



Análisis del burnout en los residentes de enfermería y medicina de familia y comunitaria del área de Vigo

Marina Feijoo Barbeito, EIR Familiar y Comunitaria - CS Taboada Leal

Unidad  Docente
A74C  deVigo

The background of the slide features a warm-toned photograph of an open book with handwritten notes on its pages. In the foreground, a spiral-bound notebook is open, showing a page with mathematical calculations and a pen resting on it. The overall aesthetic is academic and professional.

**La autora declara
no tener conflictos de interés**

Índice

- Definición y contexto
- Justificación del estudio
- Metodología
- Resultados
- Verbatines
- Discusión y conclusiones
- Bibliografía



Implicaciones

- Personales: abuso de sustancias, comportamientos disruptivos, falta de energía, disminución bienestar.
- Psicosociales: sentimientos inutilidad, impaciencia, problemas familiares, depresión, ideas suicidas.
- Laborales: baja satisfacción laboral, ausentismo, bajo rendimiento, jubilación anticipada.

Burnout laboral

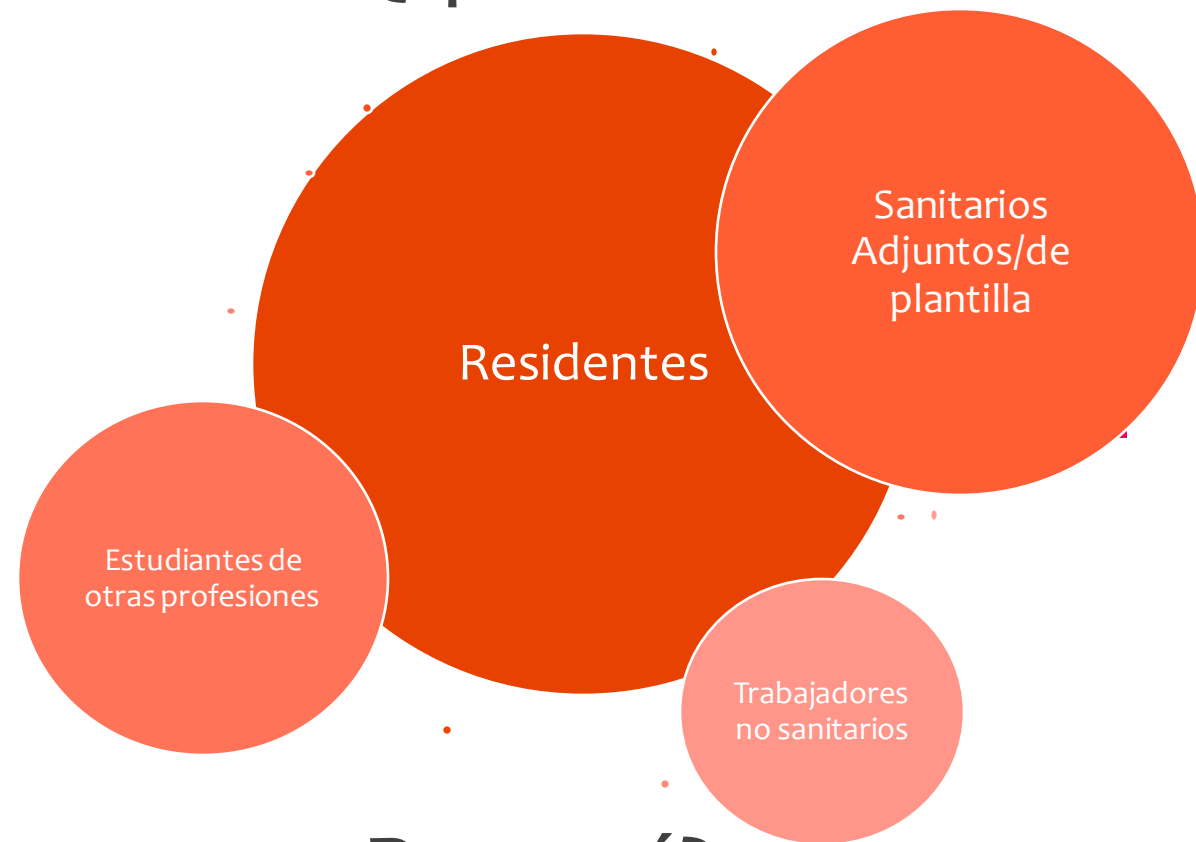
Agotamiento ocupacional; que constituye un síndrome psicológico crónico por la exposición a estrés emocional e interpersonal en el trabajo o entorno laboral; con consecuencias adversas graves



Marco actual

- Responsabilidad sobre la salud y la vida
- Dedicación a la vida laboral en detrimento de la propia vida personal
- Época de cambios y responsabilidades

Niveles de burnout ¿quién?



¿Por qué?

El 60% de las enfermeras dejarían el trabajo por el estrés laboral que sufren

Ocho de cada diez profesionales confiesa que sufre síntomas de ansiedad y 'burn out' o síndrome del trabajador agotado

Las altas tasas de 'burnout' entre los profesionales sanitarios sugieren que el sistema de trabajo es su principal factor causal

Una jornada de estudiantes en Valencia pone el foco en el *burnout* que sufren las enfermeras desde la pandemia

Publicado por: Diario Enfermero on: octubre 06, 2023 En: Sanidad [Imprimir](#) [Correo Electrónico](#)

MC denuncia las alarmantes cifras de 'burnout' médico y reclama soluciones con motivo del Día Internacional de la Seguridad y la Salud en el Trabajo

© Viernes, 26 Abril, 2024 [Estatuarios y funcionarios](#) [Laborales](#) [MIR](#)

Sueño y burnout: los médicos residentes duermen mal, lo que aumenta los errores y deteriora su calidad de vida

El agotamiento puede reducir el rendimiento y la atención, interferir en la toma de decisiones y elevar el número de accidentes. Cuáles son las estrategias para un mejor descanso y bienestar en las personas que cuidan de nuestra salud

Por Dr. Daniel Pérez Chada

Publicado: 10 Dic, 2023 04:01 a.m. | Actualizado: 10 Dic, 2023 03:15 p.m. ESP

[Compartir](#)



PROFESIÓN

Uno de cada cuatro médicos en España sufre síndrome de 'burnout'

Un estudio del ISCIII alerta que el desgaste profesional puede afectar a la calidad de la atención sanitaria

Por [Gaceta Médica](#) - 23 abril 2024

80% de médicos residentes sufre de agotamiento emocional

[elEconomista.es](#)

14:09 - 26/04/2024

El Sindicato de Enfermería (SATSE) revela que el **80% de las enfermeras experimenta 'burnout'** (síndrome del profesional quemado) debido a las difíciles condiciones laborales, algo que "se suma a los resultados en salud de otros riesgos psicosociales que sufren y que justifican la **necesidad de que puedan optar a la jubilación de manera anticipada y voluntaria**". SATSE destaca la necesidad de permitir la jubilación anticipada y voluntaria para estas profesionales, dada la carga emocional y física a la que se enfrentan diariamente.

El 40% de los sanitarios de Atención Primaria sufre 'síndrome de burnout': "No quería enfrentarme a la consulta"

[Redacción digital Informativos Telecinco](#)
24/02/2023 • 17:42h.

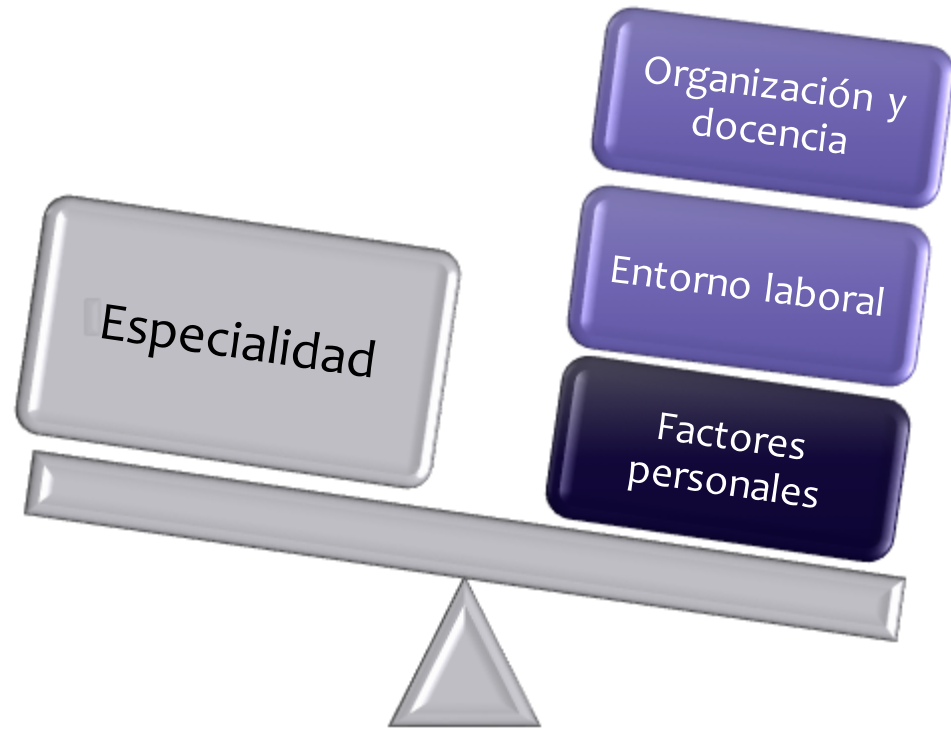
Dos de cada cinco profesionales sanitarios sufren burnout

Esta realidad se ha puesto de manifiesto en la última Jornada de Trastornos Afectivos, organizada por Lundbeck

El 80% de las enfermeras murcianas sufren estrés y el 60% se sienten 'quemadas' en el año Covid

La macroencuesta evidencia de forma clara que la falta de protección, medios y profesionales en el Servicio Murciano de Salud para hacer frente a la pandemia del Covid-19 ha perjudicado al conjunto de las enfermeras y enfermeros de la Región de Murcia, según SATSE

¿Qué residentes?



Pero, qué implica

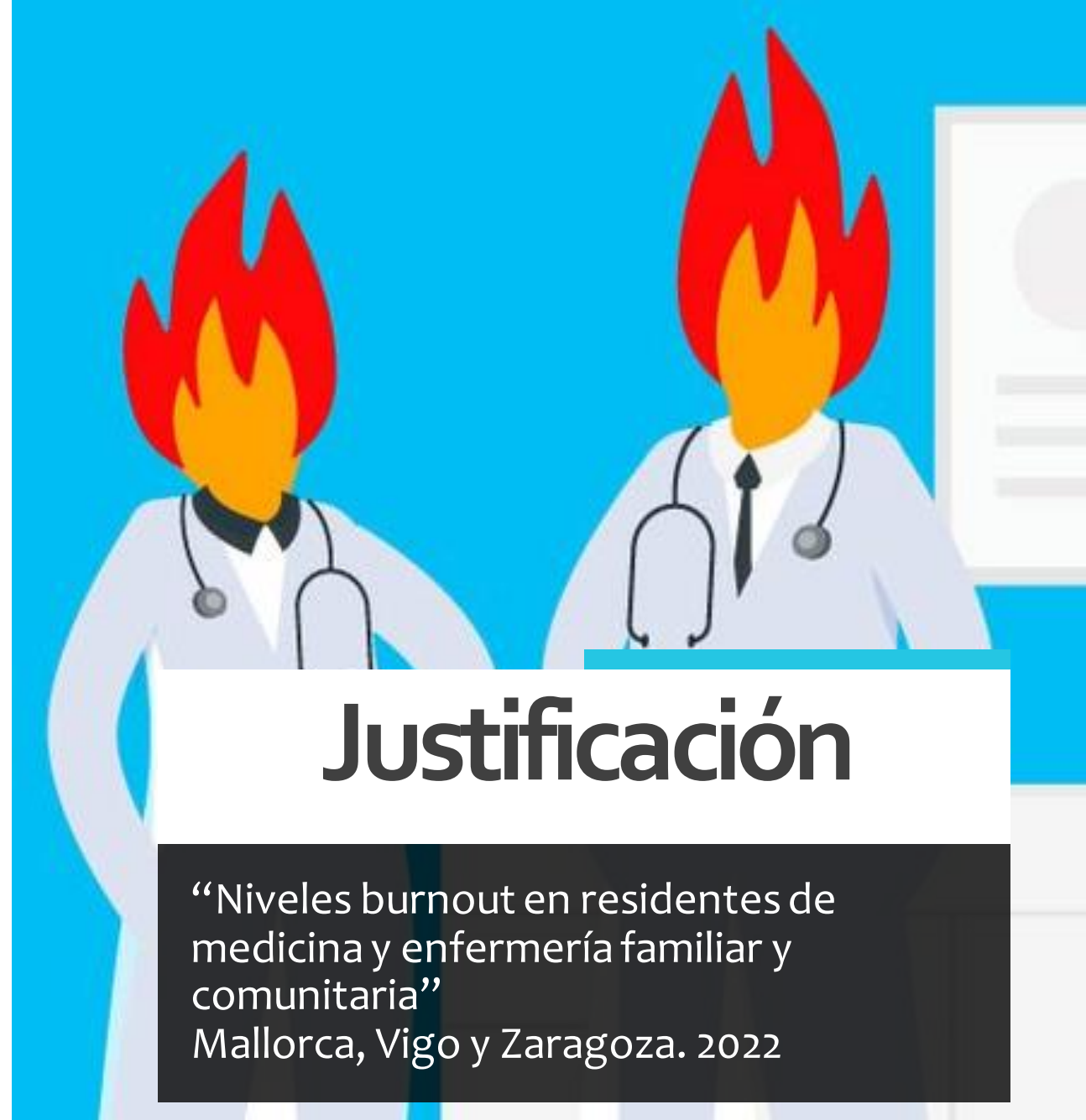


Marco actual

- Disminución bienestar y salud personal
- Menor calidad en la atención prestada
- Influye en las elecciones profesionales
- Reduce el interés y tiempo dedicado

Copenhagen Burnout Inventory	Estudio sobre médicos España 2021	Residentes estudio 2022
Burnout personal	40,9	45,74
Burnout de trabajo	45,76	48,09
Burnout trabajo con pacientes	30,21	38,9

¿por qué este estudio?



Justificación

“Niveles burnout en residentes de medicina y enfermería familiar y comunitaria”
Mallorca, Vigo y Zaragoza. 2022

Metodología

Estudio cualitativo y participativo en Grupos Focales

- Participantes - > residentes 2023 AFEC Vigo
- Reclutamiento -> por e-mail; en bola de nieve
- Desarrollo -> entrevista semiestructurada, 60 – 90 min
- Moderador -> psicólogo externo; grabación audios
- Análisis temático y triangulación por equipo investigador

Residencia

- MIR 4 (26.7 %)
- EIR 11 (73.3 %)

Sexo

- Mujeres 14 (93.3 %)
- Hombres 1 (6.67 %)

Edad

- Edad media 31.27

Resultados

Estudio cualitativo y participativo en Grupos Focales

- Se llevó a cabo según el protocolo de investigación
- Equipo investigador: 2 enfermeras FyC y 2 psicólogos
- Participantes: 15 residentes área multiprofesional de familiar y comunitaria de Vigo

Resultados

Categorías

- Características individuales
- Red de apoyo social
- Ambiente laboral y de formación

Subcategorías

- Estrés laboral y ansiedad
- Salario
- Reconocimiento y valoración profesional
- Apoyos
- Comunicación
- Cohesión y relaciones grupales
- Condiciones laborales
- Organización
- Oportunidades y formación

Códigos

- No desconectar
- Experiencias
- Falta de tiempo
- Pérdidas adquisitivas
- Infravaloración
- Falta de comunicación
- Falta de apoyo
- Mala organización
- Formación desigual
- Autogestión
- Apoyo socio-familiar

FACTORES DE RIESGO

CARACTERÍSTICAS INDIVIDUALES

- Estrés laboral y ansiedad
- Salario
- Falta de reconocimiento
- Infravaloración

RED APOYO SOCIAL

- Falta de apoyo
- Problemas de comunicación
- Falta de cohesión y relaciones grupales negativas

AMBIENTE LABORAL Y FORMACIÓN

- Condiciones laborales
- Mala organización
- Falta de oportunidades y formación insatisfactoria

FACTORES DE PROTECCIÓN

CARACTERÍSTICAS INDIVIDUALES

- Estrategias reducción del estrés y ansiedad
- Salario
- Reconocimiento

RED APOYO SOCIAL

- Apoyo
- Comunicación efectiva
- Cohesión y relaciones grupales positivas

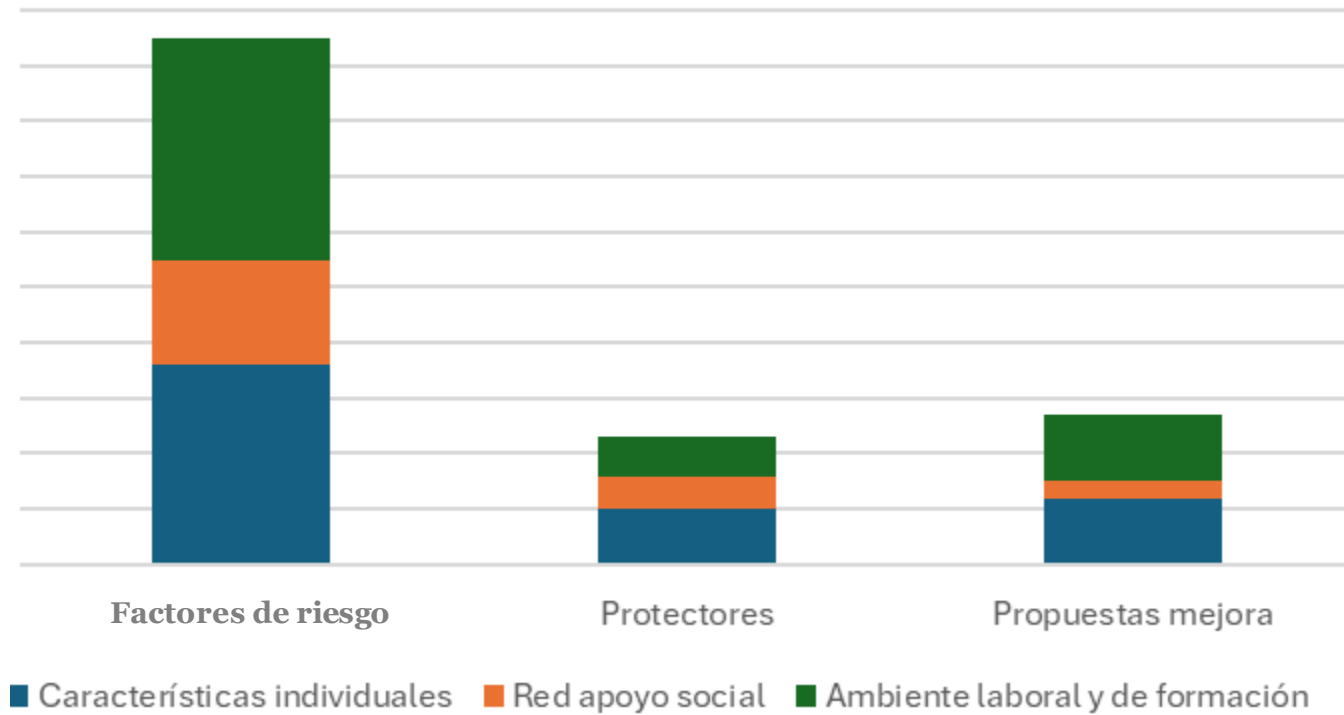
AMBIENTE LABORAL Y FORMACIÓN

- Condiciones laborales
- Organización
- Oportunidades y formación satisfactoria

Burnout Residentes

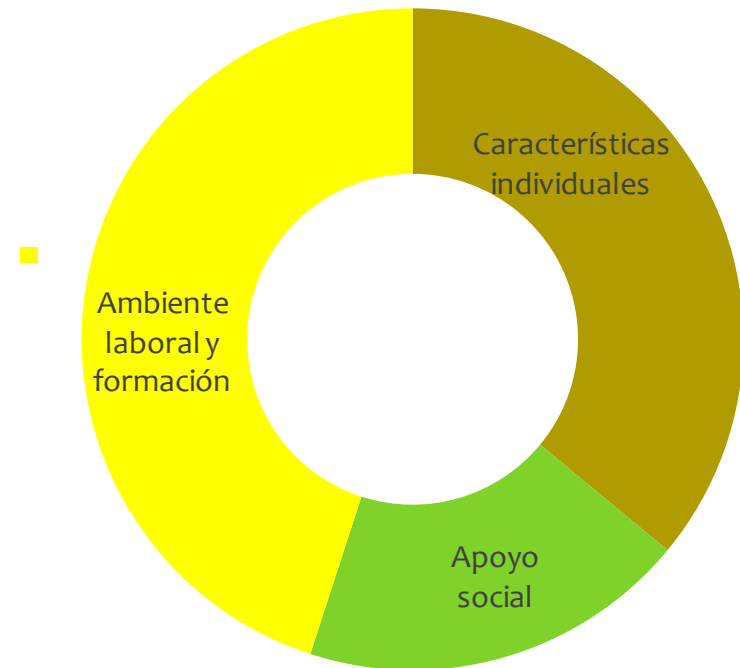
Resultados

Volumen de datos según factores y categorías



Factores de riesgo

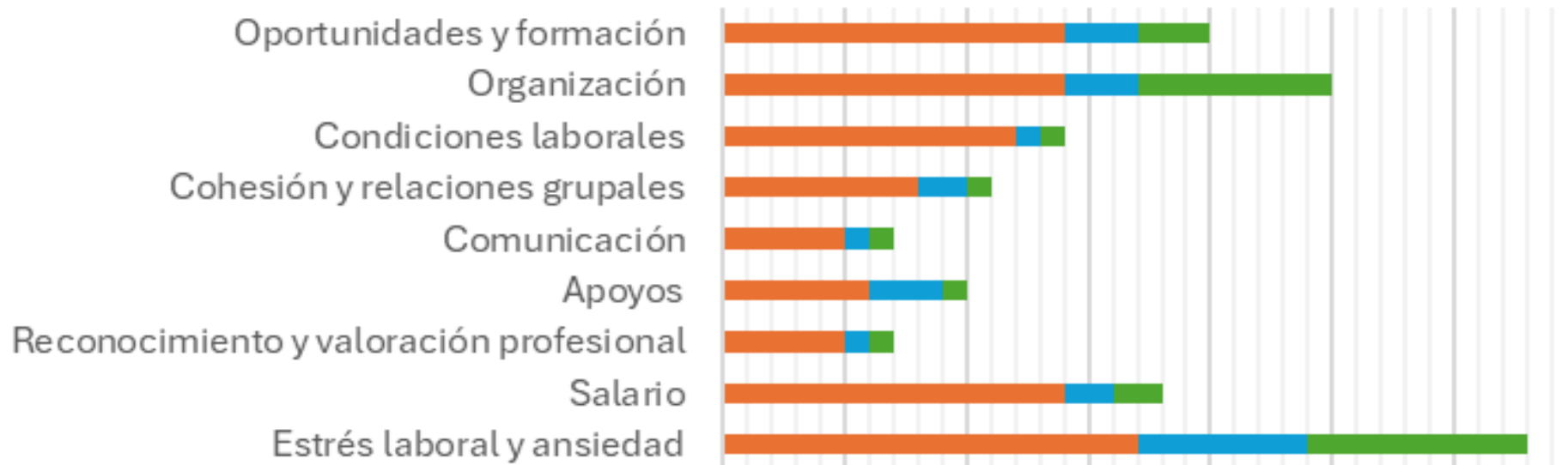
Distribución volumen de datos por categorías



Resultados

Volumen de datos por subcategorías

■ Factores de riesgo ■ Protectores ■ Propuestas mejora



Verbatines - estrés laboral y ansiedad

"Muchísima ansiedad, sobre todo al principio de la residencia"

"No desconectas realmente, porque estás todo el día pensando en la residencia, más en la residencia, en trabajos ..."

"... no soy capaz de gestionarlo. Yo veo el final de la residencia, me encuentro cansada, que quiero terminar"

"Aprender a delegar [...] yo aprendí a hacer eso, luego mucho deporte y tener siempre una válvula de escape"

"Los viernes ya me ponía, pues vale, a partir de aquí hasta el domingo no quiero saber nada de la residencia y me lo proponía así"

"... hay que saber cuándo tienes que hacer las cosas bien y cuándo estás ante gente que te valora. Si no, no tienes necesidad de hacer las cosas bien y no te van ni a mirar [...] no pierdas tu tiempo"

Verbatines - organización

"No tener una organización desde el principio para poder planificarte [...] íbamos de un día para otro como añadiendo cosas y al final se juntaba todo"

"... el estrés que para mí suponía era estar todo el día con la residencia, por la mañana trabajando, por la tarde cursos, tareas o sea, demasiadas horas de trabajo"

"La carga no está bien repartida equitativamente en cursos. Hay muchos meses que tenemos 3 cursos a la vez, otros que no tenemos nada..."

"Se nos ha encontrado más de una rotación que hemos llegado y nadie sabía de nuestra existencia."

"Lo del curso de soporte se pidió por la mañana, en vez de por la tarde, lo hicieron o se van haciendo caso, aunque sea con retraso, y eso si que son mejoras"

"Con la gestión de las rotaciones y eso que si que ya las tenemos mucho antes que el año pasado"

"A mí me mejoró la vida, porque claro, de venir de estar haciendo rotaciones, noches... de repente tienes un horario más estable [...] en ese sentido mejoró"

Verbatines – oportunidades y formación

"La diversidad en cuanto a formación que hay dependiendo del centro de salud en el que estés... Y a mí, eso sí que me generaba, no sé si estrés o cabreo..."

"Para sacar un MIR o un EIR piden mucho. Piden la excelencia, pero a mí no me la han dado. Yo tuve un pseudo duelo durante unos meses. Expectativas que se rompieron"

(Cursos) "Negativos, por el sentido de que fue totalmente un hábito constante, una pérdida de tiempo estrepitosa y que, claro, que lo que buscaba era esa realización personal o buscabas una mejor formación y daba la sensación de que no era importante"

"Para mí muy positivo fue la rotación externa. Sin duda, esa experiencia fue increíble"

"Para mí lo mejor la tutora. Es especialista y hacía mucha actividad comunitaria, que para mí era uno de los objetivos clave"

"Aprendes cosas, ves que curas a gente, que hay gente satisfecha, no sé el refuerzo positivo de los pacientes es lo más positivo"

Verbatines - salario

"Las guardias son un plus económico muy bueno"

"En nuestro caso es distinto porque yo, claro, no había trabajado nunca. [...], entonces es como empezar a cobrar, o sea, pasar de nada a cobrar"

"Yo un día eché cálculos y en los 2 años perdemos 25.000€"

"Yo gano más en las guardias que mi sueldo base. Y eso al final, es que claro, te obliga a hacer guardias que es donde más te explotan"

"También a nivel económico, al final es algo que te genera estrés, porque yo venía de estar trabajando cobrando un sueldo y ahora durante la residencia casi la mitad y bueno... tienes que aprender otra vez a gestionarte con eso"

Verbatines – apoyos

"... esos momentos de cansancio, de estrés. Para mí fue fundamental tener cerca a mi familia y amigos"

"El apoyo de hablar con nuestras compañeras, de que todos estamos en el mismo punto. En plan... no me pasa solo a mí"

"... porque tengo a mi pareja que estamos los dos ahí, pero si fuera madre soltera, imposible"

"Tener un referente ahí a quién poder dirigirte. Es mejor, sí, de que hay más preocupación por nosotros"

Discusión y conclusiones

Comparación

- Los resultados obtenidos concuerdan con los resultados obtenidos en otros estudios cualitativos sobre el burnout en residentes, tanto nacionales como internacionales.

Fortalezas

- La oportunidad que ofrece el grupo focal de tener el máximo acercamiento a los residentes y sus puntos de vista, permitiendo la libre expresión de todo el colectivo.

Limitaciones

- Menor participación del colectivo MIR, que puede conllevar cierto sesgo en la opinión de dicho colectivo.

Impacto

- Mejora del bienestar de los profesionales -> mejora de la salud; menor absentismo y abandono laboral; mejora de la calidad asistencial

Discusión y conclusiones

- ✓ La mayoría de los participantes comentaron tener algún grado de estrés relacionado con la residencia.
- ✓ Más del 75% de los datos obtenidos, tienen que ver con los factores favorecedores del burnout.
- ✓ La categoría con mayor cantidad de datos es la relacionada con el ambiente laboral y de formación.
- ✓ Como subcategorías destacan el estrés laboral y la ansiedad; así como la organización.
- ✓ Los apoyos tienen una relación directa con la protección del burnout.
- ✓ Las propuestas de mejora surgen especialmente en aquellas categorías y subcategorías con mayor impacto negativo sobre el burnout.

Los residentes se sienten quemados con la organización durante su etapa de formación, pero ven como positivo todo el aprendizaje, relaciones y experiencias vividas durante sus años de residencia.

BIBLIOGRAFÍA

- Deutsch AJ, Sangha H, Spadaro A, Goldenring J, Mamtani M, Scott KR, et al. Defining well-being: A case-study among emergency medicine residents at an academic center: A qualitative study. *AEM Education and Training*. 2021 Oct 1;5(4).
- Lu DW, Germann CA, Nelson SW, Jauregui J, Strout TD. “Pulling the Parachute”: A Qualitative Study of Burnout’s Influence on Emergency Medicine Resident Career Choices. *AEM Education and Training*. 2021 Jul 1;5(3).
- Odom A, Romain A, Phillips J. Using Photovoice to Explore Family Medicine Residents’ Burnout Experiences and Resiliency Strategies. *Family Medicine*. 2022 Apr 1;54(4):277–84.
- Alahmari MA, al Moaleem MM, Hamdi BA, Hamzi MA, Aljadaani AT, Khormi FA, et al. Prevalence of Burnout in Healthcare Specialties: A Systematic Review Using Copenhagen and Maslach Burnout Inventories. *Medical Science Monitor*. 2022 Dec 20;28.
- Ironside K, Becker D, Chen I, Daniyan A, Kian A, Saheba N, et al. Resident and Faculty Perspectives on Prevention of Resident Burnout: A Focus Group Study. *Permanente Journal*. 2019;23(3).

AGRADECIMIENTOS

**Tener
profesionales
competentes
a tu lado es
uno de los
mayores
pilares para
llegar lejos
con éxito.**

 PENSADOR



Este trabajo no hubiera sido posible
sin su ayuda y dedicación

Macarena Chacón Docampo

David Liñares Mariñas

Sara Rodríguez Pastoriza



Gracias

Marina Feijoo Barbeito



EIR Familiar y Comunitaria



Marina.Feijoo.Barbeito@sergas.es

