos en Nueva York, observó que al año de trabajar, la mayoría de voluntarios sufría una progresiva pérdida de la energía, hasta llegar al agotamiento, por lo que lo refirió como *Burnout*.<sup>7</sup>

En la década de 1980 la psicóloga Cristina Maslach de la Universidad de Berkeley California, en los Estados Unidos de Norteamérica, utilizó el término de Burnout, junto con el psicólogo Michael P. Leiter, para identificar el síndrome de Burnout, y diseñaron un cuestionario denominado "Cuestionario de Maslach" para diagnosticar el síndrome,<sup>8,9</sup> que fue traducido al español por el Dr. Mingote Adán.<sup>(10)</sup>

La sintomatología del síndrome de Burnout está bien descrita e incluye las siguientes manifestaciones:

- Agotamiento emocional. Cuando las personas se sienten exhaustas, por que dan más de sí, tanto física como emocionalmente, se sienten cansados, utilizados e incapaces de recuperarse, el sueño fisiológico no es compensador, les falta energía

para iniciar nuevos proyectos, al estar exhausto es la primera reacción al estrés de la demanda de trabajo.

- Cinismo. Cuando se toma una actitud fría, distante hacia los pacientes, minimizan su compromiso profesional e inclusive pierden sus ideales, el cinismo es una forma que toman las personas para tratar de protegerse ellas mismas contra el agotamiento y la decepción.
- Pérdida del logro profesional. Es la tercera fase, las personas presentan sentimiento de ineffectividad, crece un sentimiento de no adecuación, disminuye la autoestima, y las personas se van apartando, creando una especie de auto reclusión.

Los factores de riesgo para desarrollar síndrome de Burnout que se ha descrito son los siguientes:

- Sobrecarga de trabajo. Es el factor de riesgo más obvio de una falta de correlación entre la persona y su trabajo, se tiene que hacer más en poco tiempo y con pocos recursos.
- Pérdida de control sobre lo que se realiza. Significa que el individuo no tiene suficiente control sobre los recursos que necesita para realizar su trabajo.
- Falta de reconocimiento por el trabajo desempeñado. Cuando no obtenemos reconocimiento tanto en el trabajo como a la persona misma, se crea un sentimiento de devaluación.
- Pérdida de la cordialidad. La falta de cordialidad y el no llevarse bien con los demás es el resultado de la pérdida de relaciones interpersonales en el lugar de trabajo.
- Injusticia. Que las personas sean tratadas con respeto y su autoestima sea confirmada.
- Conflicto con los valores. Ocurre cuando no hay correlación entre los requerimientos del trabajo y los principios morales.

Se han hecho estudios en diferentes especialidades médicas para diagnosticar el síndrome. En Estados Unidos de Norteamérica se reportó en un estudio realizado en internistas-intensivistas que el 40% presentaron el síndrome, reportando que los factores organizacionales, administrativos y conflictos interpersonales fueron los desencadenantes.<sup>11</sup> En España se documenta una prevalencia de Burnout en médicos familiares del 59.7%.<sup>12</sup> En Bélgica se realizó un estudio con médicos anesthesiologos donde se reportó que el nivel de estrés que fue de un 50.6%, el 40.4% del grupo presentó alto nivel de agotamiento emocional, con edades menores a 30 años.<sup>13</sup> En México se reportó una prevalencia del 44% en médicos anesthesiologos, en la ciudad de Mexicali, Baja California.<sup>14</sup> Otro estudio mexicano sobre los factores de riesgo que afectan a los médicos anesthesiologos se reportó que la sobrecarga de trabajo y el conflicto con los valores son factores predisponentes para desarrollar el síndrome de Burnout.<sup>15</sup>

En Sevilla España, se reportó en relación con el Burnout, un agotamiento emocional alto del 19.5%, cinismo de 31.7% y realización personal bajo del 41.4%.<sup>16</sup>

Los médicos ginecologos también presentan síndrome de Burnout, como encontramos en los colegas de la ciudad de Mexicali Baja California, México que lo presentaron en el 59.2%.<sup>17</sup>

La Organización Mundial de la Salud en el año 2000, calificó al síndrome de Burnout como de riesgo laboral.<sup>18</sup>

## Conclusiones

Es necesario que se sigan investigando las causas del síndrome de Burnout, y que las instituciones de salud, estén inmersas en este conocimiento, para que eviten la sobrecarga de trabajo, que apoyen con los insumos suficientes, así como que se respete el actuar de los médicos anestesiólogos y se reconozca su labor. Ya que si el médico anestesiólogo goza de un buen estado de salud tanto física como mental, brindará una mejor atención a los pacientes.

Además, el conocimiento por parte del anestesiólogo de este síndrome le permitirá reconocer cuando esté afectado, y así poder solicitar ayuda psicológica.

## Referencias

1. Barragán-Solís A, Ramírez de la Roche OF, Barragán-Solís A. La salud y el ambiente laboral entre los anestesiólogos: contexto social y laboral. *Rev Med Hosp Gen Mex* 2000;63:247-253.
2. Calabrese G. Visión actual de la fármaco dependencia en anestesiólogos. *Rev Argent Anestesiol* 2004;62;106.113.
3. Daniel José Sánchez Silva. estrés en anestesiología <http://www.portalesmedicos.com/monografias>.
4. Larrache CS. Influencia de los estándares de seguridad en el estrés del anestesiólogo. *Rev Col Anest* 1996;24:113-118.
5. Alejo IM, Dávila Cabo E, Hernández DCM, Robaina M. Riesgo profesional en anestesiología. *Medisur* 2006; 4;79-84.
6. Moreno ME. Estrés ocupacional en los profesionales de la medicina aguda. *Emergencias* 2007;19:151-153.
7. Freudenberg H. Staff Burnout. *J Social Issues*. 1974; 30:159-168.
8. Maslach C, Jackson S. MBI Maslach Burnout Inventory. Manual research Edition Palo Alto. University of California. Consulting Psychologist Press. 1996.
9. Maslach C, Leiter M. The truth about Burnout. San Francisco California. Jossey-Bass Publishing. 1997.
10. Mingote AJC, Pérez-Corral F. Estrés del médico. Manual de autoayuda. de. Díaz Santos 1999.
11. Guntupalli K, Fromm JR. Burnout in the internist-intensivist. *Intensive Care Med* 1996;22:625-630.
12. González P, Suberviola G. Prevalencia del síndrome de burnout o desgaste profesional en los médicos de atención primaria. *Aten Primaria* 1998;22;580-584.
13. Nyssen AS, Hansez I, Baele P, Lamy M, De Keyser V. Occupational stress and burnout in anaesthesia. *Brit J of Anesth* 2003;90:333-337.
14. Palmer-Morales LY, Gómez-Vera A, Cabrera-Pivaral C, Prince-Vélez R, Searcy-Bernal R. Prevalencia del síndrome de agotamiento profesional en médicos anestesiólogos en la ciudad de Mexicali, Baja California, Mexico. *Gac Med Méx* 2005;141;181-183.
15. Palmer Yusvisaret LY, Gómez-Vera A, Cabrera-Pivaral C, Prince-Vélez R, Searcy R. Factores de riesgo organizacionales asociados al síndrome de burnout en médicos anestesiólogos. *Salud Mental* 2005;28:82-889.
16. Fernández TB, Roldán PLM, Guerra VA., Roldán RT., Gutiérrez A, De las Mulas BM. Prevalencia del síndrome de Burnout en los anestesiólogos del Hospital Universitario Virgen Macarena de Sevilla. *Rev Esp Anestesiol Reanim* 2006;53:359-362.
17. Palmer-Morales LY, Prince-Vélez R, Searcy-Bernal R. Factores relacionados con el síndrome de burnout en ginecólogos. *Ginecol Obstet Mex* 2007;75:379-383.
18. OMS 2000. The world health report. <http://www.who.irnt/>.