

Desgaste profesional. Un problema no resuelto

Burnout. An unresolved problem

Esgotamento profissional: um problema ainda não resolvido

“El éxito es sobre todo un trabajo de constancia, de método y de organización”
Victor Hugo (1802-1885)

El síndrome de desgaste profesional, agotamiento profesional o *burnout*⁽¹⁾ es considerado una respuesta al estrés laboral que surge cuando fallan las estrategias que todos ponemos en juego frente a factores estresantes en nuestro trabajo que son mantenidos en el tiempo.

Se caracteriza por tres elementos: cansancio emocional (percibimos que no podemos dar más de nosotros mismos a nivel afectivo), despersonalización (desarrollamos actitudes y sentimientos negativos hacia las personas destinatarias de nuestro trabajo) y baja realización personal (en el trabajo)⁽²⁾.

No es exclusivo de quienes trabajamos en salud, lo puede padecer cualquier individuo que tiene una labor o profesión en la que atiende personas, afectándose la relación con ellas. Nos preocupan nuestros colegas, el personal de salud con el que trabajamos, los estudiantes a quienes formamos. Este síndrome compromete nuestra calidad de vida, de trabajo y la asistencia que brindamos.

El reclamo de la sociedad hacia la calidad y efectividad de lo que elegimos hacer es una constante, la posibilidad de una amenaza, de un hecho de violencia verbal o física o de una demanda legal están siempre latentes y nuestros mecanismos de adaptación se debilitan con el tiempo, ahí es cuando se hacen ostensibles los signos y síntomas a nivel físico, psicológico o social que lo caracterizan⁽³⁾.

El tema nos preocupa y por ello decidimos abordarlo en este editorial y ponerlo una vez más sobre la mesa como lo han hecho otros colegas, intentado conocer su prevalencia y destacando la importancia de estrategias que nos permitan diagnosticarlo oportunamente, prevenirlo y por qué no, aunque parezca utópico, erradicarlo^(1,4-7).

En el contexto en que trabajamos los pediatras, en cualquier nivel en que lo hagamos, estamos sometidos a situaciones de estrés que pueden afectarnos en mayor o menor grado, llevarnos al síndrome de desgaste profesional si se prolonga en el tiempo.

Hay dos formas de estrés laboral crónico: una es el síndrome que estamos abordando, en el que tiene mucho que ver la dinámica de nuestros lugares de trabajo, la organización, la presión asistencial y la responsabilidad, a lo que se agrega la falta de autonomía y decisión del médico. La otra es el síndrome de acoso laboral o *mobbing* que tiene su origen en las relaciones laborales interpersonales y es una forma sutil, difícilmente demostrable de violencia.

Repercute en la calidad de vida de quienes lo padecen en todos los aspectos, disminuye su rendimiento laboral, aumenta el ausentismo, la posibilidad de consumo de sustancias tóxicas, altera las relaciones interpersonales y pone en riesgo la seguridad del paciente.

Debemos saber que este problema existe, quienes lo padecen durante mucho tiempo lo sufren en silencio, no es fácil establecer su verdadera prevalencia, se desarrolla gradualmente como consecuencia de discrepancias entre las expectativas y las demandas a las que estamos sometidos. Todos podemos ser víctimas de esta situación, debemos reconocerla y saber cuándo pedir ayuda.

La única forma de prevenirlo es creando ambientes de buen clima en el trabajo, de aprendizaje, en el que veamos una oportunidad de crecimiento y desarrollo, en los que no se menoscabe nuestra autoestima, fortaleciendo nuestra formación médica continua, adquiriendo las destrezas para manejarnos adecuadamente y aprendiendo a manejar los factores estresantes en la relación con los niños, niñas, adolescentes y sus familias. En suma, de respeto por la persona.

Conscientes de la importancia de este problema y trabajando desde la interdisciplina pretendemos desde esta Comisión Directiva contribuir a realizar un diagnóstico de situación en la pediatría nacional que nos permita conocer la real prevalencia y trabajar en estrategias de abordaje.

Dra. Alicia Fernández
Presidente de la SUP

Referencias bibliográficas

1. **Pistelli Y, Perochena J, Moscoloni N, Tarres M.** Síndrome de desgaste profesional en médico pediatras. Análisis bivariado y multivariado. Arch Argent Pediatr 2011; 109(2):129-34.
2. **Medina ML, Medina MG, Gauna N, Molfino L, Merino L.** Prevalencia del síndrome de burnout en residentes de Pediatría de un hospital. Inv Ed Med 2017; 6(23):160-8.
3. **Maslach C, Schaufeli W, Leiter M.** Job burnout. Ann Rev Psychol 2001; 52:397-422.
4. **Turnes A.** El burnout o síndrome de desgaste profesional entre los médicos uruguayos. Cuad CES 2009; 5:145-69. Disponible en: www.smu.org.uy/elsmu/organismos/ces/cuadernos/cuadernos5/art17.pdf. [Consulta: 4 marzo 2018].
5. **Matrai L.** Estrés y burnout, aproximación a un diagnóstico de situación en un sistema de emergencia móvil. Arch Pediatr Urug 2001; 72(Supl 1):S14-9.
6. **Bustos R.** Comentario sobre: Síndrome de desgaste profesional (burnout) en médicos de unidades de cuidados intensivos pediátricos en Argentina. Arch Pediatr Urug 2013 84(3):221-2.
7. **Morin V.** Desgaste profesional en médicos pediatras. Biomedicina 2014; 9(1):6-15.