

# SÍNDROME DE BURNOUT EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA



ELENA QUINTERO LUNA, ARACELI MARÍA GUTIÉRREZ QUINTERO, MARÍA ARACELI ZAFRA GÓMEZ

## INTRODUCCIÓN



El *síndrome de Burnout* o también llamado de desgaste ocupacional, se describe según la OMS como el resultado del estrés crónico en el lugar de trabajo que no se ha manejado con éxito.

Este término se traduce como "estar quemado" (burn = quemarse) y fue introducido por el psicólogo Herbert J. Freudenberger a mediados de los años setenta para dar explicación al proceso de desgaste que sufre el personal en su desempeño laboral.

Según datos del Ministerio de Trabajo, los enfermeros son quienes encabezan el ranking de profesionales afectados por este síndrome, con aproximadamente un 47% de afectados.

El estrés es un sentimiento que cada vez está más presente en nuestra cotidianidad. La gestión de la sanidad durante, y tras la pandemia del COVID-19, ha obligado a los profesionales a sobrecargar la jornada laboral.

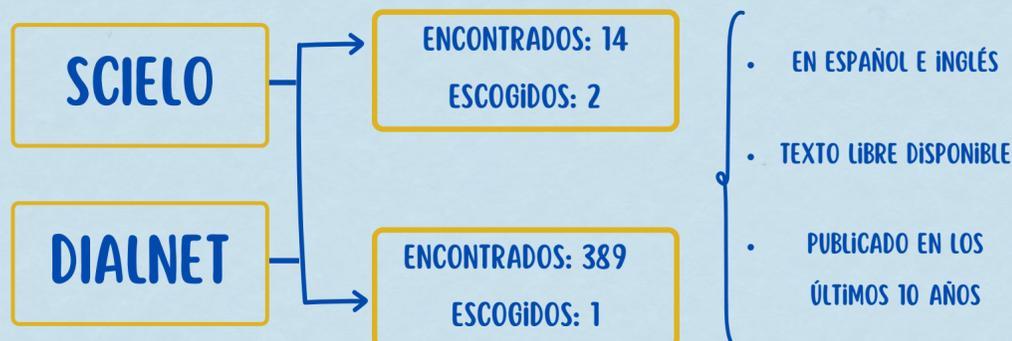
**Palabras clave:** Enfermería, cansancio emocional, estrés, salud mental.

## OBJETIVO

Analizar el síndrome de Burnout en el personal de enfermería.

## MÉTODOLOGÍA

Revisión bibliográfica en las bases de datos :



## RESULTADOS

Hoy en día es reconocido como una enfermedad de desgaste profesional en múltiples ámbitos asistenciales de la sanidad. Su manifestación aparece progresivamente, por lo que debe abordarse precozmente.

Tiene múltiples y graves consecuencias como: ansiedad, depresión, desgaste físico, desinterés, reducción de la calidad de la atención y cuidados, insatisfacción laboral, insomnio, baja satisfacción de los usuarios, inestabilidad emocional, abuso de sustancias y absentismo laboral, entre otros.

Pero no sólo afecta a dichos trabajadores, si no que influye directamente sobre los pacientes y el funcionamiento normal del sistema sanitario.

Es una enfermedad multicausal, pero hay factores que predominan, como: la sobrecarga laboral, la escasa flexibilidad laboral, la precariedad laboral, la complejidad de compaginar el trabajo con una vida social y familiar saludable, la excesiva carga de trabajo, la exposición constante a enfermedades transmisibles y muerte, etc.

La escala fundamental utilizada para identificar el *síndrome de burnout* es el Maslach Burnout Inventory (MBI), que evalúa mediante un cuestionario los tres principales dominios de esta enfermedad.

1. Niveles de agotamiento emocional,
2. Despersonalización
3. Realización personal en el individuo.

## CONCLUSIONES

- Es fundamental emplear los conocimientos que tenemos hoy en día de esta enfermedad para poder detectarlos y abordarlos precozmente.
- La salud mental es tan importante como la física, por lo que debemos aprender a no ignorar los síntomas indicativos de que algo no anda bien, por nosotros, los trabajadores, y por aquellos que se ven afectados cuando no podemos desarrollar nuestro trabajo con normalidad.
- Es vital prestar atención al entorno laboral y garantizar la seguridad y el apoyo necesario a los trabajadores.

## BIBLIOGRAFÍA:

Rendón Montoya, M. S., Peralta Peña, S. L., Hernández Villa, E. A., Hernández Pedroza, R. I., Vargas, M. R., & Favela Ocaño, M. A. (2020). Síndrome de burnout en el personal de enfermería de unidades de cuidado crítico y de hospitalización. *Enfermería Global*, 19(3), 479–506. <https://doi.org/10.6018/eglobal.398221>

Albaladejo, R., Villanueva, R., Ortega, P., Astasio, P., Calle, M. E., & Domínguez, V. (2004). Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de un hospital de Madrid. *Revista Española de Salud Pública*, 78(4), 505–516. <https://doi.org/10.1590/s1135-57272004000400008>

Albaladejo, R., Villanueva, R., Ortega, P., Astasio, P., Calle, M. E., & Domínguez, V. (2004). Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de un hospital de Madrid. *Revista Española de Salud Pública*, 78(4), 505–516. <https://doi.org/10.1590/s1135-57272004000400008>