



Burnout en profesionales enfermeros de la salud mental.

De Cárdenas Zarco, F., Hierro Preciado, O.

OBJETIVOS

Identificar la existencia del Síndrome de Burnout en el personal de salud mental, las características del síndrome y como prevenirlo.

MÉTODO

Se realizó una búsqueda bibliográfica en bases de datos internacionales (Cuiden, PubMed, CINAHL y Scopus) sobre el burnout en profesionales de la salud mental siguiendo las recomendaciones de la Declaración PRISMA. Se seleccionaron investigaciones publicadas en lengua inglesa y española y publicadas en los últimos diez años. Los términos DeCS Y MeSH fueron: Burnout, psiquiatría, agotamiento emocional, realización personal, despersonalización.

RESULTADOS

El Síndrome de Burnout es habitual en los profesionales de la salud, siendo clave para sufrirlo el contacto continuo con el paciente, encontrándose así diferencias entre los profesionales que pasan más tiempo con los pacientes. También existen diferencias entre si el profesional es mujer u hombre, siendo las mujeres mas fuertes ante la despersonalización pero no al agotamiento emocional.

SÍNTOMAS	TRATAMIENTO
FATIGA CRONICA, PERDIDA DE APETITO	TÉCNICAS DE RELAJACIÓN
AFECTACION DEL SISTEMA INMUNE, DOLOR GASTROINTESTINAL	DEPORTE
CEFALEAS, PALPITACIONES	TERAPIA PSICOLÓGICA
ANSIEDAD, DEPRESION	ESTILO DE VIDA SALUDABLE

CONCLUSIONES

Las consecuencias de sufrir el síndrome de burnout por parte de los profesionales implica consecuencias laborales negativas sobre la calidad del servicio, la propensión al abandono de la institución, la satisfacción laboral y la tendencia al ausentismo. De manera que debemos buscar la forma para prevenir este síndrome, dando mayor apoyo social en el trabajo, ya sea de compañeros o de superiores, disminuyendo el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal en el trabajo.

REFERENCIAS

1. Avendaño, C., Bustos, P., Espinoza, P., García, F., & Pierart, T. (2009). Burnout y apoyo social en personal del servicio de psiquiatría de un hospital público. *Ciencia y enfermería*, 15(2), 55-68.
2. Machado, I. B., Ramos, R. E., García, M. L. L., Lara, M. G. D. R. G., & Vázquez, J. T. L. (2011). Síndrome de Burnout en el personal de Enfermería de una Unidad de Psiquiatría. *Revista de Enfermería Neurológica*, 10(2), 81-85.
3. GARCÍA, J. M. G., & REMUZGO, S. H. (2008). Variables sociodemográficas y síndrome de burnout en una muestra multiocupacional del Hospital Psiquiátrico Penitenciario de Sevilla. *Apuntes de Psicología*, 26(3), 459-477.