

## SÍNDROME DE DESGASTE EN PROFESIONALES DESEMPEÑANDO SU LABOR

**Víctor Manuel López Ramírez**  
**UPIBI, Instituto Politécnico Nacional**  
[vlopezr@live.com](mailto:vlopezr@live.com)

**Susana Araceli Sánchez Nájera**  
**UPIITA, Instituto Politécnico Nacional**  
[susanchez@ipn.mx](mailto:susanchez@ipn.mx)

**Adriana Campos Ramírez**  
**UPIBI, Instituto Politécnico Nacional**  
[acampos@cinvestav.mx](mailto:acampos@cinvestav.mx)

### Abstract

*The syndrome of Attrition is a frequent problem among professionals, and in this case of study, specifically to their health. It is affecting their performance, quality and safety in the attention of the patients. The "Maslach Burnout Inventory" is the tool that has been validated in Spanish that has had the biggest acceptance in its measurement. The study that has been carried out reveals how this syndrome affects a large population of resident physicians who are studying their specialty, in some cases there is evidence of involvement in only one of the edges that make it up, and in others, in two or up to three edges. It should be mentioned that first-year residents had a higher prevalence of wasting syndrome, possibly due to greater physical and mental exhaustion due to lack of experience, which has an impact on their social relationships.*

*Palabras clave: Burnout, Desgaste, Cansancio emocional, estrés laboral*

El término *burnout*, cuya traducción al español corresponde a “estar quemado”, fue introducido a mediados de los años setenta para dar una explicación al proceso negativo que sufren los profesionales en su labor, y que se traduce en deterioro en la atención profesional a los usuarios de las organizaciones de servicios. En los últimos

años ha quedado establecido 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 emocionalmente agotado.

Posteriormente Juárez, A. *et.al* (2014) le dio otro enfoque y se definieron sus tres dimensiones características: cansancio emocional (CE), como la pérdida de recursos emocionales para afrontar el trabajo; la despersonalización (DP) o desarrollo de actitudes negativas y cinismo hacia los receptores del servicio, y disminución de la realización personal (RP) o tendencia a evaluar el propio trabajo de una forma negativa, con baja autoestima profesional.

Los sujetos afectados por este síndrome muestran desilusión, irritabilidad y sentimientos de frustración; se enfadan y desarrollan actitudes suspicaces. Se vuelven rígidos, tercos e inflexibles.

Asimismo, afloran síntomas de carácter psicosomático como mayor cansancio, dificultades respiratorias, problemas gastrointestinales, etc. Este conjunto de síntomas y signos de carácter actitudinal, conductual y psicosomático se entiende como las consecuencias del síndrome de *burnout* o “estar quemado”.

Si se concibe como una respuesta al estrés laboral crónico, tal como se menciona anteriormente, se deben considerar dos elementos claves en esta relación, como son: el entorno y la persona. El entorno sanitario, presenta características especiales y novedosas que hacen reflexionar sobre como adecuarse profesionalmente al mismo.

Como lo menciona Matia *et.al* (2012), existen diferentes variables que lo condicionan, como son las demandas asistenciales, indefinición y ambigüedad del rol profesional, crisis del sistema y su presumible reorientación, altos niveles de ausentismo laboral, baja implicación de los profesionales en las organizaciones, falta de motivación, poca conciencia de los gestores

sobre el problema y la consecuente falta de soluciones desde la organización, nuevos sistemas de gestión, la introducción de elementos de competitividad entre los centros, etc.

Del mismo modo menciona Alvarez, G. *et.al* (2010), el resultado del adiestramiento médico durante las residencias puede ser una época de niveles altos de estrés y puede contribuir a padecer síndrome de desgaste, angustia y depresión.

### Planteamiento del problema

El síndrome de desgaste es un problema que se está presentando en profesionales de todos los ámbitos, principalmente en aquellos que trabajan con personas, en especial los médicos, debido a que es una profesión en la que influyen múltiples factores que pueden desencadenar dicho padecimiento.

Se ha observado que los médicos residentes tienen una falta de apego a sus responsabilidades como médicos becarios, disminución en la calidad de participación y elaboración de trabajos que forman parte de su formación, así como actitud agresiva hacia sus compañeros e incluso renuncia a su residencia de especialización.

El impacto que este síndrome tiene sobre el desempeño profesional de los afectados lo constituye en un objeto de investigación altamente atractivo, por lo que en el presente trabajo se abordara su estudio a partir de profesionistas de un área médica, que según suelen presentar este síndrome.

### Metodología

Este trabajo es un estudio observacional, prospectivo, descriptivo, transversal aplicado a los médicos residentes de las diferentes especialidades que aceptaron participar y que

se encontraban laborando de manera activa. Se les aplicó el cuestionario de Burnout de Maslach traducido al español, el cual consiste en veintidós preguntas que se presentan a consideración del interrogado en una escala de Likert con siete niveles. Cada pregunta consiste en un enunciado en forma de afirmación que se refiere a las actitudes, emociones o sentimientos que el individuo muestra en relación hacia su trabajo o hacia sus pacientes. Cada pregunta tiene siete opciones de respuesta, de las cuales solo se contestará una de ellas.

Cada opción de respuesta, de las preguntas se le asigna un valor del cero al seis, siendo la puntuación de cada dimensión del burnout la suma de dichos valores. De acuerdo al cuestionario los enunciados han sido mezclados para explorar tres dimensiones: agotamiento emocional, la despersonalización y falta de realización personal.

Los puntos de corte utilizados fueron para agotamiento emocional: 27 o más, para despersonalización 10 o más y falta de realización personal 33 o menos. Se considera que existe síndrome de desgaste cuando se reportan niveles elevados de agotamiento emocional o despersonalización.

**Desarrollo**

El total de la población son 34, de los cuales sólo 2 no participaron en la encuesta, haciendo un total de 32 la muestra tomada para este estudio. La muestra obtenida fue de 32 médicos residentes de las especialidades de: Medicina Interna 12 (37.5 %), Pediatría 8 (25%), Ginecología 7 (21.9%) y Cirugía General 5 (15.6 %), como se muestra en la figura 1.

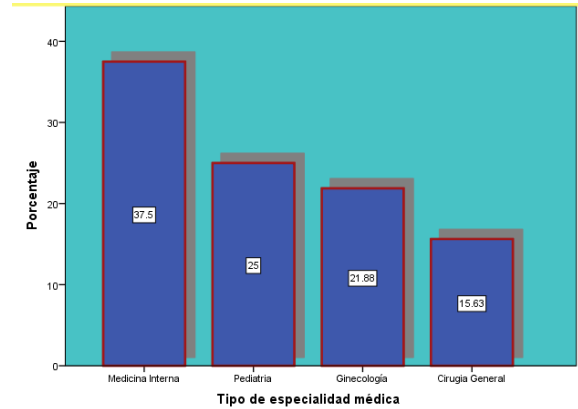


Figura 1. Tipo de especialidad médica

Asimismo, de la muestra recolectada, 13 fueron mujeres (40.6%) y 19 hombres (56.4%), como se observa en la figura 2.

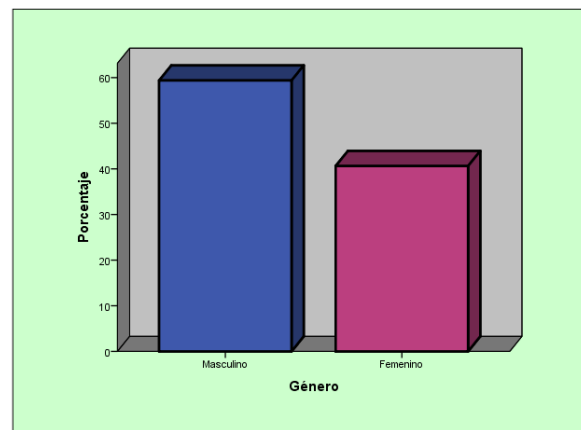


Figura 2. Genero obtenido de la muestra

Otro dato importante para el estudio es su estado civil, del número total de médicos residentes, 29 (90.6 %) refirieron estar solteros, 2 (6.3%) en unión libre, 1 (3.1 %) casado, figura 3.

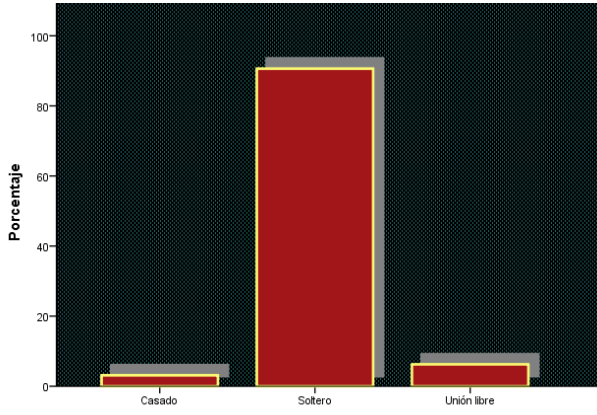


Figura 3. Estado civil

Las edades de los participantes tienen un rango de 26 a 34 años. La media de edad es de 27.84 años. Cursan el primer año de residencia 16 (50 %), el segundo 9 (28.1 %), el tercer año 5 (15.6 %) y 2 el cuarto año (6.3 %).

La jornada laboral tiene un rango de 80 a 130 horas semanales (incluyendo guardias ABC), con una media de 93.81 horas semanales, sin encontrar una relación lineal con el año de residencia cursado, como se muestra en la figura 4.

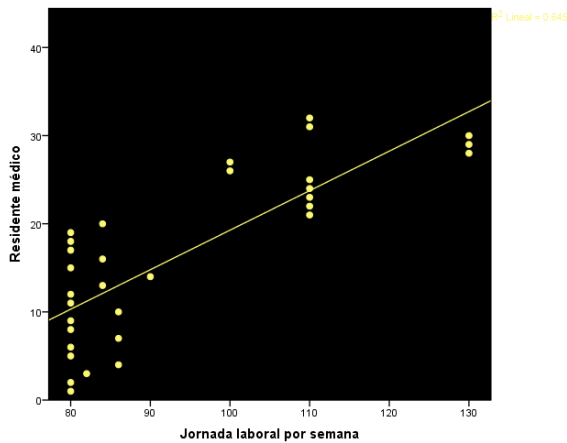


Figura 4. Jornada laboral semanal

El 59.4 % de la muestra total manifestó agotamiento emocional, 37.5 % despersonalización y 21.9% falta de realización personal. En el análisis por grado de residencia cursado, las tres dimensiones del síndrome de desgaste predominaron en los médicos residentes de primer año: agotamiento emocional en 43.8%, despersonalización en el 25% y realización personal en el 15.6%.

Con respecto al objetivo de determinar si existe correlación entre el año de residencia médica cursado y las tres dimensiones del síndrome de desgaste, se realizó una correlación de Pearson entre las variables. Se determina que existe una correlación positiva para el grado de agotamiento emocional con un coeficiente de correlación de 0.176 y para el grado de realización personal de 0.283, una correlación negativa para el grado de despersonalización de -0.27. Los resultados se muestran en la tabla 1.

Tabla 1. Correlaciones

	Tipo de especialidad médica	Grado de Agotamiento emocional	Grado de Despersonalización	Grado de Realización Personal
Tipo de especialidad médica	Correlación de Pearson	1		
	Sig. (bilateral)		.334	.882
	N	32	32	32
Grado de Agotamiento emocional	Correlación de Pearson	.176	1	
	Sig. (bilateral)	.334		.331
	N	32	32	32
Grado de Despersonalización	Correlación de Pearson	-.027	.331	1
	Sig. (bilateral)	.882	.064	
	N	32	32	32
Grado de Realización Personal	Correlación de Pearson	.283	.101	1
	Sig. (bilateral)	.116	.570	
	N	32	32	32

## Resultados y análisis

El síndrome de Desgaste es un problema cada vez más frecuente entre los profesionales de la salud, afectando en el desempeño, calidad y seguridad en la atención de los pacientes. El “Maslach Burnout Inventory” es la herramienta que se ha validado en español y que más aceptación ha tenido en su medición.

El estudio que se ha realizado nos da a conocer como este síndrome afecta a una gran

población de los médicos residentes que se encuentran cursando su especialidad en el Hospital General Tláhuac, en algunos se evidencia afección en una sola de las esferas que lo componen, y en otros, en dos o hasta tres esferas.

Cabe mencionar que los residentes de primer año tuvieron mayor prevalencia de síndrome de desgaste, posiblemente debido a un mayor desgaste físico y mental por falta de experiencia, lo que tiene un impacto en sus relaciones sociales.

## Referencias

Álvarez, G., Medécigo, S., Ibarra., C. (2010). Prevalencia del síndrome de desgaste profesional en médicos residentes de un hospital pediátrico en el Estado de Sonora. *Bol Med Hosp Infant Mex*, 67(1), 44-51.

García, J., Puebla, M., Herrera, P., Daudénd, E. (2016). Desmotivación del personal sanitario y síndrome de burnout. Control de las situaciones de tensión. La importancia del trabajo en equipo *Actas Dermosifiliogr*, 107(5), 400-406.

Juárez, A., Idrovo, A.J., Camacho, A., Placencia., O. (2014). Síndrome de burnout en población mexicana: Una revisión sistemática. *Salud Ment*, 37(2), 159-176.

Matía, A.C., Guevara, J.C., Mediavilla, J.J., Pereda, M.J, González, M.L., González, A. (2012). Evolución del burnout y variables asociadas en los médicos de atención primaria. *Aten Primaria*. 44(9), 532-539.

