

Impacto del estrés laboral en matronas: Burnout y sus consecuencias en la atención materno-fetal

González García Rocío

Enfermera especialista en Obstetricia y Ginecología

INTRODUCCIÓN

La labor de las **matronas** genera un estrés laboral único debido a la necesidad de **cuidar** tanto a la madre como al feto, el cual, es agravado por la falta de personal, alta carga de trabajo y falta de apoyo.

Esta situación puede derivar en el **síndrome de Burnout**, caracterizado por agotamiento laboral, depresión, despersonalización, baja realización personal y ansiedad, afectando negativamente a la calidad de atención y la motivación para seguir en la profesión.

A pesar de la abundancia de estudios sobre burnout en profesionales sanitarios, **la investigación específica en matronas es muy limitada.**

OBJETIVOS

- Identificar y analizar los **factores** que contribuyen al alto nivel de burnout en matronas.
- Proponer **estrategias** con el fin de reducir el burnout y mejorar la calidad de vida laboral de las matronas.



METODOLOGÍA

Se realizó una búsqueda en PubMed de artículos publicados entre 2019 y 2024 en inglés, para encontrar literatura actualizada sobre el síndrome de burnout en las matronas. La búsqueda se centró en estudios que abordan las razones por las que las matronas presentan este síndrome y métodos para reducir su prevalencia.

RESULTADOS

La **alta prevalencia** del síndrome de burnout en matronas está asociada a **bajos salarios, falta de reconocimiento profesional, sobrecarga** de trabajo, y problemas ocupacionales como **conflictos laborales** y escasez de **recursos**. Las matronas **jóvenes**, con menos experiencia, tienden a mostrar **niveles más altos** de burnout debido a la falta de apoyo emocional y a la inexperiencia laboral.

Aunque los modelos de trabajo que brindan continuidad y autonomía pueden reducir el burnout, existen dificultades como la alta responsabilidad con la que trabajan las matronas.

Aumentar la **calidad de vida laboral** y proporcionar un **ambiente de trabajo seguro** y saludable son cruciales para gestionar el burnout. La necesidad de mejorar las condiciones laborales, como la remuneración y el reconocimiento, además de brindar apoyo emocional a los profesionales, son estrategias para reducir el burnout y aumentar la satisfacción laboral de las matronas. Es necesario implementar **estrategias de prevención temprana**, incluyendo la **identificación de factores de riesgo** y la **reorganización** de la atención para mejorar la motivación y manejar la carga física y mental.

CONCLUSIONES

- Las matronas enfrentan una **alta prevalencia** de burnout.
- Las **condiciones de trabajo** deficientes, como la falta de autonomía y la remuneración injusta, afectan la satisfacción y el **agotamiento emocional de las matronas**.
- Se recomienda desarrollar **estrategias** para identificar **factores de riesgo** y aplicar métodos de **prevención temprana**.

BIBLIOGRAFIA

Malekzade N, Janighorban M, Dadkhahtehrani T. Correlation between Quality of Work-Life and Job Burnout in Midwives. *Iran J Nurs Midwifery Res.* 14 de abril de 2023;28(2):194-9.

Suleiman-Martos N, Albendín-García L, Gómez-Urquiza JL, Vargas-Román K, Ramírez-Baena L, Ortega-Campos E, et al. Prevalence and Predictors of Burnout in Midwives: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health.* 19 de enero de 2020;17(2):641.

Albendín-García L, Suleiman-Martos N, Cañadas-De la Fuente GA, Ramírez-Baena L, Gómez-Urquiza JL, De la Fuente-Solana EI. Prevalence, Related Factors, and Levels of Burnout Among Midwives: A Systematic Review. *J Midwifery Womens Health.* enero de 2021;66(1):24-44.