

# Síndrome de Burnout

María Rey Grandal  
25 de abril de 2017

# Índice

**Información**

**¿Por qué estudiar el síndrome?**

**Síndrome**

**Fases**

**Patrones**

**Causas**

**Facilitadores del síndrome**

**Consecuencias**

**Estudios**

**Prevención**

**Intervención**

**Evaluación**

# Información

## Origen.

Surgió en EEUU, por Freudenberguer en 1974 para dar explicación al deterioro en los cuidados y atención profesional <sup>2</sup>

## Fenómeno.

Básicamente social, quizá expresión de tiempo de crisis y desorientación en nuestra civilización <sup>1</sup>  
¿Problema de salud pública?

# ¿Por qué estudiar el síndrome?

*“Un preocupante porcentaje de médicos ...se hallan insatisfechos, desmotivados, desilusionados y frustrados”<sup>1</sup>*

Por el bienestar y la salud laboral y las repercusiones sobre la sociedad en general

Por razones jurídicas <sup>2</sup>:

- Directiva Marco de la Unión Europea en materia de salud y seguridad (89/391/CEE)
- Ley de Prevención de Riesgos Laborales (Ley 31/1995 de 8 de Noviembre)

# Síndrome

Aspectos principales:  
(Maslach y Jackson) <sup>3</sup>

- Falta de realización personal
- Agotamiento emocional
- Despersonalización

## **Falta de realización personal**

Evaluarse negativamente

## **Agotamiento emocional**

“No dar más” a nivel afectivo  
Alteraciones emocionales,  
conductuales (Orlowski) <sup>4</sup>

## **Despersonalización**

Actitudes y sentimiento negativos  
“Deshumanización de la medicina” <sup>1</sup>

# Fases

**Primera:** Experimenta estrés, demandas del trabajo exceden sus recursos físicos y emocionales

---

**Segunda:** Se manifiesta nerviosismo, síntomas de tensión, fatiga e irritabilidad

---

**Tercera:** Aislamiento social, cinismo y la rigidez en el trato con los pacientes y compañeros

# Patrones

Patrón A <sup>2</sup>

Desarrollan despersonalización

Patrón B <sup>2</sup>

Desarrollan culpa



# Causas

## **Nivel organizacional**

Coordinación entre profesionales, burocracia, respuestas disfuncionales, innovaciones...

## **Nivel relaciones interpersonales**

Relaciones con usuarios y con otros profesionales

## **Nivel individual**

Características personales.

El altruismo y el idealismo facilitan el desarrollo del proceso



# Facilitadores del síndrome

## **Variables de personalidad <sup>3</sup>**

Elevada sensibilidad emocional y necesidad de los demás, idealistas, autoexigentes y con gran dedicación al trabajo

## **Variables demográficas <sup>3</sup>**

En términos generales, la mujer exhibe características más emotivas y menos pragmáticas

## **Estrategias de afrontamiento <sup>3</sup>**

Usar la evitación y el escape. No disponer de tiempo para uno mismo

# Consecuencias

**Para el individuo...**

**Índices emocionales**

**Índices actitudinales**

**Índices conductuales**

**Índices somáticos**

# Consecuencias

## Para la organización...

- Deterioro de la calidad asistencial
- Baja satisfacción laboral
- Absentismo laboral elevado (Flórez) 4
- Tendencia al abandono del puesto y/o de la organización
- Disminución del interés y el esfuerzo
- Aumento de los conflictos interpersonales
- Disminución de la calidad de vida laboral

# Estudios

Estudio a una muestra de 294 profesionales de Atención primaria y especializada. Se aplicó escala MBI 4

Tabla 4

Burnout por nivel asistencial y categoría profesional

Dimensión	A.P.				A.E.			
	Médicos		Enfermería		Médicos		Enfermería	
	X	S	X	S	X	S	X	S
Cansancio emocional	11,64	3,69	12,72	4,28	14,89	4,38	15,10	4,02
Despersonalización	10,24	2,36	9,94	3,03	11,31	2,44	11,45	2,89
Falta realización personal	22,48	2,66	22,72	4,22	22,13	3,27	31,14	4,05
Burnout	44,36	6,95	45,36	9,77	48,34	6,70	47,70	7,72

Diferencias en función de la edad, sexo, estado civil, antigüedad y centro de trabajo.

# Estudios

Estudio descriptivo transversal dirigido a enfermería. Se relacionó cada dimensión del síndrome de Burnout con las variables independientes <sup>5</sup>

Tabla 1. Perfil de los profesionales que responden el Malsach Burnout Inventory

Demografía	Frecuencia	%
Sexo		
Varón	25	17,4
Mujer	118	82,5
Categoría		
Enfermeras-matronas-fisioterapeutas	101	70,6
Auxiliares-técnicos	42	29,3
Contrato		
Interino	68	47,5
Propietario	75	52,4
Servicio		
Médico	24	16,7
Quirúrgico	48	33,5
Central	71	49,6
	<b>Media</b>	<b>Desviación típica</b>
Edad (años)	35,0	8,8
Antigüedad (años)		
Profesional	12,2	7,1
En el hospital	5,7	4,8

## Resultados

- Agotamiento emocional: 26,5%
- Despersonalización: 30%
- Falta realización personal: 20,2%

# Estudios

Estudio transversal personal de enfermería. Variables implicadas mediante cuestionario propio y síndrome de Burnout con escala MBI <sup>6</sup>

- Más cansancio emocional en los casados/as
- Más despersonalización en enfermería versus auxiliares /técnicos
- Más despersonalización y cansancio emocional en profesionales del turno de tarde o rotatorios

# Prevención



Primera medida  
**Conocer sus  
manifestaciones**

# Intervención

## **Nivel individual** <sup>3</sup>

- Técnicas generales
- Técnicas fisiológicas
- Técnicas cognitivas
- Técnicas conductuales

## **Nivel grupal** <sup>3</sup>

- Interacción social
- Apoyo sociofamiliar
- Distracción y buen humor

## **Nivel organización** <sup>3</sup>

- Adaptar capacidades y expectativas del trabajador
- Aumentar confianza



# Evaluación

## Escala Maslach Burnout Inventory (MBI)

Por Maslach y Jackson 1981/1986

Actualmente hay tres versiones <sup>2</sup>:

- MBI- Human Services Survey (MBI- HSS). Dirigido a profesionales de la salud
- MBI- Educators Survey (MBI- ES). Dirigido a profesionales de la educación
- MBI- General Survey (MBI- GS). Carácter más genérico

# Evaluación

## Cuestionario Evaluación Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT) <sup>2</sup>

Consta de cuatro escalas que evalúan:

- Deterioro cognitivo
- Deterioro Emocional
- Deterioro actitudinal hacia el trabajo y pacientes
- Sentimientos de culpa

# Bibliografía

1. J.Cebriá-Andreu. Comentario: el síndrome de desgaste profesional como problema de salud pública. 2005. Gaceta Sanitaria 19 (6): 463-70
2. P.R.Gil-Monte. El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de Burnout) en profesionales de enfermería. 2002. Ponencia presentada en el 1 Seminario Internacional sobre Estresse e Burnout.
3. R.Gracia Marco; J.Moreno carmona; A.L.Morera. Síndrome de Burnout. 2007. Medicina del trabajo 16 (3): 113- 119
4. J.C.Atance.Martínez. Aspectos epidemiológicos del síndrome de Burnout en personal sanitario. 1997. Rev.Esp.Salud Pública 71: 293- 303
5. F.López- Soriano; L.Bernal. Prevalencia y factores asociados con el síndrome de Burnout en enfermería de atención hospitalaria. 2002. Revista Calidad Asistencial. 17 (4): 201-205
6. R. Albaladejo; R.Villanueva; P.Ortega; P. Astasio; M.E. Calle y V. Domínguez. Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de un hospital de Madrid. 2004. Revista Española salud pública 78: 505- 516

Muchas gracias  
por vuestra atención



*Venecia, Marzo de 2016*