

Revisión bibliográfica del Bournout en Profesionales de enfermería

Introducción

Entendemos **Bournout o Desgaste profesional** a la situación anormal relacionada por una respuesta alargada en el tiempo al estrés por motivos laborales. Incluye factores emocionales e interpersonales del trabajo. Se puede observar por cansancio emocional, agotamiento, indiferencia o apatía.

Objetivos

- Objetivo principal del trabajo es realizar una revisión sobre la bibliografía más actual que trate el Bournout en personal enfermero.
- Objetivo específico es determinar las diferencias de bournout dentro del personal de enfermería.

Metodología

En el buscador Pubmed realice la siguiente búsqueda “(((professional burnout) AND (Professional bournout)) AND (primary prevention)) AND (mental health)) AND (mental nursing)” obteniendo un total de 49 resultados. Tras lo que filtre la búsqueda utilizando publicaciones en el último año y free full text, obteniendo una búsqueda 10 artículos. Tras leer los resúmenes de dichos artículos reduje la búsqueda a 2 artículos.

Resultados

El análisis comparativo de la literatura científica reciente evidencia que el síndrome de burnout y el estrés percibido continúan siendo una crisis de salud pública global en el ámbito de la enfermería, intensificada en escenarios de alta complejidad y en la era post-pandemia.

Al comparar diferentes servicios de un hospital general se ha observado que el 59,4% del personal de enfermería de un servicio especial como la UCI refiere nivel elevado de bournout.

Por otro lado, se ha observado una diferencia significativa en el grado de bournout dependiendo de la responsabilidad. Presentando mayores niveles de distrés, despersonalización y agotamiento emocional los enfermeros que los TCAE. Seguramente esto se deba al asumir más responsabilidades que las propias de la actividad sanitaria.

El desgaste emocional prolongado destruye tanto los mecanismos de afrontamiento del profesional como produce un efecto dominó que compromete la seguridad del paciente y la eficiencia de los servicios de salud.

Conclusiones

- Vulnerabilidad diferenciada: El burnout y el estrés crónico en enfermería no se distribuyen de manera uniforme; afectan con mayor severidad al personal con mayor nivel de especialización (como en las UCI) y a quienes asumen roles de gestión y responsabilidad legal (enfermeros licenciados), superando los índices de los técnicos asistenciales.
- Impacto predictivo: El estrés percibido actúa como un predictor directo y estadísticamente significativo del deterioro en la salud mental y la calidad de vida del personal, lo que demuestra que el desgaste no es un estado transitorio, sino un factor determinante en el abandono laboral y la morbilidad psicológica (depresión).
- Urgencia institucional: Los factores de riesgo identificados son predominantemente organizacionales (carga de trabajo, complejidad del paciente, roles de enseñanza) y no individuales. Por lo tanto, se requiere de forma prioritaria la transición de intervenciones reactivas hacia estrategias institucionales preventivas, tales como la reforma de ratios de pacientes, el soporte de liderazgos compasivos y programas continuos de salud mental específicos para el personal titulado de primera línea.

Bibliografía

1. Sociedad Española de Medicina Interna. Burnout o desgaste profesional [Internet]. Madrid: SEMI; 2025[citado 21 mayo 2026]. Disponible en: <https://www.fesemi.org/informacion-pacientes/conozca-mejor-su-enfermedad/burnout-o-desgaste-profesional>
2. Liu H, Li X, Zhao L, Zhang Y, Huang D, Li T, Xie K, Shen Y. Burnout among intensive care physicians and nurses in the post-pandemic era in China: a national cross-sectional study. BMJ Open. 2025 Aug 22;15(8):e099192. doi: 10.1136/bmjopen-2025-099192. PMID: 40846337; PMCID: PMC12374664
3. Buitron Saavedra AE, Quispe Caballero AC, Baños Chaparro J. Burnout and perceived stress as predictors of quality of life in nurses. Rev Cuid. 2025 Oct 17;16(3):e5113. doi: 10.15649/cuidarte.5113. PMID: 41732567; PMCID: PMC12834526