



SÍNDROME BURNOUT EN PROFESIONALES DE SERVICIOS DE SALUD MENTAL

Mercedes Vicente García

INTRODUCCIÓN

El síndrome de burnout o también conocido como síndrome de desgaste profesional, síndrome de sobrecarga emocional, síndrome del quemado o síndrome de fatiga en el trabajo, fue declarado en el año 2000 por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un factor de riesgo laboral debido a su capacidad para afectar la calidad de vida, la salud mental e incluso llegar a poner en riesgo la vida del individuo que lo sufre (1).

A pesar de su reconocimiento como un factor de riesgo laboral por parte de la OMS y su corriente diagnóstico por parte de médicos y profesionales de la salud mental, el síndrome de burnout no se describe en la Clasificación internacional de enfermedades (CIE-10), ni en el Manual de la Asociación Estadounidense de Psicología (DSM-V) (1).

La definición más aceptada de este síndrome es la de Christina Maslach, que lo describe como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico, cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del desempeño personal. Pedro Gil-Monte lo define como: "una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse agotado" (2).

OBJETIVO

Objetivo general: describir el síndrome de burnout en relación con los profesionales sanitarios que prestan sus cuidados en los entornos dedicados a la salud mental Objetivo específico: conocer la sintomatología asociada al burnout en los profesionales de salud mental

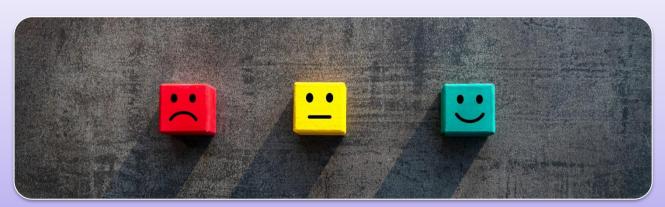
METODOLOGÍA

Se realizó una búsqueda bibliográfica en PUBMED, SCIELO, DIALNET, con las palabras clave "burnout", "professionals", "mental health". La búsqueda fue filtrada seleccionando solo aquellos textos completos gratuitos y que además estuvieran escritos en castellano.

DESARROLLO



El síndrome de burnout posee una alta incidencia entre el personal que se dedica al cuidado de la salud mental, a pesar de no ser reconocido como entidad en las diferentes clasificaciones diagnósticas, es conocida la capacidad que posee de afectar la calidad de vida de los profesionales que lo padecen (1).



El cansancio emocional y la despersonalización son dimensiones altamente afectadas en los profesionales dedicados a la salud mental que sufren burnout. En el personal de enfermería, se encuentra que el más afectado es el de realización personal, seguido por cansancio emocional (3).



Los estudios muestran el síndrome de burnout es más prevalente en mujeres. Sin embargo, no existe esta diferencia al comparar entre sexos el alto riesgo de burnout, siendo el mismo entre hombres y mujeres (3).



Los profesionales de enfermería predominan como aquellos con mayor prevalencia de síndrome de burnout, hallándose asociado a factores como el entorno laboral, uso de drogas psicotrópicas, baja satisfacción con los superiores y bajo control sobre la actividad laboral (3).



Esta última fue el principal factor psicosocial asociado con el síndrome de burnout por lo que es necesario desarrollar acciones que promuevan la autonomía del trabajador y la mejora en la gestión de los factores psicosociales que desencadenan el estrés (4).



Se encontró que la relación entre resiliencia y síndrome de burnout es inversamente proporcional; a menor resiliencia, mayor riesgo de síndrome de burnout, observando mayor prevalencia en mujeres (3).

CONCLUSIONES

Se concluye que la sintomatología que se presenta de manera grave en los profesionales que sufren este síndrome son las somatizaciones, obsesiones, compulsiones y la sensibilidad interpersonal (5).

La mejora del entorno de trabajo parece la mejor medida preventiva para evitar la aparición tanto de este síndrome como de su sintomatología asociada. Esto incluiría el ambiente físico, los recursos personales, la involucración de la empresa y la atención al entorno psicosocial.

BIBLIOGRAFÍA

- 1. Saborío Morales L, Hidalgo Murillo LF. Síndrome de Burnout. Med. leg. Costa Rica [Internet]. 2015 Mar [cited 2022 Dec 02];32(1):119-124. Available from: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&Ing=en.
- 2. Gil, P. Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. Anales de Psicología. 1999;15:261-268.
- 3. Saldaña, M. Resiliencia y síndrome de burnout en profesionales de una institución de salud mental, durante la pandemia SARS COV 2. [Internet]. 2022. [citado: 2022, diciembre] Disponible en: http://hdl.handle.net/20.500.12495/8306
- 4. Sorce Moreira A, Roberto de Lucca S. Factores psicosociales y Síndrome de Burnout entre los profesionales de servicios de salud mental.
 Rev. Latino Americana de Enfermagem. 2020;28. Available from: https://doi.org/10.1590/1518-8345.4175.3336
- 5. 5. Giménez SB, Gilla MA, Morán VA, Olaz FO. Burnout y sintomatología psicopatológica en profesionales argentinos de la salud mental. PSIENCIA: Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica. 2018;10(3)