



Los efectos del síndrome de burnout implicados en la enfermedad mental en el personal  
profesional de la salud en Colombia

Ximena Jaramillo García

Mariana Palacio Atehortúa

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

mayo de 2023

Los efectos del síndrome de burnout implicados en la enfermedad mental en el personal  
profesional de la salud en Colombia

Ximena Jaramillo García

Mariana Palacio Atehortúa

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor(a)

Laura Paloma Cano Moncada

Docente en psicología

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

mayo de 2023

### **Dedicatoria**

Dedico este trabajo de grado a la facultad de Ciencias Humanas y Sociales y el programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, a los maestros y compañeros que brindaron su asesoría y acompañamiento en el proceso formativo y a las personas que apoyaron mi potencial profesional en el desarrollo de esta investigación y el cumplimiento de los objetivos propuestos.

### **Agradecimientos**

Los mayores agradecimientos a la Corporación Universitaria Minuto de Dios por el conocimiento y el apoyo brindado a través del proceso formativo, a los maestros y compañeros los cuales acompañaron el desarrollo del presente estudio de manera académica y moral, facilitando las condiciones para llevarla a cabo.

## Contenido

Lista de figuras .....	7
Lista de anexos.....	8
Resumen .....	9
Abstract.....	10
Introducción.....	11
CAPÍTULO I .....	15
1 Planteamiento del problema .....	15
1.1 Pregunta de investigación.....	20
1.2 Justificación.....	20
1.3 Objetivos .....	22
1.3.1 Objetivo General .....	22
1.3.2 Objetivos específicos .....	23
1.4 Antecedentes .....	23
CAPÍTULO II .....	29
2 Marco teórico.....	29
2.1 Apartado A: Definiciones del Síndrome de burnout.....	29
2.2 Apartado B: Definiciones de Salud mental .....	30
2.3 Apartado C: Población colombiana.....	31
2.4 Apartado D: Síndrome de burnout en las organizaciones .....	31
2.5 Enfoque teórico de la revisión documental: Psicología de la salud.....	32
CAPÍTULO III .....	36
3 Metodología.....	36
3.1 Enfoque .....	36
3.2 Alcance de la investigación .....	36
3.3 Tipo de investigación. ....	37
3.4 Sistematización. ....	38
3.5 Población.....	38
3.6 Muestra.....	39
3.6.1 Criterios de inclusión.....	39

3.6.2	Criterios de exclusión.....	39
3.7	Procedimiento.....	40
3.8	Consideraciones éticas.....	41
CAPÍTULO IV.....		43
4	Resultados.....	43
4.1	Síntomas del Burnout en el personal profesional de la salud en Colombia .....	44
4.2	Factores de riesgo en la salud mental de los profesionales de la salud en Colombia .....	48
4.3	Características psicológicas del personal de la salud en Colombia que presenta síndrome de Burnout – Responde al tercer objetivo.....	52
5	Discusión. ....	56
6	Conclusiones .....	58
Referencias.....		60
Anexos.....		65

**Lista de figuras**

<i>ILUSTRACIÓN 1: FRAGMENTO DE MATRIZ DE ANTECEDENTES</i> .....	40
<i>ILUSTRACIÓN 2: MATRIZ DE REVISIÓN DOCUMENTAL</i> .....	43

**Lista de anexos**

*ANEXO 1: MATRIZ DE REVISIÓN DOCUMENTAL* ..... 65



## Resumen

*Palabras clave: Síndrome de Burnout, Profesionales de la Salud en Colombia, Salud mental.*

El presente trabajo de grado tiene como objetivo describir los efectos del síndrome de Burnout en la salud mental de los profesionales de la salud en Colombia, documentados en textos publicados durante los últimos 10 años. La metodología utilizada en este trabajo es una revisión documental con un enfoque cualitativo y un alcance descriptivo. La población y muestra utilizada son artículos científicos de 10 años o menos de vigencia de Colombia o Latinoamérica.

Los resultados obtenidos indican que el síndrome de Burnout en la población de profesionales de la salud en Colombia puede generar problemas de salud mental, como ansiedad y depresión. Además, los profesionales de la salud que presentan niveles de Burnout considerables tienden a mostrar comportamientos de frialdad y desconexión con los pacientes y los síntomas más comunes en estas personas son la despersonalización y el agotamiento emocional. Estos resultados obtenidos podrán ser utilizados para diseñar estrategias preventivas y de tratamiento adaptadas a las necesidades específicas de esta población, contribuyendo así a mejorar su calidad de vida y reducir los riesgos asociados al Burnout.

## Abstract

*Keywords: Burnout Syndrome, Healthcare Professionals in Colombia, Mental Health.*

The objective of this thesis is to describe the effects of Burnout syndrome on the mental health of healthcare professionals in Colombia, as documented in texts published in the last 10 years. The methodology used in this study is a documentary review with a qualitative approach and a descriptive scope. The population and sample used are scientific articles of 10 years or less from Colombia or Latin America.

The results indicate that Burnout syndrome in the population of healthcare professionals in Colombia can generate mental health problems, such as anxiety and depression. Additionally, professionals who present considerable levels of Burnout tend to show behaviors of coldness and disconnection with patients, and the most common symptoms in these individuals are depersonalization and emotional exhaustion. The obtained results can be used to design preventive and treatment strategies adapted to the specific needs of this population, contributing to improving their quality of life and reducing the risks associated with Burnout.

## Introducción

Cuando se hace parte de un ámbito laboral, se está sujeto a una secuencia de riesgos que no solamente pueden ser accidentes o lesiones físicas sino también y aunque no sean tan evidentes, afectaciones mentales.

La contingencia ocasionada por la aparición del COVID\_19, dio lugar a que fuera más evidente la existencia y aparición de enfermedades y síndromes mentales como consecuencia de diferentes situaciones, como el aislamiento, la preocupación constante por el riesgo físico y social, pérdida de seres queridos, entre otras condiciones que afectan la calidad de vida humana.

Esta revisión documental estará enfocada especialmente en uno de los síndromes que se deriva de la fatiga laboral: el síndrome de Burnout. Se refiere a la cronificación del estrés laboral. Este se manifiesta a través de un estado de agotamiento físico y mental que se prolonga en el tiempo y llega a alterar la personalidad y autoestima del trabajador. En el año 2000 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró al síndrome de Burnout como un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida de quién lo padece, en un porcentaje que oscila entre el 20% y el 70% de personas que lo padecen en el mundo. (Saborío Morales & Hidalgo Murillo, 2015)

Actualmente, se reconoce al síndrome como un desgaste laboral, como “resultado del estrés crónico en el lugar de trabajo que no se ha manejado con éxito”. Así mismo la OMS indico en el CIE 10-Z73 al Síndrome de Burnout como “complicaciones relacionadas con la dificultad en el control de la vida”.

Dado lo anterior, este síndrome representa un asunto de interés en el ámbito organizacional y en la salud pública, lo cual resalta la importancia de pensarse este padecimiento a nivel mundial, representando un riesgo para quien lo padece, el cual se produce como respuesta a presiones extensas que una persona sufre ante factores estresantes emocionales e interpersonales relacionados con el

trabajo. Además este síndrome, presenta una serie de síntomas asociados a la condición, que pueden ser vistos desde el área de la psicología ya que tiene consecuencias no solo en el rendimiento laboral sino también en el estado físico, emocional y social, caracterizándose por tres dimensiones: sentimientos de falta de energía o agotamiento, aumento de la distancia mental con respecto al trabajo, o sentimientos negativos o cínicos con respecto al trabajo, y una sensación de ineficacia y falta de realización personal, según lo describe también la OMS. (Martínez Pérez:, 2011)

Teniendo en cuenta que el fenómeno de aparición de este síndrome está registrado a nivel mundial, se decidió encaminar la investigación a la población laboral activa en Colombia específicamente en la personal salud.

Colombia es un país que se distingue por su gran desarrollo industrial y de servicios, lo cual fortalece aún más la posible manifestación del Síndrome de Burnout como consecuencia de la inmensa carga laboral que tienen los empleados, en especial el personal del área de la salud.

El mundo enfrenta una crisis sanitaria que ha cambiado la forma en que las personas trabajan y se relacionan en sus ámbitos laborales. El aislamiento, la incertidumbre y la preocupación constante por el riesgo físico y social han generado un ambiente laboral más estresante de lo normal. En este contexto, es importante considerar que no solamente existe el riesgo de lesiones físicas en el ámbito laboral, sino también afectaciones mentales que pueden impactar en la calidad de vida del trabajador.

El síndrome de Burnout es uno de los trastornos mentales relacionados con el ámbito laboral más estudiados en los últimos años. Este síndrome se refiere a la cronificación del estrés laboral, lo que se manifiesta a través de un estado de agotamiento físico y mental que se prolonga en el tiempo y llega a alterar la personalidad y autoestima del trabajador. En Colombia, un país que se caracteriza por su gran desarrollo industrial y de servicios, el riesgo de padecer este síndrome es alto debido a la inmensa carga laboral que tienen los trabajadores.

Es importante resaltar que el síndrome de Burnout no es una enfermedad en sí misma, sino que se trata de un desgaste ocupacional que puede ser producido por factores estresantes emocionales e interpersonales relacionados con el trabajo. En este sentido, se considera un problema de salud pública y laboral, ya que puede afectar la calidad de vida y la salud mental del trabajador, llegando inclusive a poner en riesgo su vida.

Los signos o síntomas del síndrome de Burnout pueden ser evaluados desde la psicología, y se caracterizan por tres dimensiones: sentimientos de falta de motivación o agotamiento, aumento de la dispersión mental con respecto al lo laboral o sentimientos negativos o de culpabilidad con respecto al trabajo, y una sensación de inutilidad y falta de realización personal. Estos síntomas pueden ser evaluados a través de diferentes pruebas psicológicas, como la escala de desgaste ocupacional (EDO) desarrollada por Uribe en 2014.

A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró al síndrome de Burnout como un factor de riesgo laboral en el año 2000. Además, la OMS lo incluyó en el CIE 10-Z73 como “problemas relacionados con la dificultad en el control de la vida”. Esto resalta la importancia de pensar en este padecimiento a nivel mundial, ya que representa un riesgo para quien lo padece y puede tener repercusiones negativas en su desempeño laboral, físico, emocional y social.

En Colombia, el peligro de padecer el síndrome de Burnout es alto debido a la carga laboral a la que están expuestos los trabajadores. El país se caracteriza por su gran desarrollo industrial y de servicios, lo que aumenta la posibilidad de que los trabajadores desarrollen este síndrome. Por esta razón, es importante que se realicen estudios e investigaciones que permitan conocer la incidencia del síndrome en la población laboral activa y que se implementen políticas y estrategias que permitan prevenir y tratar este problema.

Por lo anterior surgió el interés de hacer la presente investigación, a través de una revisión documental en la que se realizará una lectura de cada una de las descripciones que plantean algunos

autores acerca del Síndrome de Burnout, y su relación con la salud mental y como afecta a la población colombiana.

Por lo tanto, esta investigación tiene como propósito una revisión documental de 50 artículos científicos que fueron seleccionados mediante la realización de una matriz de sistematización, categorización y análisis. Para analizar el Síndrome de Burnout, su etiología, las teorías que proponen algunos autores acerca del padecimiento, implicaciones y efectos en la salud mental de quienes lo experimentan.

La metodología se realiza bajo un enfoque cualitativo, con un alcance descriptivo; inicialmente se presentan unos conceptos y se establece la relación existente entre ellos, en un segundo momento se hace una descripción de los síntomas y repercusiones del Síndrome de Burnout en Colombia, en un tercer momento identificar cuáles otras enfermedades mentales se pueden derivar del síndrome.

## CAPÍTULO I

### 1 Planteamiento del problema

El entorno laboral se ha estado abordando e investigando con mayor interés desde hace un par de siglos y, cada vez, se ha ocasionado mayor conciencia de la importancia que tiene. A partir de los movimientos sindicales generados en la Revolución Industrial en Europa, las empresas comenzaron a tomar medidas para preservar la salud de los trabajadores y prevenir accidentes, además de regular las jornadas laborales, evitar la fatiga extrema en el trabajo. (O'Neill, 2002, p. 54).

En la actualidad, no hay evidencias consistentes sobre la presencia epidemiológica descritos en la literatura, que permitan visualizar el porcentaje real de población diagnosticadas con Síndrome de Burnout, cuya prevalencia varía según el grupo poblacional, las características individuales, profesionales y organizacionales analizadas. Las diferentes investigaciones sobre la prevalencia del síndrome evidencian que los profesionales de la salud se encuentran entre los grupos con mayor riesgo de desarrollar el síndrome. (Fernández, 2015, p. 65)

El cansancio laboral es un concepto de la era contemporánea acuñado luego de la segunda guerra mundial en Estados Unidos por algunos grupos de investigadores que buscaban medir la percepción subjetiva de las personas sobre sus condiciones de vida y sensación de bienestar derivado de estas (Meeberg, 1993).

El Síndrome de Burnout presenta diversos factores y conceptos que se logran asociar al estado de salud, los estados emocionales, la felicidad, entre otros (Meeberg, 1993) por lo cual sería una aproximación razonable definirla como el conjunto de factores responsables de una percepción positiva de los sujetos frente a sus procedimientos laborales.

Satisfacer las necesidades del sujeto es lo que hace operar la llamada "calidad de vida" y esto es lo que le da el argumento fundamentado de bienestar y estado de salud, esto es un proceso multifactorial que tiene un enfoque de primer nivel individual y también subjetivo, sin olvidar el estado

de satisfacción de su vida que personalmente que él ha construido en sus esquemas. (rubios olivares, rivera Martínez, Borges Oquendo, & Gonzales crespo, 2015)

Así pues, el síndrome de Burnout es un problema de salud mental que afecta a un gran número de profesionales de la salud en Colombia. Los profesionales de la salud están expuestos a una serie de factores de riesgo que pueden aumentar la probabilidad de desarrollar Burnout, como la sobrecarga laboral, la presión emocional, la falta de apoyo y la falta de recursos propios del contexto sociocultural donde desempeñan sus labores

Este síndrome puede tener graves consecuencias tanto para los profesionales de la salud como para los pacientes. Los profesionales que sufren Burnout pueden experimentar síntomas como fatiga, irritabilidad, problemas de sueño, ansiedad y depresión. Además, su calidad de atención puede verse comprometida, lo que puede tener consecuencias negativas para la salud de los pacientes.

Por lo tanto, es crucial que se realice investigación científica sobre el síndrome de Burnout en profesionales de la salud en Colombia para comprender mejor las causas y factores de riesgo de este problema. Esto permitiría desarrollar intervenciones preventivas y terapéuticas más eficaces y adaptadas a las necesidades específicas de esta población. También ayudaría a crear conciencia sobre la importancia del cuidado de la salud mental en esta población y a destigmatizar el hecho de buscar ayuda psicológica cuando se necesite. En resumen, la investigación científica sobre el síndrome de Burnout en profesionales de la salud en Colombia es esencial para mejorar la calidad de vida de estos profesionales y para garantizar una atención de salud de calidad a la población.

Teniendo en cuenta especialmente que no se ha hecho una revisión profunda de la existencia de este Síndrome en la población laboral activa en Colombia, es necesario investigar y analizar que tanto se ha dicho en la actualidad, para así dejar un precedente, si bien existe una gran documentación respecto al Síndrome de Burnout, no existe una investigación que se enfoque específicamente en Colombia o por



lo menos no en la actualidad, ni que se enfoque en otras enfermedades que son materia de estudio desde el ámbito de la psicología.

Al hablar del síndrome de Burnout en el ámbito laboral, no solo requiere identificar las condiciones del bienestar laboral de los trabajadores, sino también la capacidad que ellos tienen para afrontar las situaciones adversas y estresantes en el momento justo que se presentan (Bambula & Gómez, 2016). Desde hace muchos años este síndrome ha tomado mucha fuerza y Colombia no es la excepción, es por esto la importancia de la investigación para así, poder conocer de qué manera el síndrome de burnout afecta la salud mental de la población colombiana y poder entender la importancia que tiene este síndrome en la afectación de la salud mental de los empleados, de manera que se pueda prevenir e informar de este fenómeno.

El síndrome de Burnout es un trastorno psicológico que se caracteriza por el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal en el trabajo. Este síndrome afecta principalmente a personas que trabajan en profesiones de ayuda, como los profesionales de la salud, que están expuestos a un alto nivel de estrés laboral. (Célis & Moreno, 2006, p. 304)

Los efectos del síndrome de Burnout en la salud mental son múltiples y pueden ser muy perjudiciales tanto para la persona que lo sufre como para su entorno laboral y personal. En este sentido, el Burnout es un problema que afecta la calidad de vida y la salud mental de las personas que lo padecen.

En primer lugar, el agotamiento emocional es uno de los principales síntomas del Burnout y se refiere a una sensación de cansancio y falta de energía que dificulta la realización de las tareas laborales. Este agotamiento emocional puede llevar a la persona a sentir que no tiene fuerzas para enfrentar las exigencias laborales y puede generar un sentimiento de desesperanza y falta de motivación. (Balladares & Hablick, 2017, p. 30) Como consecuencia, la persona puede experimentar síntomas de ansiedad y depresión que afectan su salud mental.

En segundo lugar, la despersonalización es otro síntoma del Burnout que se refiere a la actitud de distanciamiento emocional y deshumanización que pueden mostrar los profesionales de la salud que lo padecen hacia sus pacientes. Este síntoma se relaciona con la falta de empatía, la insensibilidad y la frialdad en la atención de los pacientes. Esta actitud puede generar problemas de comunicación y confianza con los pacientes, lo que puede afectar negativamente el tratamiento médico y psicológico. La despersonalización también puede afectar la vida personal de la persona, generando problemas en las relaciones interpersonales y afectando su calidad de vida.

Finalmente, la baja realización personal se refiere a la percepción de que el trabajo que se realiza no es satisfactorio o no tiene valor, lo que puede afectar la autoestima y la identidad profesional. Este síntoma puede generar una sensación de frustración y de falta de propósito en la vida laboral, lo que puede llevar a la persona a buscar una salida en otros ámbitos de la vida. La baja realización personal puede afectar la salud mental y el bienestar emocional de la persona, generando síntomas de depresión y ansiedad.

En conclusión, el síndrome de Burnout es un problema de salud mental que afecta la calidad de vida y el bienestar emocional de los profesionales de la salud. Los efectos del Burnout en la salud mental son múltiples y pueden ser muy perjudiciales tanto para la persona que lo sufre como para su entorno laboral y personal. Por lo tanto, es importante que se realicen esfuerzos para prevenir y tratar el Burnout, y que se promueva la salud mental en el ámbito laboral para mejorar la calidad de vida de los profesionales de la salud y garantizar una atención de calidad a los pacientes.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS 2012) la salud mental es algo más que la ausencia de trastornos, sino que es parte constitutiva en la salud de las personas. Del mismo modo, esta institución define a la salud mental como un estado de bienestar en el que la persona impulsa sus capacidades para hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a la sociedad.

Por otro lado, la promoción de una buena salud mental se transforma en un objetivo primordial, así como también el análisis de los factores de riesgo y las estrategias de afrontamiento, usadas por personas para enfrentar niveles de estrés, son importantes y esenciales a la hora de generar pautas de buenas prácticas que contribuyan a identificar y promover factores de protección para las personas (Prada-Núñez, 2020).

Dicho lo anterior, unas de las afectaciones que puede presentar el no tener una buena promoción y prevención de la salud mental es el estrés, quien según "Lazarus y Folkman (1984) definen el estrés como conjunto de relaciones particulares entre la persona y la situación, siendo la situación valorada como algo que grava o excede sus propios recursos y pone en peligro su bienestar personal." es una parte tan importante de la vida cotidiana que puede verse como una "malignidad de la civilización", que afecta la satisfacción laboral y colectiva, así como la salud y el bienestar personal. Aunque el concepto de estrés laboral suele aparecer junto al concepto de burnout, se trata de fenómenos distintos; mientras que el estrés hace referencia a un proceso temporal de corta duración, el burnout es una respuesta al estrés laboral a largo plazo, manifestado como una recopilación de actitudes negativas hacia el desarrollo personal.

Por otro lado según el periódico (LR LA REPÚBLICA) económico y empresarial de Colombia ,la población colombiana también se ha visto afectada por este síndrome, en la actualidad Colombia tiene 22 millones de trabajadores entre el 20% y el 30% de los empleados reporta estrés laboral, según la línea 192 de atención psicosocial, 11435 personas accedieron a la atención psicosocial en lo corrido del año 2020,refiriendo que las principales sintomatologías que están padeciendo son ; bajo rendimiento, escasa comunicación y participación, conductas pasivo-agresivas. (LR LA REPÚBLICA, 2020)

### **1.1 Pregunta de investigación**

¿Cuáles son los efectos del síndrome de burnout implicados en la enfermedad mental en el personal profesional de la salud en Colombia??

### **1.2 Justificación**

El síndrome burnout prevalece cada vez con mayor frecuencia, al ser considerado como un factor de riesgo ocupacional y laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, tiende a ser una problemática, especialmente cuando se entiende que este surge del estrés laboral y que pone en juego la salud física y mental del individuo. Resulta un especial interés en conocer la relación que tiene este síndrome que deviene del ámbito laboral y que puede afectar la salud mental.

Esta investigación surge de la necesidad de conocer desde el ámbito de la psicología los síntomas físicos y emocionales de quienes padecen el síndrome de burnout, se considera importante investigar la repercusión que ha tenido este síndrome en la población colombiana y que se ha dicho en relación entre el trastorno de estado del ánimo específicamente la depresión con el síndrome y en conocer cómo afecta la calidad de vida de los individuos que lo padecen y por ende a las organizaciones.

Por otra parte, pese a que se hizo un rastreo inicial de 50 artículos y fueron de gran ayuda para obtener toda la información deseada respecto al síndrome de burnout, la prevalencia sus afectaciones, y su relación con la salud mental de la población Colombia en específico el personal de salud, se presentaron dificultades en cuanto a la escasez de estudios colombianos que permitieran ahondar un poco más sobre cómo está afectando este síndrome a la población colombiana.

Otra de las razones para llevar a cabo esta investigación es poder contribuir o generar conocimiento acerca del fenómeno como lo es el síndrome de burnout y poder entender las diferentes razones que llevan a un individuo a presentar este síndrome afectando su calidad de vida.

Así mismo cabe resaltar que el síndrome de Burnout es un problema que afecta a muchos profesionales en todo el mundo, incluyendo a los de la salud y realizar una investigación sobre este fenómeno y sus implicaciones en la salud mental de los profesionales de la salud en Colombia es pertinente y justificable por varias razones además de las ya anteriormente mencionadas.

La salud mental de los profesionales de la salud es fundamental para garantizar la calidad de la atención que brindan a sus pacientes. El síndrome de Burnout puede tener efectos negativos en la capacidad de los profesionales de la salud para proporcionar atención de calidad y aumentar la probabilidad de errores médicos (Balladares & Hablick, 2017, p. 37), lo que puede tener consecuencias graves para la salud y el bienestar de los pacientes. Por lo tanto, comprender cómo el síndrome de Burnout afecta la salud mental de los profesionales de la salud en Colombia puede ayudar a desarrollar estrategias efectivas para prevenir y tratar este problema, mejorando así la calidad de la atención médica que se brinda en el país.

Así mismo, los profesionales de la salud son una población especialmente vulnerable al síndrome de Burnout debido a la naturaleza de su trabajo. Estos profesionales enfrentan situaciones estresantes y desafiantes todos los días, como tratar pacientes con enfermedades graves o terminales, lidiar con la muerte y el sufrimiento, y trabajar en entornos de alta presión. Por lo tanto, es esencial comprender cómo el síndrome de Burnout afecta específicamente a los profesionales de la salud en Colombia y desarrollar estrategias adaptadas a sus necesidades específicas para prevenir y tratar este problema.

Del mismo modo, la investigación puede ayudar a mejorar la calidad de vida de estos profesionales. El síndrome de Burnout puede tener consecuencias graves para la salud mental y física de los profesionales de la salud, incluyendo problemas como la ansiedad, la depresión y el agotamiento. Comprender cómo el síndrome de Burnout afecta la salud mental de los profesionales de la salud en

Colombia puede ayudar a desarrollar estrategias efectivas para prevenir y tratar este problema, mejorando así la calidad de vida de estos profesionales.

Finalmente, a través del desarrollo de investigaciones de esta índole, se busca ayudar a abordar un problema de salud pública importante. El síndrome de Burnout es un problema común en todo el mundo y ha sido reconocido como un problema de salud pública por la Organización Mundial de la Salud (OMS 2012). Comprender cómo el síndrome de Burnout afecta la salud mental de los profesionales de la salud en Colombia puede ayudar a desarrollar estrategias efectivas para prevenir y tratar este problema, lo que puede tener un impacto positivo en la salud pública en general.

En conclusión, la revisión documental sobre el síndrome de Burnout y sus implicaciones en la salud mental de los profesionales de la salud en Colombia es pertinente y justificable por varias razones, como garantizar la calidad de la atención médica que se brinda en el país, desarrollar estrategias efectivas para prevenir y tratar este problema, mejorar la calidad de vida de los profesionales de la salud, y aportar información científica ante la falta de estudios específicos y actualizados en el contexto colombiano. Si bien hay investigaciones internacionales que han examinado este tema, las condiciones y factores culturales, sociales y económicos en Colombia pueden tener un impacto diferente en el desarrollo del síndrome de Burnout y sus consecuencias en la salud mental de los profesionales.

### **1.3 Objetivos**

#### **1.3.1 *Objetivo General***

Describir los efectos del síndrome de burnout implicados en la enfermedad mental en el personal profesional de la salud en Colombia documentados en textos publicados durante los últimos 10 años

### **1.3.2 Objetivos específicos**

1. Rastrear los síntomas del síndrome de burnout en el personal profesional de la salud documentados en textos publicados durante los últimos 10 años
2. Identificar los factores de riesgo de enfermedad mental en el personal profesional de la salud documentados en textos publicados durante los últimos 10 años
3. Analizar las características psicológicas del personal profesional de la salud en Colombia que presenta síndrome de Burnout documentadas en textos publicados durante los últimos 10 años

### **1.4 Antecedentes**

El término estrés fue originalmente utilizado en el campo de la ingeniería para describir un elemento que ejercía esfuerzo físico en una estructura. (Trejo, 2019) En los sistemas biológicos se define por lo general como una condición que perturba seriamente la homeostasis fisiológica y/o psicológica de un organismo. (Guillermo Axayacalt Gutiérrez Aceves, 2006)

Las consecuencias fisiológicas profundas del estrés fueron mostradas de manera empírica por Hans Selye en 1935. (Selye, 1936)

Así mismo, investigaciones subsecuentes mostraron un amplio rango de efectos fisiológicos adversos del estrés tanto en animales como en humanos, incluyéndose: crecimiento de las suprarrenales, atrofia del timo y de los ganglios linfáticos, incremento del tono cardiovascular y supresión del sistema inmune y úlceras gástricas. (Trejo, 2019)

En los últimos años un grupo destacado de investigación en neurociencias demostró que los sucesos estresantes pueden tener repercusiones desfavorables en varias funciones relacionadas con el aspecto neurológico y afectaciones en las funciones motoras cerebrales. Además, se determinó que el estrés es un mecanismo adaptativo del cuerpo y del cerebro para reaccionar en tiempo real ante una amenaza que ponga en riesgo la vida.

Hans Selye describió tres etapas del estrés: alarma o reacción, adaptación y agotamiento o descompensación. En esta última etapa se produce la pérdida de recursos adaptativos que va acompañada de un grupo típico de síntomas de ansiedad. (Selye, 1936)

En 1974 el psiquiatra (Freundenberger, 1974) quien trabajaba en una clínica para toxicómanos en Nueva York observó que la mayoría de los voluntarios después de un año de trabajar sufrían una pérdida progresiva de energía, hasta llegar al agotamiento, síntomas de ansiedad y depresión, así como desmotivación en su trabajo y agresividad con los pacientes. A raíz de estos hallazgos explico: el burnout, es fallar, desgastarse o sentirse exhausto debido a las demandas excesivas de energía, fuerza o recursos. (Justo Reinaldo Fabelo Roche, 2018) Esto se desarrolla al momento de que un integrante de la organización por cualquier motivo, después de insistir seguidamente sin respuesta alguna comienza a ser ineficaz. Es entonces desde este momento donde comienza a incursionar el Burnout dentro de la literatura médica.

En la década de los 80s la psicóloga Cristina Maslach (Maslach, Síndrome de Burnou, 1980) de la Universidad de Berkeley, California en Estados Unidos de Norteamérica, retoma el término utilizado por Freundenberger para definir el síndrome de agotamiento profesional o burnout, y en conjunto con el psicólogo Michael P. Leiter de la Universidad de Acadia Nova Escutia, Canadá, desarrollaron un instrumento para medir el síndrome, al cual llaman cuestionario de Maslach, que desde su desarrollo en 1986 es el instrumento más utilizado en todo el mundo; este ha sido traducido al español por el doctor español José Carlos Minote Adán. (Maslach, Elsevier, 1986)

Algunos factores que se han descrito como riesgo dentro del campo laboral, se vienen desencadenado como una sobrecarga dentro de su área de trabajo. Es decir, debe ser polifuncional sin presentar herramientas que co-ayuden a el desarrollo más óptimo de cada función, donde muchas veces es causa importante de la aparición de la depresión.



Ahora bien, teniendo en cuenta el objetivo de la revisión documental del presente trabajo, es importante mencionar qué se ha dicho en Colombia acerca de este síndrome y qué tan recurrente es en el ámbito laboral de nuestro país.

En el marco legal, en la actual tabla de enfermedades expedida por el Ministerio de Trabajo de Colombia en el Decreto 1477 de 2014 (Ministerio de Trabajo, 2014), una de las nuevas enfermedades reconocidas como derivadas de la labor que se realiza es el síndrome de Agotamiento Profesional o Burnout. Este trastorno está caracterizado por tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización o cinismo y la pérdida de la eficacia personal. (Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, 2022)

factores de riesgo asociados con el estrés laboral y el síndrome de burnout incluyen la falta de apoyo de los compañeros y supervisores, la falta de autonomía o control en el trabajo, la falta de oportunidades de desarrollo profesional y la falta de equilibrio entre la vida laboral y personal. La exposición prolongada a estos factores de riesgo puede contribuir al desarrollo de la enfermedad, donde se presentan dificultades al momento de tener que dominar las emociones en situaciones adversas que se presentan en el entorno de los trabajadores de la salud.

La inclusión de esta enfermedad en la tabla de enfermedades profesionales y la ampliación del apartado de aquellas que se derivan de los agentes psicosociales surge de la amplia investigación que ha demostrado la asociación entre estas condiciones laborales y el deterioro de la salud física, mental y social de los trabajadores. (Ministerio de Trabajo, 2014)

Por otra parte, Burnout Índice 2021, una evaluación científica realizada por Yerbo (Yerbo, 2021), evidencia que cuatro de cada diez colombianos que trabajan en compañías de tecnología, en especial quienes se dedican al desarrollo de software, padecen el síndrome de burnout, caracterizado por un estrés crónico evidente en el agotamiento mental, emocional y físico, según el Burnout Índice 2021

(empleo, 2021), reconocida como la mayor evaluación científica del estado de estrés y desgaste laboral en estos equipos.

Carlos Sponton, director de Ciencias del Comportamiento en Yerbo, la plataforma de bienestar mental creadora de Burnout Index, afirmó que el análisis se realizó con grupos de trabajadores de tecnología, dado que son el punto de partida para entender lo que puede pasar con otros equipos en las compañías en un futuro; además, son quienes mayor necesidad tienen de soluciones. (Yerbo, 2021)

A nivel Colombia un dato preocupante es que las mujeres son quienes tienen mayor riesgo de desarrollar decaimiento, donde el 70% están con fatiga, sin dinamismo físico y desmejoramiento en su aspecto emocional después de una jornada laboral extensa, en comparación con el 56 % de los hombres.

Acorde con lo anterior, unos estudios presentados en el informe reciente de Girls in Tech, encontró que el 79 % de las madres que trabajan se sienten actualmente agotadas. (Infobae, 2021)

Adicional en Latinoamérica Índice 2021 realizó una investigación del Burnout a mediados de enero y noviembre en concordancia con 32 países. Un proceso fundamental para desarrollar su análisis, el cual lo realizaron 32.644 respuestas de profesionales. (Infobae, 2021)

El estudio profundizó las consecuencias que podrían presentarse en la alta demanda de rotación de personal en cuanto al agotamiento y estrés crónico. De igual importancia, el bajo riesgo de burnout, el 73% quería quedarse con su empleador actual, como en otros casos con un alto riesgo, los resultados son abrumadores: uno de cada dos profesionales en el país tiene intención de dejar su empresa actual en los próximos seis meses. En total, esto significa que una de cada cinco personas en Colombia que trabajan en tecnología está buscando renunciar a su empleo en el corto plazo. (Infobae, 2021)

Sin embargo, es en los profesionales de la salud en quienes está más presente este síndrome; el personal de salud tiene contacto con pacientes que suelen ser una fuente potencial de estrés, pues se tiene la responsabilidad de aliviar sus dolencias, pero se experimentan formas representativas de

sufrimiento que desgastan a quienes los tratan y atienden, por los altos índices de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización profesional que son síntomas patognomónicos del síndrome de burnout. (Diana Sofia Serna Corredor, 2020)

La mayoría de los estudios del síndrome de burnout han resaltado que en la población de los médicos el porcentaje estaría entre el 30% y el 40%, incluso puede ser superior en Estados Unidos y en países de Latinoamérica. (Holguin,2020)

La satisfacción laboral puede tener un impacto significativo en la salud, por lo tanto, es importante que las organizaciones de salud tengan en cuenta los factores psicosociales que aporten a la minimización de los accidentes laborales y en generar un bienestar óptimo para el personal de la salud, implementando un mejor desarrollo en vínculos interpersonales para una mejor cooperación.

Es fundamental recordar que el síndrome de Burnout fue descrito en la década de los 80's por el psiquiatra Herbert Freudenberger y solo hasta 40 años después, la Organización Mundial de la Salud (OMS) Revelo que será reconocido oficialmente como una enfermedad a contar del 1 de enero de 2022. (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022)

Pablo Mardones, profesional de la Facultad de Psicología de la USS dice que “es un estado de desgaste que se caracteriza por la sensación de fatiga crónica a un nivel extremo. Lleva a la aparición de problemas afectivos, preocupación constante, cuadros de ansiedad y, desde el punto de vista cognitivo, puede aparecer déficit de memoria, atención y concentración. Además, se produce una disminución en el desempeño de las personas”. (Mardones, 2021)

Finalmente, el psicólogo acentúa que debe ser entendido a través de “una experiencia extrema del estrés” que va acompañada de agotamiento, ineffectividad y percepción o falta de logro de las personas en el trabajo y en ese sentido “podría ser descrito como una especie de depresión por estrés”. (Mardones, 2021)

Teniendo en cuenta todo lo anteriormente mencionado, es entonces evidente que este síndrome si bien actualmente está siendo considerado relevante, sus inicios de investigación y diagnóstico iniciaron varias décadas atrás.

No obstante, solo hasta hace poco tiempo se han realizado en Colombia estudios y análisis en torno a este tema porque sobre todo en los dos años anteriores se hicieron evidentes así como otras enfermedades o síndromes psicológicos por la necesidad de cambios laborales rutinarios que fueron necesarios a causa de lo que surgió como el Covid\_19, ya que las obligaciones exageradas en el campo laboral en los profesionales de la salud se triplicó, y así mismo la carga laboral que es entre otras el detonante del síndrome de Burnout, tema principal del actual trabajo investigativo.

## CAPÍTULO II

### 2 Marco teórico

#### 2.1 Apartado A: Definiciones del Síndrome de burnout

Para un mejor entendimiento del síndrome de Burnout, a continuación, se mencionan algunos conceptos de dicho síndrome ya que es importante conocer lo que dicen los diferentes precursores, referente a lo que es el síndrome.

El síndrome está caracterizado por presentar síntomas de ansiedad y depresión; de esta manera lo describe Freudenberg en 1974, psiquiatra, que trabajaba en una clínica para toxicómanos en Nueva York. Observó que, al año de trabajar, la mayoría de los voluntarios sufría una progresiva pérdida de energía, hasta llegar al agotamiento, síntomas de ansiedad y de depresión, así como desmotivación en su trabajo y agresividad con los pacientes. (López Elizalde, 2004).

Por su parte, Durán, M, (2001) dice que el Burnout resulta de una discrepancia entre los ideales individuales y la realidad de la vida ocupacional diaria e involucra básicamente tres dimensiones:

Agotamiento emocional: refiriéndose a la pérdida o desgaste de recursos emocionales, es decir que el trabajador presentará sentimientos de preocupación, tensión, ansiedad, fatiga y agotamiento.

Deshumanización o despersonalización: el desarrollo de actitudes negativas, cínicas e insensibles hacia los receptores (pacientes, clientes). Falta de realización personal: es la tendencia a evaluar el propio trabajo de forma negativa. Este síndrome se manifiesta por una sintomatología multidimensional, en el ámbito cognitivo, somático y emocional. (Martinez Pérez, 2010)

Según, la psicóloga Cristina Maslach en 1976 utilizó el término Burnout, empleado hasta entonces por los abogados californianos para describir el proceso gradual de pérdida de responsabilidad

profesional y desinterés cínico entre compañeros de trabajo, para referirse a un conjunto de respuestas emocionales que afectaban a los profesionales de ayuda. (Maicon & Garces de los Fayos, 2010).

Para Salanova, & Llorens, son cuatro las explicaciones teóricas que van a detallar por qué se produce el burnout entre las personas y los grupos de trabajo. Estos marcos teóricos son: teorías del intercambio social, del contagio social de las emociones, modelo de demandas-recursos y la teoría social cognitiva de Bandura. (Llorens Gumbau & Salanova Soria, 2011)

Desde la Teoría del contagio de emociones el burnout se produce cuando en los grupos de trabajo existen creencias y emociones compartidas que se van desarrollando a lo largo de la interacción social. Cuando las personas trabajan juntas es habitual que se compartan situaciones estresantes, que se llegue a un nivel de compenetración conjunta y se experimenten emociones colectivas, como la tristeza de ser castigados o también el burnout en un objetivo de sintonizar emocionalmente unos con otros. (Llorens Gumbau & Salanova Soria, 2011)

## **2.2 Apartado B: Definiciones de Salud mental**

Tener claridad sobre el concepto de Salud mental es sustancial para la investigación ya que permite identificar las afectaciones que pueden repercutir en la salud mental en relación con el síndrome de burnout.

Según la revista Medline plus especialista en publicar todo lo relacionado con salud, dice que la salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es

importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez y la vejez. (Medline Plus, 2021).

El concepto de Salud mental en psicología humanista dice que; La salud no es solamente la ausencia de enfermedades sino la resultante de un complejo proceso donde interactúan factores biológicos, económicos, sociales, políticos y ambientales en la generación de las condiciones que permiten el desarrollo pleno de las capacidades y potencialidades humanas, entendiendo al hombre como un ser individual y social. (Carrazana, 2022).

### **2.3 Apartado C: Población colombiana**

Dado a que la investigación hace énfasis en la población colombiana, es pertinente saber qué porcentaje de la población colombiana se está viendo afectada por el síndrome de burnout.

De acuerdo con el censo del DANE, la población y vivienda realizado en 2018, consistió en contar y caracterizar las personas residentes en Colombia, así como las viviendas y los hogares del territorio nacional. A través del censo, el país obtiene datos de primera mano sobre el número de habitantes, su distribución en el territorio y sus condiciones de vida.

Se estima que, en 2022, la población colombiana supere los 51,6 millones de habitantes. En el mismo periodo, Bogotá fue el departamento más poblado del país sudamericano, con alrededor de 7,9 millones de personas, seguido por Antioquia con aproximadamente de 6,89 millones de habitantes. (DANE, 2018)

### **2.4 Apartado D: Síndrome de burnout en las organizaciones**

Dado a que este síndrome se ha desencadenado a nivel organizacional, es de interés conocer que se ha dicho acerca de los factores principales este fenómeno en las empresas.

El mundo laboral ha experimentado una transformación importante en las últimas décadas en nuestro contexto sociocultural. Así, las nuevas exigencias del trabajo y el desajuste entre los requisitos del puesto de trabajo en las organizaciones y las posibilidades de rendimiento de cada sujeto han originado la aparición de nuevos riesgos denominados psicosociales, entre ellos el síndrome de burnout (agotamiento emocional, despersonalización o deshumanización y falta de realización personal en el trabajo). (Gil Monte, 2005)

También se dice que, el síndrome de quemarse por el trabajo se define como una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse emocionalmente agotado. Esta respuesta ocurre con frecuencia en los profesionales de la salud y, en general, en profesionales de organizaciones de servicios que trabajan en contacto directo con los usuarios de la organización. (Gil Monte P. , 2001)

## **2.5 Enfoque teórico de la revisión documental: Psicología de la salud**

El enfoque teórico mediante el cual se abordará el fenómeno estudiado del síndrome de Burnout será el de la psicología de la salud, esto a raíz de la revisión de antecedentes realizada, mediante la cual se ha identificado como factor común importante de tener en cuenta, el impacto que tiene este síndrome en la salud mental de quien lo padece.

Como lo expresan Gutiérrez, Célis & Moreno, (2006) Es esencial abordar el estudio del Burnout desde una perspectiva que contribuya a las ciencias de la salud, ya que este fenómeno no solo afecta la calidad de vida y la salud mental del profesional que lo experimenta, sino que también puede poner en riesgo la salud física, tanto del individuo afectado como de aquellos que reciben atención de una persona que lo padece. Cabe destacar que la alta frecuencia de este síndrome llevó a la Organización Mundial de la Salud a considerarlo un riesgo laboral en el año 2000 (p. 306).



Así mismo, autores como Morales & Hidalgo (2015), se mencionan las consecuencias negativas que tiene el síndrome de Burnout en la salud mental. Según los autores, existen varios indicadores que pueden ser considerados como señales de alerta o incluso parte del cuadro clínico del síndrome, como la negación, el aislamiento, la ansiedad, el miedo, la preocupación excesiva, la depresión (que es uno de los síntomas más peligrosos ya que puede conducir al suicidio), la ira, las adicciones, los cambios bruscos en la personalidad, el sentimiento de culpa, la autoinmolación, la sobrecarga de trabajo, cambios negativos en los hábitos de higiene y cuidado personal, problemas alimenticios como la pérdida o ganancia excesiva de peso, la pérdida de memoria, la desorganización, la dificultad para concentrarse, el insomnio, entre otros (p. 4).

Es también importante mencionar la investigación realizada por Bambula & Gómez (2016) “Síndrome de Burnout” en Latinoamérica en la cual expresan que:

Se reconoce que la responsabilidad del síndrome de Burnout ya no recae solo en el individuo, sino que es un fenómeno que surge en la interacción entre la persona y el entorno laboral. Por lo tanto, es importante ampliar el marco de análisis de este síndrome, incluyendo la realidad social y económica, a fin de reflexionar tanto sobre la relación entre el trabajo y la salud como sobre la sociedad en su conjunto. Para lograrlo, es necesario involucrar a otras disciplinas para que el enfoque sea más amplio y se pueda entender mejor las problemáticas de la salud mental laboral y contribuir a su comprensión (p.60).

De este modo, y como lo han afirmado los autores y las posturas teóricas anteriormente referenciadas, el síndrome de Burnout es un fenómeno que ataca tanto la salud mental como física de quien la padece, puede generar afectaciones del estado de ánimo y consecuencias negativas a nivel general en las diferentes esferas de la vida de la persona y disminuir considerablemente su calidad de

vida. Es por ende que desde esta revisión documental, se tendrá una óptica del Burnout, desde la perspectiva de la psicología clínica y de la salud.

El síndrome de Burnout es un tema que cada vez está adquiriendo mayor relevancia, debido a la creciente demanda y presión que se ejerce en el mundo laboral. Este fenómeno afecta tanto a la salud mental como física del individuo, y puede generar consecuencias negativas en su vida personal y laboral.

Es importante destacar que la perspectiva desde la cual se aborda este fenómeno es fundamental para comprender su complejidad. Desde la psicología clínica y de la salud, se pueden obtener importantes aportes para el estudio y la intervención del Burnout. Es necesario tener en cuenta que este síndrome no es una simple reacción emocional del individuo frente a su trabajo, sino que es un fenómeno que se da en la interacción entre el individuo y el mundo laboral.

Por tanto, es fundamental ampliar el marco de lectura del síndrome, desde la realidad social y económica concreta, para poder reflexionar tanto sobre la relación entre el trabajo y la salud como sobre la sociedad en su conjunto. Para ello, es necesario convocar a otras disciplinas y adoptar una aproximación paradigmática distinta, que permita trascender a un análisis más macro de las problemáticas inscritas en el campo de la salud mental laboral y contribuir a su comprensión.

La revisión documental del Burnout desde la perspectiva de la psicología clínica y de la salud puede aportar importantes herramientas para la prevención y el tratamiento de este síndrome. En este sentido, es necesario destacar que existen diferentes factores que pueden influir en su aparición, como son el exceso de trabajo, la falta de reconocimiento, la falta de apoyo social y emocional, entre otros.

Por tanto, es importante tomar en cuenta estos factores para implementar medidas preventivas y de intervención adecuadas.

Es fundamental que se promueva la creación de espacios de reflexión y discusión en los lugares de trabajo, para que los profesionales puedan compartir sus experiencias y situaciones, y así poder identificar tempranamente los signos de alerta y actuar de forma preventiva. También es importante que se promueva una cultura organizacional que promueva el bienestar emocional de los trabajadores, reconociendo su trabajo y valorando su aporte a la empresa.

En conclusión, el síndrome de Burnout es un fenómeno que puede generar graves consecuencias tanto para la salud mental como física del individuo, así como en su vida personal y laboral. Es necesario abordarlo desde una perspectiva amplia y multidisciplinar, que permita trascender los enfoques simplistas y promueva la comprensión profunda del fenómeno. Desde la psicología clínica y de la salud, se pueden obtener importantes herramientas para la prevención y el tratamiento del Burnout, pero es necesario promover una cultura organizacional que promueva el bienestar emocional de los trabajadores.

## CAPÍTULO III

### 3 Metodología

#### 3.1 Enfoque

La presente investigación documental, es realizada bajo el enfoque cualitativo, el cual como lo expresa Hernández (2014) “Parte de una realidad por descubrir, construir e interpretar, y se caracteriza por que su acción indagatoria se mueve de manera dinámica entre los hechos y su interpretación” (p. 10). Así pues, este enfoque permite a la investigación documental, recopilar y seleccionar información a través de documentos científicos orientados en dar respuesta a las hipótesis de investigación y la pregunta planteada, y a través del ejercicio de interpretación y revisión de la literatura, generar nuevo conocimiento de valor para el ámbito de la psicología.

El enfoque cualitativo también se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos (Hernández, 2014, p. 7)

#### 3.2 Alcance de la investigación

El alcance de esta investigación es de tipo descriptivo, ya que se pretende realizar un análisis del fenómeno del síndrome de burnout en profesionales de la salud y el impacto que tiene en su salud mental, bajo una óptica descriptiva y expositiva, que permita mostrar y detallar la información recolectada mediante la revisión documental.

Como lo expresa Hernández Sampieri et al. (2014) “la tarea del investigador implica describir fenómenos, situaciones, contextos y sucesos; de manera que se pueda detallar cómo son y se manifiestan. Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a la investigación” (p. 92).

### **3.3 Tipo de investigación.**

Esta investigación esta guiada por los criterios de una investigación de tipo documental planteada por Galeano (2004) quien enuncia que este tipo de investigación se desarrolla con la intención de ejecutar un análisis sistemático de evidencias escritas o gráficas, cartas, artículos de periódicos, autobiografías, documentos producto de procesos judiciales, informes de investigación, fotografías, entre muchos otros, que pueden servir como testimonio para el investigador el cual intenta responder a cuestiones sobre temas específicos.

Galeano (2004) afirma que los escritos que se analizan y recopilan pueden ser "entrevistados" por medio de interrogantes que guían la investigación, y además se les puede "observar" con la misma intensidad con que se observa un evento o un hecho social los cuales son dos métodos científicos que pueden aportar nuevos aprendizajes y nuevos conocimientos al investigador. Es por estas razones que esta investigación se sirve de estos parámetros, para “entrevistar y observar” el síndrome de burnout implicados en la enfermedad mental en documentos para poder identificar, caracterizar y describir cuáles son los efectos de este sobre la vida psicológica de los profesionales de la salud en Colombia.

De esta forma, la investigación buscará generar una descripción del fenómeno estudiado en un tipo de población definida, logrando un análisis categorial y el desarrollo de hipótesis descriptivas.

### **3.4 Sistematización.**

La sistematización de la información se llevó a cabo a través de una base de datos de doble entrada.

La primera de forma horizontal en la cual se encuentran las características de cada uno de los artículos de investigación seleccionados: título del documento, autores, el objetivo del estudio, descripción de los conceptos teóricos abordados en el artículo, la metodología utilizada en la investigación, observaciones generales y por último el análisis categorial de los artículos (síndrome de Burnout, profesionales en la salud en Colombia y salud mental). Y una segunda entrada de manera vertical en la cual se encuentran diligenciados los datos y la información de los documentos seleccionados.

### **3.5 Población**

La población para, Hernández, Fernández y Baptista (2010), significa: "(..)una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones" (p. 65). Para esta caso de estudio serían todas aquellas investigaciones que coinciden con los criterios de inclusión que se delimitaron previamente a la búsqueda, se buscó extraer al menos 50 estudios que hayan trabajado sobre todo lo relacionado con el síndrome de Bournout y sus efectos en la salud mental de los individuos, esta problemática se analiza y lee desde la conceptualización y teorización de la psicología de la salud para así describir y nombrar este síndrome como un causal importante en las enfermedades mentales de quienes lo padecen.

### **3.6 Muestra**

La muestra para el desarrollo de la revisión documental solo concibió y tomo en cuenta los artículos que incluían en su contenido los criterios de inclusión y exclusión que se establecieron desde el primer registro general mediante la matriz elaborada para el proceso investigativo. La muestra de la presente investigación fueron los estudios e investigaciones encontrados en el repositorio de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, y en las bases de datos disponibles en su biblioteca tales como: Scielo, Dialnet, Science Direct, Redalyc y Ebsco, directamente relacionados con las categorías estudiadas en esta investigación (Síndrome de Burnout, salud mental y población profesional de la salud en Colombia)

#### **3.6.1 Criterios de inclusión.**

- Documentos científicos provenientes de bases de datos certificadas de la biblioteca de la Universidad Minuto de Dios
- Documentos con 10 o menos años de antigüedad (2013 en adelante)
- Textos e investigaciones realizadas en Colombia o Latinoamérica
- Investigaciones, estudios o artículos de revista que incluyan las categorías de los fenómenos estudiados: Población colombiana de personal de la salud, Salud mental y Burnout.

#### **3.6.2 Criterios de exclusión.**

- Documentos científicos no provenientes de bases de datos certificadas o de la biblioteca de la Universidad Minuto de Dios.
- Textos e investigaciones no realizadas en Colombia o Latinoamérica
- Documentos e investigaciones con más de diez años de antigüedad.)
- Investigaciones, estudios o artículos de revista que no incluyan las categorías de los fenómenos estudiados: Población colombiana de personal de la salud, Salud mental y Burnout.
- Investigaciones, estudios o artículos de revista en inglés

### 3.7 Procedimiento

El procedimiento realizado para el desarrollo del presente estudio se llevó a cabo a través de la revisión documental, el cual inició con la recolección de la información a partir de la muestra seleccionada, delimitando las investigaciones que incluyeran las categorías de salud mental, síndrome de Burnout y profesionales de la salud en Colombia. Posteriormente se procedió a sistematizar la información en una base de datos de doble entrada conformada por la información vertical de los documentos seleccionados, y de manera horizontal, la categoría en la que se incluye el documento, su metodología, objetivos, análisis y observaciones; permitiendo tener una mejor gestión de los datos para su posterior descripción y análisis. A continuación, se presenta un fragmento de la matriz de antecedentes mencionada:

	B	C	D	E	F	G	H
	Título	Autores	Objeto	Teorías/conceptos	Metodología	Conclusiones/Discusiones	Observaciones
2	Síndrome de Burnout	Lachner Saborio Morales, Luis	Según un estudio realizado por Dyrbye et	Se identifican 3 componentes del	La prueba más utilizada para el	El Síndrome de Burnout posee una	El tratamiento y su prevención
3	Factores de riesgo psicosocial y	Eleonora Jiménez Barrero I	Las demandas actuales de trabajo, las	El "Cuestionario para la	Se realizó un estudio de tipo	Se evidencia durante el análisis de	Son muchos los estudios de
4	Síndrome de burnout en docentes	Rodríguez Ramirez José Andrés,	El presente trabajo muestra un estudio	El estrés, como respuesta natural	las técnicas empleadas fueron historia	El estrés laboral se ha identificado co	Las principales manifestaciones
5	Síndrome de Burnout y desempeño	Claudia Lauraco, Tedfilo Lauraco	Un sistema de salud óptimo se sustenta en	Saiaia, Dias, & Perez (2015)	Identificar el nivel de desempeño	El personal de salud presenta	Las investigaciones confirman
6	Síndrome de burnout en docentes de	Hernández suarez cesar	se evidencia también la exclusión del	si nos dirigimos al campo	El presente estudio se enmarca en el	El presente estudio relacionado con	Un aspecto importante para
7	Síndrome de Burnout	Guillermo Axayacatl Gutiérrez	La más aceptada hoy en día es la propuesta	riesgo laboral, filosofía humanística	de la familia, amigos, aficiones, descanso, trabajo.	Fomento de buena atmósfera de equipo.	espacios comunes, obje
8	Antecedentes y efectos del burnout.	Natalia vila lopez,Elena Pardo	El presente trabajo trata de profundizar en lo	Estar quemado» es una metáfora q	Para lograr los objetivos definidos se p	El presente trabajo tenía como objetiv	En una época en que la función
9	Síndrome de "burnout" del cuidador	Karen Lorena Molano	Al hablar del Síndrome de Burnout, está ha	Agotamiento psicológico, familia,	Se realizó una búsqueda en diferentes	Se evidenció que hay pocos	si el familiar con trastorno
10	Relación entre el clima organizacional y el síndrome de burnout	Maria jose	El objetivo de la presente revisión sistemática es identificar la relación existen	Desde un enfoque psicosocial el	se aplicaron las recomendaciones de	En el nivel individual, el empleo de	un clima organizacional positivo,
11	Aproximaciones teóricas para su explicación y recomendaciones para la	Pedro R.Gil Monte	La necesidad de prevenir y afrontar el	fenómeno ha sido	se realizaron las recomendaciones de	estrategias de afrontamiento de	en especial si es un ambiente
12	humanos y síndrome de burnout.	Armando de Armas Campos-Jose Luis Alvaro Estramiana	de las relaciones entre valores humanos	se encontraron asociaciones	se realizó una revisión sistemática en	se encontraron asociaciones	Los valores humanos pueden
13	Los profesionales de secundaria, como factores de riesgo en el	Giselle León León	En este particular, el trabajo de los	docentes de secundaria, los cuales se	se realizó una revisión, sobre los	El estrés es una respuesta natural y	se puede destacar que junto
14	teletrabajo.	Serna Soto-Eliana Maria	La presente investigación es una revisión	sistemática de literatura que proporcione	revisión bibliográfica de un total de 35	los resultados, los riesgos a los que	afectan la salud y bienestar de
15	profesionales de una institución de	Paula Marcela Vargas Chavez-	entre resiliencia y síndrome de burnout en	psicológico.Estado al que se	corche transversal. Participaron 102	relación existente entre baja	la mitad de las personas con
16	laboral a un diagnóstico médico	Mauricio Fonseca Muñoz	integrar los avances de la legislación	visibilización y puesta en escena	En base a las leyes y artículos.	integrar los avances de la legislación	permió que en 1994 se
17	asociación al síndrome de burnout	Carmen Cecilia Caballero	general percibida y su asociación al	comprensión de los estresores	observacional de corte	dimensiones del burnout	investigaciones en universitarios
18	Comprensión del pasado, análisis del	Macon Carin	Originalmente explorado en ayudar	La teoría de la autodeterminación	investigativa	Lazarus (1996) argumenta que el	Freudenberger define burnout
19	Síndrome de burnout en cuidadores de	Water Izandro Anias	valorar la prevalencia del síndrome de	Susan Jackson, dieron a conocer	Se aplicó el inventario de Burnout de	Las estrategias familiares que	Las comparaciones en burnout
20	Síndrome de Burnout: características,	Andressa Cristina Batista de	presentar los siguientes aspectos del	Agotamiento profesional, Salud O	se trata de un artículo del tipo	Las estrategias individuales y	Muy interesante desde otra perspectiva.
21	El síndrome de Burnout Un proceso de	Jose Luis Gamboa	El objetivo del presente trabajo consiste en	La conceptualización de Maslach	Es evidente que son múltiples las	Existen muy pocos estudios del	En los instrumentos de
22	University student Burnout	Yury Rosales Ricardo,Fredy	los conocimientos existentes sobre el burn	En la medida en que la psicología	Revisión documental y bibliográfica	Entre las tendencias de progreso	Cuando la Psicología del Trabajo
23	Condiciones de trabajo y riesgos	Josep M Blanch	Trabajar comporta una determinada forma	su actual aumento se atribuye a los	Según la OMS (Organización	Dentro de las capacitaciones se	Los problemas personales o
24	Prevalencia de estrés laboral y	J.García Campayo, Herrera	El estrés laboral asociado a estas conleva	The work climate is the set of all	Investigativa.	Es fundamental la es fundamental la	alrededor de un 12% de los
25	De burnout Control de las situaciones	Ana Isabel Peinado	el papel de cuidadores principales de	Indefensión aprendida. EnsiedelV	A través de una revisión bibliográfica y	La vida del cuidador cambia	una de las caracte-rísticas

**Ilustración 1: Fragmento de matriz de antecedentes**

Del mismo modo, una vez realizada la investigación documental de antecedentes expuesta en la anterior ilustración, se llevará a cabo la selección de 15 artículos que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión anteriormente mencionados.



### **3.8 Consideraciones éticas.**

En Colombia, se ha establecido la Ley 1090 para regular el ejercicio de la profesión de la psicología y dictar el Código Deontológico y Bioético, entre otras disposiciones. La ley se enfoca en que los psicólogos deben mantener altos estándares profesionales al ofrecer sus servicios y asumir la responsabilidad de las consecuencias de sus acciones, haciendo todo lo posible para garantizar que sus servicios se utilicen correctamente.

La principal actividad dentro de la profesión de la psicología es el diseño, ejecución y dirección de investigaciones científicas disciplinarias o interdisciplinarias destinadas al desarrollo, generación o aplicación de conocimientos que contribuyan a la comprensión y aplicación del objeto de estudio de la psicología y a la implementación de su quehacer profesional desde las perspectivas de las ciencias naturales y sociales. Además, también es importante el diseño, ejecución, dirección y control de programas de diagnóstico, evaluación e intervención psicológica en las distintas áreas de la psicología aplicada.

Es esencial que los psicólogos en Colombia mantengan altos estándares profesionales al ofrecer sus servicios y se adhieran al Código Deontológico y Bioético. La ley exige que los psicólogos asuman la responsabilidad de las consecuencias de sus acciones y hagan todo lo posible para garantizar que sus servicios se utilicen correctamente. Por lo tanto, es importante que los psicólogos se mantengan actualizados en las últimas investigaciones y desarrollos en su campo para brindar los mejores servicios posibles.

El diseño, ejecución y dirección de investigaciones científicas es fundamental en la práctica de la psicología. La investigación disciplinaria o interdisciplinaria debe ser dirigida hacia el desarrollo,

generación o aplicación de conocimientos que contribuyan a la comprensión y aplicación del objeto de estudio de la psicología y a la implementación de su quehacer profesional desde las perspectivas de las ciencias naturales y sociales. Es importante que los psicólogos realicen investigaciones de alta calidad y utilicen metodologías adecuadas para obtener resultados precisos y confiables. Además, los psicólogos también deben ser conscientes de las implicaciones éticas de su investigación y asegurarse de que no dañen a sus participantes.

Por otro lado, el diseño, ejecución, dirección y control de programas de diagnóstico, evaluación e intervención psicológica en las distintas áreas de la psicología aplicada son cruciales para la práctica de la psicología. Los psicólogos deben estar capacitados para diseñar y ejecutar programas que aborden las necesidades específicas de sus clientes y brindar intervenciones efectivas. Es importante que los psicólogos evalúen la efectividad de sus intervenciones y realicen ajustes necesarios para mejorar los resultados.

## CAPÍTULO IV

### 4 Resultados

Luego de realizada la sistematización de los datos y la categorización de la información para dar respuesta a los objetivos de la presente revisión documental, se realiza a continuación, la descripción de los resultados.

Esta investigación de tipo documental siguiendo la perspectiva de los tres momentos (diseño, implementación y publicación de resultados) de Galeano (2004). Se realizó un rastreo en las bases de datos y, a partir de ello, se categorizó la información en una matriz de análisis. El proceso de selección identificó quince documentos que cumplieron los requisitos de inclusión.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
	Título	Autores	Objeto	Teorías/conceptos: Breve descripción	Metodología	Conclusiones/discusiones	Observaciones	Propósito (Para que sirve este artículo en función de la investigación)	Categoría	Link del artículo
1	Síndrome de Burnout	Lachiner Saborío Morales, Luis Fernando, Hidalgo Murillo	Se determinó	Personal: el trabajo	con la interacción	de poder p	realidad cotidiana.2. E	Este artículo permite comprender de manera más amplia el fenómeno del síndrome de Burnout y sus implicaciones en la salud física y mental de las personas.	Síndrome de Burnout	<a href="http://www.scido.us.cr/revista.php?pid=31403-0015201500100014&amp;script=sci_abstract&amp;lang">Artículo 1 http://www.scido.us.cr/revista.php?pid=31403-0015201500100014&amp;script=sci_abstract&amp;lang</a>
2	Síndrome de Burnout y desempeño laboral en el personal de salud	Claudia Lauracio, Teófilo Lauracio	Un sistema de s	Salas, Días, & Per	Identificar el nivel	El personal de salud	Las investigaciones co	Este artículo estudia la incidencia del síndrome de burnout en el desempeño laboral del personal de la salud en Colombia, lo cual facilita el alcance de los objetivos de la investigación, conociendo a mayor profundidad la incidencia que tiene este fenómeno en la esfera laboral de esta población.	Profesionales en la salud en Colombia	<a href="http://disinet.unioja.es/revista/articulo?codigo=8054554">Artículo 4 http://disinet.unioja.es/revista/articulo?codigo=8054554</a>
3	Antecedentes y efectos del burnout en el trabajo y la salud mental	Natalia vila lopez,Elena Pardo Sanden.	El presente trabajo	Estar quemado, e	Para lograr los d	El presente trabajo	En una época en que la	Este artículo aporta a la investigación en la medida que describe los efectos del síndrome de Burnout en la salud mental de los trabajadores y en su desempeño laboral, lo cual permite comprender y predecir, las incidencias en la salud mental de las personas que padecen este síndrome en otros escenarios laborales, como por ejemplo, el sector de la salud.	Salud mental	<a href="http://www.cienciaeinnovacion.com/revista/articulo.php?id=11308158120000060">Artículo 7 http://www.cienciaeinnovacion.com/revista/articulo.php?id=11308158120000060</a>
4	Síndrome de "burnout" del cuidador familiar con personas con trastorno psiquiátrico tipo esquizofrenia	Karen Lorena Molano Fonseca,Leidy Jhoana	Al hablar del Sí	Agotamiento psico	Se realizó una bu	Se evidenció que h	si el familiar con trastor	Esta investigación es importante en la presente revisión documental, en la medida que describe y profundiza los efectos del Burnout a nivel emocional y conductual en personas que se encuentran en función del cuidado de pacientes psiquiátricos, como agotamiento psicológico, inestabilidad emocional, entre otras, elementos importantes a tener en cuenta en el personal de la salud en el país que pueda presentar	Salud mental	<a href="http://repositorio.una.edu.co/handle/12345678/31930">Artículo 3 http://repositorio.una.edu.co/handle/12345678/31930</a>

**Ilustración 2: Matriz de revisión documental**

Es así, como a partir de los quince documentos seleccionados y sistematizados en la matriz, como se muestra en la ilustración anterior, se da inicio al análisis y discusión de los resultados de acuerdo a los objetivos específicos planteados previamente.

#### 4.1 Síntomas del Burnout en el personal profesional de la salud en Colombia

Teniendo en cuenta el primer objetivo específico del proyecto, “Rastrear los síntomas del síndrome de burnout en el personal profesional de la salud documentados en textos publicados durante los últimos 10 años” se encuentra, en primera instancia, en la documentación científica, la investigación de Lauracio (2015) “Síndrome de Burnout y desempeño laboral en el personal de salud en Colombia” quien expresa en sus resultados que el personal de la salud medido en el estudio, presentó grados altos en la escala de Burnout (1) y una sintomatología de agotamiento emocional, así como un grado importante a tener en cuenta de despersonalización (2), lo cual se evidencia a través de actitudes de frialdad y distanciamiento hacia los pacientes y un sentido bajo de realización personal y sentimientos de poca permanencia en su trabajo.

Por su parte, los autores Saldaña, Vargas & Chavez (2021) en su estudio “Resiliencia y síndrome de burnout en profesionales de una institución de salud mental, durante la pandemia” describen en sus resultados que los profesionales de la salud en esta institución de la ciudad de Bogotá, presentaron puntuaciones medias y altas en relación al Burnout, presentando alteraciones de tipo emocional como agotamiento, pérdida de interés y baja tolerancia a la frustración, síntomas que se intensificaron en el aislamiento propio de la pandemia. Los autores concluyen que, las habilidades como la resiliencia son fundamentales a la hora de generar una

mejor gestión de estos síntomas, y que entre mejor se fortalezca esta habilidad se podrán disminuir considerablemente los efectos negativos del Burnout.

Estos resultados, pueden compararse a la teoría documentada en el marco conceptual de la revisión documental, en la cual Morales & Hidalgo (2015) describen los síntomas que padecen las personas que se encuentran en niveles considerables de Burnout, entre los que resaltan la negación, el aislamiento, baja motivación o interés, agotamiento emocional e incluso altos niveles de ansiedad, y cambios abruptos en la personalidad (p. 306)

Así mismo, resultados similares han encontrado los autores Arias y Caycho (2019) quienes en su estudio “Síndrome de burnout en cuidadores de pacientes con discapacidad infantil en Colombia” afirman que los cuidadores y profesionales que obtuvieron niveles considerables de Burnout en su medición, presentan sintomatologías de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en su trabajo, lo cual se traduce a comportamientos de baja preocupación por los pacientes, distanciamiento y poca empatía.

Es importante detenerse un momento en este punto de la exposición de los resultados, ya que este tipo de conductas descritas anteriormente han sido recurrentes en los diferentes estudios que se han abordado, lo cual es importante de tener en cuenta ya que son muestra de los efectos negativos que puede tener a nivel psicológico y comportamental, un profesional de la salud que se encuentre en un estado alto de Burnout. El distanciamiento, la baja empatía y preocupación por los pacientes, es un síntoma de alarma el cual puede afectar de manera desfavorable el ejercicio profesional del personal de la salud en Colombia, al ser un rol el cual debe tener un constante contacto de cuidado, comunicación y empatía con el otro, siendo entonces el Burnout, un fenómeno que incide negativamente en el ejercicio de sus labores y afecta no solo a la persona que lo padece, si no también a su círculo, en este caso los pacientes que son atendidos.

Así mismo, Gonzalez (2017) en la investigación de “Prevalencia de estrés laboral y factores relacionados en un hospital nivel III de salud mental de la ciudad de Cali, Colombia” expone unos resultados bastante parecidos a los descritos en la página anterior, ya que afirma que los profesionales del hospital quienes presentaban niveles altos de estrés laboral, tenían a su vez mayor ausentismo en el trabajo, síntomas relacionados a la salud mental como ansiedad y depresión y comportamientos desfavorables con los usuarios, como baja atención, frialdad y poca empatía. Es entonces fundamental tener en cuenta esta información, ya que permite identificar los consecuentes conductuales y actitudinales de este fenómeno en los profesionales de la salud y las personas que tienen contacto con

ellos como pacientes o compañeros de trabajo, como lo afirman Casa, Rincón & Villa (2013) en su investigación “Síndrome de Burnout, una enfermedad silenciosa” realizaron un estudio en profesionales de enfermería cuyos resultados describen síntomas de agotamiento emocional importantes, baja tolerancia a la frustración y poca realización en su trabajo, lo cual afecta sus relaciones interpersonales con sus compañeros de trabajo y con los usuarios que atiende.

Vemos entonces como los resultados en relación a los síntomas del Burnout en el personal de la salud en Colombia, tienen implicaciones a nivel de agotamiento emocional, generando pérdida considerable de motivación e interés, cambios en el comportamiento y la personalidad y afectaciones en la salud física y mental de quien la padece. Resultados que pueden asimilarse a la teoría documentada, la cual describe entre los síntomas comunes del Burnout, el desgaste mental y emocional, la acumulación de cansancio físico, cambios abruptos en el comportamiento, y en mayor medida, complicaciones en la salud mental (Morales & Hidalgo, 2015, p. 4)

Por otra parte, se pudieron encontrar resultados importantes con referencia a los síntomas emocionales, actitudinales y conductuales de los profesionales de la salud que presentan niveles considerables de Burnout en el trabajo, los cuales se describen a través de la despersonalización, en actitudes y comportamientos cínicos y deshumanizados con las personas a las cuales atienden en calidad de pacientes. “La despersonalización es un fenómeno que puede conllevar síntomas como sensación de no ser uno mismo, sentirse como un robot, no reconocerse en su propia actividad mental, temor a perder la razón entre otras condiciones que afectan la salud mental y social de quien las presenta” (Cruzado, 2013, p. 121).

Estos síntomas descritos, representan una dificultad a tener en cuenta en el ejercicio de cargos profesionales que implican estar en constante relación con personas las cuales se encuentran en estado de vulnerabilidad, y elementos como la empatía y la calidez humana juegan un papel fundamental para el adecuado ejercicio de la labor, mismo que se ha visto afectado a través de esta sintomatología que

afecta no solo a quien la padece si no también al círculo de personas que le rodean en el trabajo. Como lo expresan Gamero & Acosta (2013) en su investigación “Enfoque de competencias para los equipos de atención primaria en Salud”

Los profesionales de la salud requieren competencias tanto en conocimientos científicos, como capacidad para comunicarse, trabajar en equipo y conectarse de manera empática con los miembros de la comunidad. Es fundamental que los profesionales que se desempeñan en el campo de la salud sean tomadores de decisiones y entiendan las necesidades humanas de las personas a las que impacta (p. 37)

En el análisis de estos síntomas es importante tener en cuenta el contexto en el que se desenvuelven las personas que lo padecen, factores que son importantes a tener en cuenta ya que son elementos diferenciadores que dan explicación al comportamiento explícito de los profesionales de la salud en Colombia, con niveles altos de Burnout.

La realidad del sistema de salud colombiano, se encuentra permeada por elementos de orden político y social que tienen efectos desfavorables en todos los niveles: tanto para el paciente como para el funcionario. La desigualdad en el acceso a los servicios de salud y los bajos recursos económicos y humanos, entre otros factores, pueden incidir de manera directa e indirecta en el aumento considerable de la carga de trabajo percibida por los profesionales que se desempeñan en este ámbito, lo cual, a su vez tiende a aumentar los índices de Burnout en esta población, generando la aparición de los síntomas conductuales anteriormente descritos. Es por ende fundamental continuar con el estudio y el desarrollo de investigaciones que permitan ampliar el panorama de comprensión de este fenómeno en el país, y promover acciones que lo contrarresten en pro del bienestar de los pacientes y funcionarios.

#### **4.2 Factores de riesgo en la salud mental de los profesionales de la salud en Colombia**

Habiendo rastreado los resultados de las investigaciones y estudios documentados de los últimos 10 años que describen los síntomas del síndrome de Burnout en los profesionales de la salud en Colombia, se abordan a continuación, los resultados de dicha revisión orientados en dar respuesta al segundo objetivo de la investigación: “Identificar los factores de riesgo de enfermedad mental en el personal profesional de la salud documentados en textos publicados durante los últimos 10 años”

En primera instancia, se trae a colación el estudio realizado por Vila & Pardo (2013) “Antecedentes y efectos del Burnout en el trabajo y la salud mental” quienes expresan que la exposición a condiciones constantes que incrementen el estrés laboral y el Burnout tiene relación directa en la salud mental de los trabajadores, como pérdida del interés, baja realización personal, alteraciones del estado del ánimo que pueden detonar depresión y ansiedad así como problemas interpersonales en el trabajo y la vida social. Los autores, afirman que es fundamental establecer investigaciones que permitan entender y gestionar estas consecuencias negativas en el trabajo en pro del cuidado de la salud mental.

Por su parte, Vallejo & Molano (2020) en el estudio “Síndrome de burnout del cuidador familiar con personas con trastorno psiquiátrico tipo esquizofrenia” describe y profundiza los consecuentes emocionales, comportamentales y psicológicos de los cuidadores de personas con esquizofrenia que presentan niveles medios y altos de Burnout, afirmando que existe presencia considerable de sentimientos de culpabilidad, incompreensión, despersonalización y depresión por parte de los cuidadores quienes a su vez tienen mayor sensibilidad y agotamiento emocional. Del mismo modo, los autores señalan que esta población tiene alta vulnerabilidad a padecer trastornos mentales como depresión y ansiedad.



El estudio “Síndrome de Burnout: De un fenómeno laboral a un diagnóstico médico” realizado por Vivas & Fonseca (2019) afirma que, a día de hoy, el síndrome de Burnout se ha convertido en uno de los factores de riesgo más importantes a tener en cuenta en la actualidad, ya que pasó de ser un fenómeno que afecta el ámbito laboral de las personas, a convertirse en un problema de salud tanto mental, como física. Los autores expresan que la sintomatología del Brunout, es un factor determinante en la génesis de enfermedades mentales como la ansiedad generalizada y la depresión, así como en dolencias físicas como migraña, tensión muscular, entre otras.

Estas investigaciones y sus resultados anteriormente referenciados, son similares en comparación a la teoría registrada en el marco conceptual de la presente revisión documental, en la cual autores como Morales & Hidalgo (2015) expresan que las cargas excesivas de trabajo percibidas por los trabajadores, es un factor de riesgo importante para el desarrollo de enfermedades mentales como la depresión y ansiedad; así mismo, los autores resaltan que las personas que se encuentran en labores en las que deben interactuar constantemente con otros, tienden a presentar síntomas de ansiedad y aislamiento, así como problemas de depresión y culpabilidad (p. 8)

Otras investigaciones incluidas en la revisión documental que se asemejan a los resultados encontrados en la teoría, es el estudio realizado por Jiménez & Caballero (2021) quienes en su investigación: “La salud general percibida y su asociación al síndrome de burnout académico e ideación suicida en universitarios colombianos” expresan que, la sobrecarga de tareas y deberes, en relación a las capacidades percibidas genera en diferentes contextos, niveles altos de tensión y preocupación en las personas, desarrollando niveles de estrés que afectan la salud física y mental, así como situaciones de frustración y decepción personal que derivan en alteraciones del estado de ánimo como la depresión, y por consecuencia, ideaciones suicidas en las personas.

De este modo, se abordan los documentos científicos que describen los factores de riesgo en relación a la salud mental en los profesionales de la salud en Colombia, entre los cuales resalta el exceso de carga laboral percibido por los trabajadores y los horarios extensos de trabajo, generando esto efectos a nivel físico y mental desfavorables para la persona, acompañados de síntomas como el agotamiento emocional y despersonalización que inciden negativamente en la relación consigo mismo y con los demás, siendo un factor especialmente inquietante al encontrarse en un contexto laboral en el cual deben tener contacto humano constante y procurar por el cuidado y el bienestar del otro.

Como los expresan Bambula & Gómez (2016) en el estudio “Síndrome de Burnout en Latinoamérica”:

Es relevante destacar la necesidad de ampliar la perspectiva de análisis del síndrome de Burnout, para poder comprender su relación con la realidad social y económica concreta en la que se desarrolla. Esto implica una reflexión más profunda sobre cómo el trabajo afecta la salud y cómo se interrelaciona con la sociedad. Para lograr esto, es fundamental observar a la persona desde diferentes ángulos, ya que su bienestar mental, físico y social no puede ser visto de manera aislada. Es decir, se debe tener en cuenta su contexto laboral, su entorno social, su estado físico y su salud mental, para así entender de manera integral las repercusiones del síndrome (p. 60)

De este modo, es importante también el síndrome de Burnout, y sus factores de riesgo en relación a la salud mental, sigue siendo un factor importante a tener en cuenta desde el conocimiento psicológico y el desarrollo de investigaciones y estudios, que permitan ampliar el panorama de comprensión de este fenómeno y suministren información para continuar con su entendimiento, así mismo se puede afirmar que el síndrome de Burnout es un problema importante en este sector de la

salud en el país y puede tener consecuencias negativas en la salud física y mental de los trabajadores. Los estudios revisados señalan que la sobrecarga laboral y el estrés generado por el trabajo pueden llevar a la depresión, ansiedad, migrañas, tensión muscular, entre otras dolencias físicas y mentales. Además, la despersonalización y el agotamiento emocional que se presentan en el Burnout pueden afectar negativamente las relaciones interpersonales, lo que es especialmente preocupante en el contexto laboral de los profesionales de la salud, quienes deben cuidar y procurar el bienestar de los demás.

Es importante destacar que, aunque la mayoría de los estudios revisados se enfocan en el Burnout de los profesionales de la salud, hay otras investigaciones que abordan el Burnout en otros ámbitos laborales y en la población general, y que presentan resultados similares en cuanto a los factores de riesgo de enfermedades mentales. En este sentido, es necesario que se sigan realizando investigaciones que permitan entender mejor el impacto del Burnout en la salud mental de los trabajadores y se tomen medidas preventivas para evitar su desarrollo y consecuencias.

Finalmente, se puede concluir que el Burnout es un problema de salud laboral que no solo afecta la vida profesional de los trabajadores, sino que también puede tener consecuencias negativas en su vida personal y en su salud en general. Por lo tanto, es necesario que las empresas, organizaciones y entidades de salud tomen medidas para prevenir su desarrollo y promover el bienestar emocional y físico de sus trabajadores, lo que a su vez se traducirá en una mejora en su productividad y en la calidad de los servicios que ofrecen.

### **4.3 Características psicológicas del personal de la salud en Colombia que presenta síndrome de Burnout – Responde al tercer objetivo**

Así pues, se proceden a exponer los resultados que buscan dar respuesta al tercer objetivo específico de la presente revisión documental: “Analizar las características psicológicas del personal profesional de la salud en Colombia que presenta síndrome de Burnout documentadas en textos publicados durante los últimos 10 años”

En primera instancia, se trae a colación la investigación de Lauracio & Lauracio (2020) que tuvo por objetivo identificar la presencia del síndrome de Burnout en sus 3 dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización, realización personal, identificar el nivel de desempeño laboral en sus cuatro escalas: calidad técnica y atención médica, capacitación y educación continua, productividad, aptitudes; y establecer si hay relación entre el síndrome de Burnout y el desempeño laboral en el personal de salud de un centro asistencial en la ciudad de Puno, Perú. Sus resultados, expresan que

El personal de salud que presentó síndrome de Burnout de nivel medio y alto se evidencia un grado importante de despersonalización el cual se ve expresado en actitudes de frialdad y distanciamiento hacia los usuarios, baja calidad en el servicio y dificultad para trabajar en equipo con sus compañeros, así mismo, un elemento importante a tener en cuenta fue los bajos índices de realización personal en su trabajo y sentimientos de autoeficiencia, datos que podrían explicar los comportamientos descritos. (p. 550).

Estas conductas anteriormente descritas por los autores, son importantes a tener en cuenta para dar respuesta al tercer objetivo, ya que permiten abrir el panorama de entendimiento frente a los posibles comportamientos del personal de la salud y sus características psicológicas en contextos donde presentan niveles de Burnout considerables, así mismo, estas actitudes y conductas son importantes de

revisar, ya que pueden incidir de manera desfavorable en un trabajo como el suyo, el cual implica un contacto constante con otras personas.

Estos resultados expuestos anteriormente, pueden compararse a la investigación de Díaz & Salas (2015) quienes expresan que el personal evaluado con síndrome de Burnout en niveles considerables, presenta dificultad para trabajar con los demás, susceptibilidad emocional al momento de realizar retroalimentaciones, desacuerdo con el trabajo que realizan, y baja calidad humana y de servicio (p. 616).

Cabe resaltar en este punto de la exposición de los resultados, que han sido pocas las investigaciones relacionadas que cumplan los criterios de inclusión y exclusión, que permitan describir ampliamente las características psicológicas del personal de la salud con síndrome de Burnout en Colombia, no obstante, es importante resaltar la investigación de Arias & Canahua (2018) "Síndrome de burnout en cuidadores de pacientes con discapacidad infantil" cuyo objetivo fue valorar la prevalencia del síndrome de burnout en profesionales y cuidadores de pacientes con discapacidad infantil. Sus resultados, expresan que a nivel psicológico, la personalidad de los cuidadores de niños con discapacidad también tiene un efecto moderador en el estrés que vivencian y su ajuste psicológico, y que los cuidadores de personas con discapacidad presentan altos niveles de agotamiento emocional y baja realización personal.

Otra investigación importante de tener en cuenta es el estudio realizado por Campos, Marques & Álvaro (2020) el cual tuvo como objetivo realizar una revisión sistémica frente a la relación existente entre los valores humanos y síndrome de burnout, analizando también aquellas estrategias de afrontamiento, conductas y comportamientos que adoptan las personas frente a esta enfermedad.

Sus resultados expresan que “el síndrome de burnout normalmente cambia la personalidad y por ende, modifica algunas conductas y valores y afecta considerablemente las actitudes y comportamientos de la persona frente al trabajo” (p. 371)

Así pues, las investigaciones revisadas, en conjunto con la teoría investigada, dan a entender que el síndrome de Burnout puede afectar la personalidad de quien lo padece en niveles altos, así como generar cambios de comportamiento y actitudes para el trabajo como distanciamiento, frialdad, agotamiento y dificultad para interactuar con las personas; también dan cuenta que los profesionales de la salud en Colombia, pueden tener una predisposición a desarrollar enfermedades mentales como depresión y ansiedad, teniendo en cuenta los factores de riesgo anteriormente abordados y las condiciones de trabajo, acompañados de síntomas como la despersonalización y el agotamiento emocional que pueden acrecentar los síntomas adversos de estas enfermedades.

Es importante tener en cuenta que las investigaciones hasta ahora realizadas y la teoría investigada, se encuentra aun en proceso de desarrollo y es importante la generación de nuevo conocimiento que permita entender y describir ampliamente las características psicológicas del personal de la salud en Colombia, y demás países latinoamericanos, que padecen de niveles considerables de Burnout. Como lo expresa Gil-Monte (2009) “Los profesionales que se encuentran expuestos a niveles altos de estrés, carga de trabajo u otros riesgos psicosociales, tendrán mayor predisposición a presentar malestares psicosomáticos, ausentismos y baja realización personal, afectando su salud física y mental y su rendimiento en el trabajo” (p. 169). Así pues, es importante entender la pertinencia de generar investigaciones sobre el Burnout, que permitan orientar acciones en pro del mejoramiento de las condiciones de salud de las personas propensas a padecerlo y de la calidad del servicio ofrecido por los profesionales y así mismo, ampliar el conocimiento del contexto del sistema de salud colombiano y las condiciones sociales propias del mismo que pueden acrecentar el riesgo del desarrollo de este síndrome. Agudelo & Cardona (2011) en “Sistema de salud en Colombia 20 años de logros y problemas”

expresan que diferentes factores han incidido en el estancamiento del progreso de la salud en el país, como actos de corrupción, bajos recursos, desigualdad social, cambios de gobierno, leyes, y demás factores que determinan en una disminución de la calidad del servicio prestado a clientes externos (pacientes y usuarios) e internos (profesionales y funcionarios) (p. 2823).

## 5 Discusión.

Habiendo realizado un abordaje de los resultados obtenidos en la revisión documental, se abre paso a la discusión de los mismos, realizando un paralelo entre los hallazgos, los objetivos establecidos y los antecedentes teóricos de investigación.

Con respecto al primer objetivo específico, “rastrear los síntomas del síndrome de burnout en el personal profesional de la salud, documentados en textos publicados durante los últimos 10 años”, se revela que los síntomas más frecuentes en esta población son la despersonalización y el agotamiento emocional. El fenómeno de la despersonalización altera la cognición de la persona y su conexión con su entorno social, generando conductas de frialdad, apatía y aislamiento. Por otro lado, el agotamiento emocional se manifiesta en una respuesta afectiva negativa del profesional ante las condiciones de trabajo, insatisfacción laboral, problemas con los usuarios, pacientes o clientes, tensión física y afrontamiento cognitivo negativo. (Cruzado, 2013, p. 121; Serrano, 2014, p. 92).

En este punto de la discusión, es importante abordar el por qué específicamente estos dos síntomas (agotamiento emocional y despersonalización) son más frecuentes en esta población con respecto de los demás que hacen parte de este síndrome. Es importante tener en cuenta el contexto sociocultural en el que se encuentran inmersos los profesionales de la salud en Colombia. El sistema de salud colombiano, comprende diversos puntos positivos pero también otros varios en contra, entre los cuales se destacan la desigualdad social, la baja cobertura y poca accesibilidad, como lo expresa Agudelo & Cardona (2011) en “Sistema de salud en Colombia 20 años de logros y problemas” quienes expresan que el SGSSS (Sistema General de Seguridad Social en Salud) de Colombia ha sido sometido a prueba por cerca de 20 años y ha afrontado múltiples problemas, dos reformas y numerosos ajustes que han generado efectos negativos en diferentes contextos de la salud en el país, entre los cuales destacan las bajas condiciones de bienestar para los profesionales de la salud” (p. 2825). Dicha realidad permite



entender que, en última instancia la población de profesionales de la salud se encuentran en la primera línea entre la atención primaria de las personas y el cuidado de los intereses del sistema de salud, lo cual implica mayor demanda, presión y por ende, la percepción de carga laboral excesiva como factor de riesgo principal detonante de enfermedades de salud mental en esta población, y desplegando síntomas como los anteriormente descritos que afectan no solo su salud física y mental.

El estudio de los factores de riesgo de salud mental en la población de profesionales de la salud en Colombia que presentan síntomas de Burnout ha sido objeto de investigaciones como las que se han expuesto en esta revisión documental. En dichos estudios, se ha encontrado como factor común que los horarios extensivos de la jornada laboral y las cargas excesivas de trabajo inciden de manera desfavorable en el desarrollo de trastornos mentales en esta población, como depresión y ansiedad. Barrios & Arechabala (2012) en su estudio “Relación entre carga laboral y Burnout en una unidad de atención de diálisis Enfermería Nefrológica” afirman que “la sobrecarga laboral con jornadas de trabajo extensas, superiores a 9 horas, en una misma unidad de servicio clínico, con dedicación exclusiva a la atención de pacientes y sin posibilidad de espacios de esparcimiento, son factores de riesgo que aumentan las probabilidades de padecer problemas de salud mental en las profesionales de turno, como depresión, ansiedad o malestar social” (p. 55)

Estos hallazgos tienen importantes implicaciones tanto para la gestión sanitaria como para la salud de los profesionales de la salud. Es necesario que las instituciones de salud implementen medidas para reducir la carga laboral en estos profesionales y para fomentar espacios de descanso y esparcimiento que les permitan recuperar su equilibrio emocional y cognitivo. Asimismo, los profesionales de la salud tendrán que identificar los riesgos que conlleva una carga laboral excesiva y buscar estrategias para manejar el estrés y el cansancio laboral, tales como técnicas de relajación, actividades recreativas y deportes. En definitiva, la prevención y la intervención del síndrome en la

población de profesionales de la salud es un tema de suma importancia para garantizar la calidad de la atención sanitaria y el bienestar de las personas que trabajan en esta área.

En relación al tercer objetivo de la revisión documental, “Analizar las características psicológicas del personal profesional de la salud en Colombia que presenta síndrome de Burnout documentadas en textos publicados durante los últimos 10 años,” se analizan puntualmente los comportamientos y patrones de conducta propios de la población y sus posibles estados emocionales; en este punto, los hallazgos muestran que a nivel conductual las personas que realizan labores bajo condiciones que perciben cargas excesivas de trabajo, pocos espacios de esparcimiento y horarios extensos de jornada laboral, suelen desarrollar comportamientos que obedecen al síntoma de despersonalización, los cuales se caracterizan por estar acompañados de actitudes de frialdad y baja empatía por el otro, su capacidad de socialización se ve considerablemente disminuida generando conductas de aislamiento y bajo interés social. Estas características conductuales, sumadas a los niveles de agotamiento emocional, pueden desencadenar enfermedades mentales en esta población como ansiedad y depresión, teniendo en cuenta que se desempeñan en un contexto en el que deben procurar el bienestar y el cuidado del otro.

## **6 Conclusiones**

A modo de conclusión general, puede entenderse que el síndrome de Burnout es un fenómeno que incide de manera negativa en la salud integral de las personas, generando afectaciones a nivel físico y mental en las personas que la padecen, y que así mismo, el contexto del sistema de salud en Colombia, es un sector que se enfrenta a diferentes condiciones desfavorables como la baja disposición de recursos, desigualdad, accesibilidad entre otros factores, que afectan directa e indirectamente a los profesionales de la salud quienes se encuentran en una posición fronteriza entre la comunidad y el sistema, e inciden en la sobrecarga progresiva de pacientes, usuarios y labores que desarrollan los síntomas anteriormente descritos en la población, afectando su estabilidad física y mental, y generando

dificultades a nivel social y laboral en la medida que perciben un sentimiento de rechazo emocional hacia su trabajo.

Es importante entonces desde el punto de vista científico de la psicología, generar y promover investigaciones que continúen ampliando el panorama de entendimiento del síndrome de Burnout y los efectos que este tiene en la salud mental de las personas, logrando establecer estrategias que se ajusten a los contextos estudiados y promuevan condiciones de bienestar para este sector el cual se encuentra en una posición complicada, entre el cuidado de su propia salud física y mental y el cuidado de los demás.

Para finalizar, es importante que las instituciones de salud implementen medidas para reducir la carga laboral en estos profesionales y para fomentar espacios de descanso y esparcimiento que les permitan recuperar su equilibrio emocional y cognitivo. Asimismo, los profesionales de la salud deben identificar los riesgos que conlleva una carga laboral excesiva y buscar estrategias para manejar el estrés y el cansancio laboral, como técnicas de relajación, actividades recreativas y deportes. La prevención y la intervención del síndrome en la población de profesionales de la salud es un tema de suma importancia para garantizar la calidad de la atención sanitaria y el bienestar de las personas que trabajan en esta área. Se deben abordar las causas subyacentes y tomar medidas para garantizar que los profesionales de la salud puedan desempeñar sus funciones de manera efectiva sin poner en peligro su propia salud mental. En este sentido, se necesitan investigaciones adicionales que proporcionen información adicional sobre los factores de riesgo y las estrategias preventivas y de intervención para el síndrome de burnout en la población de profesionales de la salud.

### Referencias

- Carrazana, V. (2022). EL CONCEPTO DE SALUD MENTAL EN PSICOLOGÍA HUMANISTA–EXISTENCIAL . Tesis , 19.
- DANE. (2018). CENSO NACIONAL de población y vivienda 2018 Colombia. DANE INFORMACIÓN PARA TODOS, 3.
- Gil Monte, P. (2001). El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de burnout): aproximaciones teóricas para su explicación y recomendaciones para la intervención. ResearchGate, 10.
- Gil Monte, P. (2005). EL SÍNDROME DE QUEMARSE POR EL TRABAJO (BURNOUT) Una Enfermedad Laboral en la Sociedad del Bienestar. LIBROS, 186.
- Llorens Gumbau, S., & Salanova Soria, M. (2011). Burnout: Un problema psicologico y social. Riesgos psicosociales, 37.
- López Elizalde, C. (2004). Síndrome de burnout. Anestesiología, 133.
- LR LA REPÚBLICA. (2020). Situación del síndrome de burnout en Colombia. LR LA REPÚBLICA, 1.
- Maicon, C., & Garces de los Fayos, E. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. anales de psicología, 26.
- Martínez Pérez, A. (2010). EL SÍNDROME DE BURNOUT. EVOLUCIÓN CONCEPTUAL Y ESTADO ACTUAL DE LA CUESTIÓN. Realyc, 112.
- Medline Plus. (2021). Salud mental, 4.
- Miranda Hiriart, G. (2018). ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental? Universidad del zulia, 83.

- Albaladejo R, Et al. Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de un hospital de Madrid. Rev Esp Salud Pública [revista en internet] 2004; 78(4): [505-516]. Disponible en:  
<http://scielo.isciii.es/pdf/resp/v78n4/original3.pdf>.
- Fernández A, Et al. Relevancia del estudio de agotamiento profesional (Burnout) en personal de enfermería. Estado del arte. Rev Enf Neurol (Mex) [revista en internet] 2010; 10(3): [135-140]. [acceso 04 de abril de 2015] Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2011/ene113e.pdf>.
- Freundenberger, H (1974). Acerca del síndrome de burnout. Estados Unidos. Nueva York
- Grau A, Et al. Influencia de factores personales, profesionales y transnacionales en el síndrome de Burnout en el personal sanitario Hispanoamericano y español, 2007. Rev Esp en Salud Pública [revista en internet] 2009; 83(2): [215-230]. [acceso 04 de abril de 2015] Disponible en:  
<http://scielo.isciii.es/pdf/resp/v83n2/original1.pdf>.
- Infobae (2021). Síndrome de burnout en Colombia. Burnout index 2021. Colombia.
- Marrau MC. El síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout), en el marco contextualizador del estrés laboral. Rev Fundamentos en humanidades [revista en internet] 2009; 19(1): [167-177]. Disponible en: <http://Dialnet-ISindromeDeQuemarsePorElTrabajoBurnoutEnElMarcoCo-3178051.pdf>.
- Maslach, C (1980). Síndrome de Burnout. Universidad de Berkeley. California. en Estados Unidos
- Montoya PA, Moreno S. Relación entre síndrome de Burnout, estrategias de afrontamiento y engagement. Rev Psicología desde el Caribe [revista en internet] 2012; 29(1): [204-227].

Disponible en:

<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/viewFile/1940/2813>.

MC. El síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout), en el marco contextualizador del estrés laboral.

Rev Fundamentos en humanidades [revista en internet] 2009; 19(1): [167-177]. Disponible en:

<http://Dialnet-LSindromeDeQuemarsePorElTrabajoBurnoutEnElMarcoCo-3178051.pdf>.

Ministerio de Trabajo de Colombia (2014). Decreto 1477 de 2014 Tabla de enfermedades laborales.

Colombia. Disponible en:

<https://funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=58849#:~:text=El%20presente%20decreto%20tiene%20por,m%C3%A9dico%20en%20los%20trabajadores%20afectados>

Balladares Ponguillo, Karen Andrea; Hablick Sánchez, Félix Cristobal Burnout: el síndrome laboral Journal of business and entrepreneurial studies, vol. 1, núm. 1, 2017 Colloquium editorial, Ecuador

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=573668151001>

Montoya PA, Moreno S. Relación entre síndrome de Burnout, estrategias de afrontamiento y engagement. Rev Psicología desde el Caribe [revista en internet] 2012; 29(1): [204-227].

Disponible en:

<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/viewFile/1940/2813>.

Gutiérrez A, Celis M, Moreno A, Serratos F, Suárez J. Síndrome de burnout, Vol. 11, No. 4: 305-309,

2006. Disponible en: [https://www.researchgate.net/profile/Felipe-Farias-](https://www.researchgate.net/profile/Felipe-Farias-Serratos/publication/236332518_Burnout_Syndrome/links/02e7e517a8d1f31e73000000/Burnout-Syndrome.pdf)

[Serratos/publication/236332518\\_Burnout\\_Syndrome/links/02e7e517a8d1f31e73000000/Burnout-Syndrome.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Felipe-Farias-Serratos/publication/236332518_Burnout_Syndrome/links/02e7e517a8d1f31e73000000/Burnout-Syndrome.pdf)

Saborío Morales, Lachiner, & Hidalgo Murillo, Luis Fernando. (2015). Síndrome de Burnout. Medicina

Legal de Costa Rica, 32(1), 119-124. Retrieved March 19, 2023, Disponible en:

[http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&tlng=es).

Díaz F, Gómez I, la investigación sobre el síndrome de burnout en latinoamérica (2016). Vol. 33, n.º 1, Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v33n1/v33n1a09.pdf>

Salas, R., Días, L., & Perez, H. (2015). Las competencias y el desempeño laboral en el Sistema Nacional de Salud. *Revista Cubana de Educacion Medica Superior*, 26(4), 604–617.

Cruzado, L., Núñez-Moscoso, P., & Rojas-Rojas, G. (2013). Despersonalización: más que síntoma, un síndrome.. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(2),120-125.[fecha de Consulta 23 de Abril de 2023]. ISSN: 0034-8597. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036944009>

PreciadoSerrano, M. D. L., PandoMoreno, M., & Vázquez, J. M. (2004). Agotamiento emocional: escala Burnoutadaptada para mujeres trabajadoras en la costura industrial. *Investigación en Salud*, VI(2),91-96.[fecha de Consulta 23 de Abril de 2023]. ISSN: 1405-7980. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14260206>

Agudelo Calderón, C. A., Cardona Botero, J., Ortega Bolaños, J., & Robledo Martínez, R. (2011). Sistema de salud en Colombia: 20 años de logros y problemas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16(6),2817-2828.[fecha de Consulta 23 de Abril de 2023]. ISSN: 1413-8123. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63019110020>

Barrios Araya, S., Arechabala Mantuliz, M. C., & Valenzuela Parada, V. (2012). Relación entre carga laboral y burnout en enfermeras de unidades de diálisis. *Enfermería Nefrológica*, 15(1),46-55.[fecha de Consulta 23 de Abril de 2023]. ISSN: 2254-2884. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=359833145007>



## Anexos

### ***Anexo 1: Matriz de revisión documental***



Matriz trabajo de  
grado .xlsx