



Factores de Riesgo laborales y condiciones sociodemográficas relacionadas con el Síndrome de Burnout en el personal de Salud en Colombia

Astrid Dayanna Rojas Rolón

Laura Daniela Ramírez González

Oscar Manrique Rodríguez

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría UNIMINUTO Bogotá

Programa Especialización en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo

2024

Factores de Riesgo laborales y condiciones sociodemográficas relacionadas con el Síndrome de Burnout en el personal de Salud en Colombia

Astrid Dayanna Rojas Rolón

Laura Daniela Ramírez González

Oscar Manrique Rodríguez

Monografía presentada como requisito para optar al título de Especialista en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo

Asesor(a)

Luisa Fernanda Becerra Ostos

Fisioterapeuta, Especialista en Gerencia SST

Mg. Salud Pública y Desarrollo Social

2024

Dedicatoria

Dedicamos esta monografía a Dios, cuya guía y fortaleza nos han acompañado a lo largo de este arduo camino de investigación. Su luz ha sido nuestra inspiración en cada momento de duda y desafío.

A nuestras familias, quienes han sido el pilar fundamental en nuestras vidas, brindándonos su amor, apoyo incondicional y motivación para alcanzar nuestras metas. Sin su paciencia y comprensión, este logro no habría sido posible.

A nuestros amigos, por su constante ánimo y compañía, haciendo de este proceso un viaje más llevadero y enriquecedor.

Este trabajo es un reflejo del esfuerzo compartido y el deseo de contribuir al bienestar del sector de la salud en Colombia.

Agradecimientos

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a la Corporación Universitaria Minuto de Dios, por brindarnos las herramientas académicas y el entorno propicio para el desarrollo de esta investigación.

Agradecemos especialmente a nuestros profesores y asesores, quienes, con su conocimiento, orientación y paciencia, han sido fundamentales en la elaboración de esta monografía sobre el Síndrome de Burnout en el sector de la salud en Colombia. Su experiencia y sabiduría nos han guiado en cada etapa del proceso, permitiéndonos profundizar en los factores de riesgo y las condiciones sociodemográficas que afectan a los profesionales de la salud.

Nuestro reconocimiento también va a todos aquellos profesionales de la salud que, a través de su labor diaria, enfrentan los desafíos que esta investigación aborda. Su dedicación y sacrificio son una fuente de inspiración.

Contenido

Resumen ejecutivo	7
Introducción	8
1. Problema.....	9
1.1 Descripción del problema.....	9
1.2 Pregunta de investigación.....	12
2. Objetivos.....	12
2.1 Objetivo general	12
2.2 Objetivos específicos.....	12
3. Justificación	13
4. Marco de Referencia.....	15
4.1 Marco teórico	15
4.2 Marco legal.....	17
5. Metodología.....	19
5.1 Enfoque y alcance de la investigación	19
5.2 Descripción de la estrategia de búsqueda.....	20
5.3 Instrumentos	21
5.4 Procedimientos.	22
5.5 Análisis de información.	22
5.6 Consideraciones éticas	22
6. Cronograma	23
7. Resultados y Discusión.....	24
8. Conclusiones.....	29
9. Recomendaciones	30
10. Referencias.....	31

Lista de Anexos

Anexo 1. Matriz de revisión de literatura

Lista de Tablas

Tabla 1 Cronograma de actividades monografía	23
Tabla 2 Resultados revisión literaria.....	25
Tabla 3. Factores de riesgo	26
Tabla 4. Condiciones sociodemográficas.....	27

Resumen ejecutivo

El objetivo de la presente monografía es distinguir los factores de riesgo laborales y las condiciones sociodemográficas relacionadas con el síndrome de Burnout en el personal de salud en Colombia. La metodología utilizada fue una revisión de literatura, incluyendo artículos enfocados en Colombia, con no más de 8 años de antigüedad, y tomando como muestra a los trabajadores del sector salud. La búsqueda se realizó mediante bases de datos y repositorio Institucional, a su vez se construyó una matriz de revisión de literatura con variables relevantes para el análisis, y la información recolectada fue categorizada utilizando el software Atlas Ti, permitiendo procesar y analizar los datos con facilidad. Los resultados muestran que la carga laboral excesiva, las relaciones interpersonales conflictivas y el poco apoyo social son factores de riesgo significativos. Se identificó a su vez que las mujeres, especialmente aquellas que están casadas y son adultos jóvenes entre 18 y 28 años, son el grupo más afectado.

Se concluye que los factores de riesgo más prevalentes fueron la carga laboral, las relaciones interpersonales y el apoyo social, ya que la población tiene baja tolerancia a la frustración, lleva una vida sedentaria y no dividen la vida laboral de la personal. Además, se evidencia mayor prevalencia del síndrome en adultos jóvenes, mujeres y con estado civil de casadas o en pareja, por el manejo de jornadas laborales extensas, la carga asociada al género y a sus funciones en el hogar.

Palabras claves: Burnout profesional, personal de la salud, agotamiento profesional, despersonalización y estrés psicológico

Introducción

Desde el año 2000 la Organización Mundial de la Salud declaró el 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 los trabajadores (Morales, 2015).

Los trastornos mentales son la principal causa de años perdidos por discapacidad, es por esto por lo que en general, las consecuencias económicas de los trastornos mentales tienen una gran repercusión en la población, sumándole a esto las pérdidas de productividad y otros costos indirectos para la sociedad (Organización Mundial de la Salud, 2022). Por eso se requieren identificar los factores de riesgo laborales del Síndrome de Burnout en el personal de la Salud en Colombia. A través de este proyecto se pretende incentivar la investigación sobre este síndrome de desgaste laboral, a nivel de trabajadores de la salud y de otras profesiones.

El objetivo de la presenta monografía es distinguir los Factores de Riesgo laborales y las condiciones sociodemográficas relacionadas con el Síndrome de Burnout en el personal de la Salud en Colombia, para esto se utilizó una metodología de revisión bibliográfica, planteando una estrategia de búsqueda iniciando por unas palabras clave y ecuaciones o frases de búsqueda en diferentes bases de datos y repositorios institucionales.

Así mismo el análisis se realizó por medio de la base de datos Atlas TI, un software especializado en el análisis cualitativo de datos, diseñado para extraer, categorizar y relacionar segmentos de datos provenientes de varios documentos (Sabariego et al., 2014).

En la revisión bibliográfica se puede evidenciar en base a los resultados, que el mayor factor de riesgo identificado fue la carga laboral en los trabajadores del área de la salud y en segundo lugar las relaciones interpersonales y el apoyo social, debido a las jornadas extensas, una vida monótona, no hacen ejercicio físico y tienen características propias en su personalidad frente al manejo de situaciones problemáticas dentro de una empresa (Ruiz, 2020).

Por otro lado, se evidencia que la población femenina, el estado civil casado y el rango de edad entre 18 y 28 años son los factores de riesgo que van de la mano, por las diferentes actividades laborales y del hogar que las mujeres realizan, la inexperiencia laboral y los problemas generados dentro de las relaciones por la sobrecarga laboral. (Baquero & Arroyave, 2021).

Se concluye que los factores de riesgo más prevalentes fueron la carga laboral, las relaciones interpersonales y el apoyo social, ya que la población tiene baja tolerancia a la frustración, lleva una vida sedentaria y no dividen la vida laboral de la personal. Además, se evidencia mayor prevalencia del síndrome de burnout en las mujeres y con estado civil de casadas o en pareja, debido al estrés asociado con el inicio de la carrera profesional, manejo de jornadas laborales extensas, la carga asociada al género y a sus funciones en el hogar.

1. Problema

1.1 Descripción del problema

Según Morales (2015), se determinó la primera conceptualización del síndrome de burnout en el año 1974 por el psiquiatra germano estadounidense Herbert J. Freudenberger, a partir de la observación que realizó mientras laboraba en una clínica para toxicómanos en Nueva York, y este notó que muchos de sus compañeros de trabajo comenzaban a sufrir pérdida

progresiva de la energía, apatía con los pacientes, además de agotamiento, ansiedad, depresión y desmotivación con el trabajo.

A su vez a nivel mundial se ha documentado que los trastornos mentales son la principal causa de años perdidos por discapacidad, es por lo que, las consecuencias económicas de los trastornos mentales tienen una gran repercusión en los gobiernos y la población, sumándole a esto las pérdidas de productividad y otros costos indirectos para la sociedad. Desde este punto de vista económico, los trastornos depresivos y de ansiedad se vuelven menos costosos para cada persona, pero son más significativos a los gastos totales de cada país. (Organización Mundial de la Salud, 2022).

Teniendo presente que los estados miembros de la OMS, en el año 2013 adoptaron el Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013-2020 enfocado a mejorar la salud mental en cada país, es importante mencionar que los resultados no han sido los esperados, ya que se ha evidenciado que los trastornos mentales siguen teniendo graves consecuencias en la vida de las personas, al tiempo que los sistemas y servicios de salud mental siguen estando mal equipados para satisfacer las necesidades de la población. (Organización Mundial de la Salud, 2022). Por otro lado, estudios como el de Raudenská et al. (2020) confirman esto, ya que en salud se observan incrementos en los niveles de sobrecarga laboral con los años, en aproximadamente un 26–60% por la alta demanda de pacientes y la falta de recursos adecuados, o llega al 81 % en el personal sanitario.

Estudios internacionales publicados hasta la fecha reflejan que el Síndrome de Burnout afecta a un alto porcentaje de los profesionales, se ha identificado que uno de los principales desencadenantes del síndrome de burnout es la inestabilidad laboral, que trae efectos negativos y nocivos para la salud psicológica y física. El síndrome de burnout es un problema de salud

pública que viene en aumento y que no solo repercute en la salud de los trabajadores, sino también en la calidad de los servicios prestados, deteriorando por ejemplo la relación médica – paciente para trabajadores de la salud y generando un alto costo a nivel social y económico para el sistema. (Hamón et al., 2017).

Específicamente los estudios de los factores de riesgo relacionados con el síndrome de burnout en los profesionales del sector de la salud destacan como factor de riesgo la sobrecarga laboral, la ausencia de incentivos de tipo económico, de compensación en tiempo o de reconocimiento y de crecimiento profesional, por lo cual se aumentan los niveles de insatisfacción laboral y en consecuencia se desencadenan bajos niveles de eficiencia y bienestar dentro del equipo de trabajo. (Arteaga, et al., 2014).

En Colombia se han desarrollado investigaciones orientadas a describir la prevalencia del síndrome de burnout respecto a sus factores asociados, se han realizado principalmente en docentes y en profesionales de la salud, encontrando prevalencia del síndrome según el área de trabajo, la carga laboral, las actividades laborales y la carga emocional, todo esto generando sintomatologías ya mencionadas como el cansancio emocional, despersonalización y falta de realización personal. Como evidencia de lo anteriormente expuesto, entre el 17% y el 76% del personal médico cuenta con cifras muy elevadas de agotamiento emocional, y en relación con el género, se presenta que las mujeres son las más predispuestas a sufrir de este síndrome debido a las responsabilidades adicionales que enfrentan por el constructo social asociado a su género; en relación con las profesiones, se ha encontrado que los médicos y el personal de enfermería son los que presentan mayores signos relacionados con ansiedad e insomnio, ya que están expuestos a situaciones de alta carga emocional y largas jornadas laborales sin el debido descanso (Gutiérrez, 2016).

El síndrome de burnout o estrés laboral, según Carballeira (2017), se relaciona como el responsable de la desmotivación que sufren los trabajadores de diversos sectores en Colombia. El síndrome es un trastorno adaptativo crónico que lleva a síntomas emocionales, conductuales y somáticos que afectan la autoestima y se caracteriza por un proceso paulatino, donde intervienen trabajo directo con personas mediante una relación de interdependencia mutua, por el que las personas pierden interés en sus tareas, sentido de responsabilidad y como consecuencia presentan un desbalance prolongado a nivel laboral, perjudicando a su entorno familiar, laboral y social.

1.2 Pregunta de investigación

¿Cuáles son los factores de riesgo laborales y las condiciones sociodemográficas relacionadas con el Síndrome de Burnout en el personal de la Salud en Colombia?

2. Objetivos

2.1 Objetivo general

Describir los Factores de Riesgo laborales y las condiciones sociodemográficas relacionadas con el Síndrome de Burnout en el personal de la Salud en Colombia.

2.2 Objetivos específicos

2.2.1. Identificar los factores de riesgo laborales del Síndrome de Burnout en el personal de la Salud en Colombia.

2.2.2. Identificar las variables de las condiciones sociodemográficas sobre el síndrome de Burnout en el personal de la Salud en Colombia.

3. Justificación

La presente monografía busca abordar un problema crítico que afecta tanto la eficiencia del sistema de salud como el bienestar de sus trabajadores, esta investigación sobre el síndrome de Burnout, un fenómeno ampliamente reconocido en diferentes áreas laborales tiene el potencial de generar impactos positivos significativos. Estos beneficios se manifiestan en varios ámbitos, incluyendo aportes sociales, metodológicos y teóricos (Saborío & Hidalgo, 2015). Desde una perspectiva social, esta investigación pretende sensibilizar sobre la importancia del bienestar psicológico de los trabajadores de la salud y teniendo presente que, para crear estrategias para la prevención y mitigación, se deben realizar investigaciones y revisiones literarias previas para contextualizar al síndrome, como se pretende en la investigación.

Metodológicamente, el estudio ofrece una investigación que, al integrar diversas variables sociodemográficas y laborales, proporciona un marco comprensivo para entender cómo estas interactúan y contribuyen al Burnout. Adicional a esto, la monografía contribuirá al cuerpo de conocimiento existente sobre el síndrome de Burnout, ofreciendo nuevas perspectivas y datos específicos del contexto colombiano, lo que permitirá un mejor entendimiento de este fenómeno en Latinoamérica y servirá como base para estudios comparativos en otros países de la región (Aldrete et. al., 2015).

La delimitación espacial de esta investigación se centra en Colombia, un país con un sistema de salud que ha presentado diversos desafíos laborales para su personal sanitario, el estudio abarca datos y análisis de los últimos ocho años, permitiendo una evaluación actualizada y relevante de la situación, además socio demográficamente, se enfocará en el personal de salud de diferentes regiones del país, considerando variables como la edad, el género y el estado civil,

para obtener un panorama completo y detallado de los factores de riesgo asociados al Burnout (Jiménez et.al, 2015).

Si dentro de la comunidad se utiliza la presente monografía basada en la revisión de la literatura para implementarla dentro de los sistemas de prestación de servicios de la salud, se pueden beneficiar al brindar una atención de salud de mayor calidad, proporcionada por profesionales que no están afectados por el Burnout, lo que contribuye a una mejora en la salud pública general y en la satisfacción de los pacientes (Castillo & Alviz, 2015). Por otro lado, por medio del estudio, se ofrece a los estudiantes y futuros investigadores un recurso valioso y actualizado que puede servir como referencia para estudios posteriores, proporcionando a su vez un modelo metodológico que pueden aplicar en sus propias investigaciones, independientemente sea el tema.

La necesidad de investigar esta problemática se fundamenta en la importancia de abordar el alto estrés laboral y las condiciones que enfrentan los trabajadores de salud en Colombia, ya que ciertos factores en específico contribuyen significativamente al desarrollo del Burnout. Es crucial plantear este tipo de investigaciones para que en el futuro soluciones basadas en evidencia que puedan ser implementadas a nivel institucional y político, promoviendo un entorno laboral más saludable y eficiente (Castillo & Alviz, 2015).

Finalmente, para los investigadores del presente trabajo, como futuros gerentes en riesgos y seguridad y salud en el trabajo, la realización de esta monografía representa una ganancia significativa, ya que permitirá profundizar en la comprensión de los factores que afectan la salud mental de los trabajadores del sector sanitario, un conocimiento crucial para diseñar e implementar programas de prevención y manejo del Burnout las futuras responsabilidades

laborales. Esta experiencia fortalecerá a su vez las competencias en la identificación y gestión de riesgos psicosociales, mejorando la capacidad para contribuir al bienestar de los empleados y al éxito de las organizaciones en las que se trabaje, se desarrollarán habilidades críticas en análisis de datos, formulación de investigaciones y comunicación efectiva de resultados. La investigación sobre los factores de riesgo laborales y las condiciones sociodemográficas relacionadas con el síndrome de Burnout en el personal de salud en Colombia es crucial para sentar un precedente que pueda guiar futuras intervenciones y estrategias en este ámbito. Los beneficios derivados de este estudio son amplios y variados, impactando positivamente a instituciones, sectores económicos, la comunidad, estudiantes e investigadores. El valor de la monografía reside directamente, en la contribución al conocimiento teórico y metodológico del campo, ofreciendo una base y evidencia reciente que permitirá desarrollar soluciones prácticas y aplicables a un problema de gran relevancia social y económica en investigaciones y proyectos futuros.

4. Marco de Referencia

4.1 Marco teórico

En la década de los 80, Maslach y Jackson desarrollaron un modelo teórico para definir el síndrome de Burnout, estableciendo tres dimensiones fundamentales: baja realización personal, agotamiento emocional y despersonalización. Estos investigadores acuñaron el término y elaboraron tanto el modelo teórico como empírico del Burnout (Serrano, 2021).

Crearon el Maslach Burnout Inventory (MBI), un instrumento diseñado para medir el nivel de Burnout en diversas profesiones, especialmente en el ámbito educativo. El MBI se ha convertido en una herramienta de referencia básica en la investigación sobre el síndrome de Burnout. El cuestionario evalúa las tres dimensiones mencionadas a través de una serie de ítems

que permiten identificar la presencia y la gravedad del Burnout en los individuos. (Serrano, 2021).

Teoría Sociocognitiva

La teoría sociocognitiva en relación con el Síndrome de Burnout, se considera en cómo las cogniciones influyen en la forma como las personas perciben y en el comportamiento de estas. A su vez, estas cogniciones son modificadas por los resultados del comportamiento y por la acumulación de las consecuencias que se observan en los otros y también consideran que el grado de seguridad que las personas experimentan en relación con sus propias capacidades determinará el esfuerzo que pondrán en conseguir sus objetivos y la facilidad o dificultad en conseguirlos (Mercado, 2016).

Los trabajadores que perciben un alto sentido de autoeficacia tienden a experimentar menos estrés ante las situaciones amenazantes, y cuando creen que pueden afrontar las situaciones de manera positiva éstas les resultan menos estresantes. El éxito y la consecución de logros personales por parte de los trabajadores aumentaría la percepción de autoeficacia, mientras que el fracaso en el logro de los objetivos conlleva a sentimientos de fracaso, bajo sentido de autoeficacia y podría dar lugar al desarrollo del síndrome de burnout. (Mercado, 2016).

Teoría del Intercambio Social

La teoría del intercambio social es una perspectiva sociológica según la cual el comportamiento humano se basa en los intercambios entre personas y explica cómo de manera

inconsciente buscamos obtener el mayor beneficio de nuestras relaciones sociales al menor coste (Carrillo, 2019).

A su vez plantea que en el surgimiento de las relaciones sociales existe un proceso de evaluación coste-beneficio donde los sujetos discriminan si vale la pena establecer relaciones con otros individuos o no. El individualismo y el hedonismo son sus bases fundamentales las cuales hablan de que todas las conductas están asociadas al logro personal incluso la sociables y que la única meta del ser humano es alcanzar el placer y satisfacción Individual (Carrillo, 2019).

Teoría Organizacional

Se caracteriza por basarse en la función de los estresores del contexto organizacional y de las estrategias de afrontamiento que utilizan los trabajadores ante el Burnout. En esta teoría, las variables como las funciones del rol, el apoyo percibido, la estructura, el clima y la cultura organizacional junto a la forma de afrontar las situaciones amenazantes, están implicadas en la aparición del síndrome. Las causas varían dependiendo del tipo de estructura organizacional y de la institucionalización del apoyo social. (Gil-Monte, 2016).

Por ejemplo, el Burnout se puede originar por agotamiento emocional en una organización burocrática mecánica y de comunicación vertical; mientras que en organizaciones con burocracias profesionalizadas (hospitales) puede aparecer el Burnout por disfunciones de rol y conflictos interpersonales. (Pérez,2010).

4.2 Marco legal

Como referente internacional se tiene la convención C 161 de 1985 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), en el cual se establecen funciones preventivas y de asesoramiento acerca de los requisitos necesarios para establecer y conservar un medio

ambiente de trabajo seguro y sano que en el que se propenda una salud física y mental de buena calidad (Torres & Llorca, 2020).

Dentro de las referencias nacionales se cuenta con la Ley 789 de 2002, en Colombia, se dictan normas para apoyar el empleo y ampliar la protección social, se modifican algunos artículos del Código Sustantivo de Trabajo. Es importante en Salud Ocupacional porque incorpora a los estudiantes al Sistema General de Riesgos Profesionales (Congreso de Colombia, 2002).

A su vez la Resolución 2646 de 2008, establece disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional. (Ministerio de la Protección Social, 2008).

La Ley 1562 de 2012, en Colombia, establece el Sistema de Riesgos Laborales y regula aspectos relacionados con la salud ocupacional, la prevención de riesgos laborales y la promoción de la salud en el ámbito laboral (Congreso de Colombia, 2012).

El 8 de junio de 2021, la Organización Internacional de Normalización publicó la ISO 45003:2021 ‘Gestión de la Salud y seguridad psicológica en el trabajo Directrices para la gestión de riesgos psicosociales’, la primera norma internacional que brinda a empresas y organizaciones de todo tipo orientaciones sobre la identificación y gestión de riesgos psicosociales dentro de un sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo. (Salamanca, 2021).

Finalmente, la Resolución 2764 de 2022, en Colombia, se adopta la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de Riesgo Psicosocial, la Guía Técnica General

para la promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora y sus protocolos específicos y se dictan otras disposiciones. (Ministerio del Trabajo, 2022).

5. Metodología

5.1 Enfoque y alcance de la investigación

Para la presente investigación se tomó como enfoque realizar una revisión bibliográfica exhaustiva, la cual es fundamental para comprender y analizar los factores de riesgo asociados con el síndrome de burnout en el personal de salud en Colombia. Según Hernández Sampieri (2018), la revisión de la literatura es el proceso mediante el cual se detecta, consulta y obtiene bibliografía relevante, y otros materiales útiles para abordar un problema de investigación, recopilando y extrayendo la información necesaria. Este proceso permite conocer el estado actual del conocimiento sobre el tema, los enfoques metodológicos utilizados por otros investigadores, y los hallazgos previos.

La revisión bibliográfica debe ser selectiva y analítica, además, esta revisión debe contener un análisis crítico de las investigaciones previas, y no solo un catálogo descriptivo de hallazgos, sino también una argumentación que derive en conclusiones (Savin-Baden & Major, 2013).

Es por esto que para la presente monografía se ha elegido la revisión bibliográfica, ya que permite abarcar la investigación de los factores de riesgo relacionados con el Síndrome de Burnout en el personal de la salud de Colombia.

5.2 Descripción de la estrategia de búsqueda

Para la realización de la búsqueda bibliográfica de la presente monografía, se definieron y seleccionaron palabras clave y frases específicas para asegurar una revisión precisa de la literatura. Inicialmente, se llevó a cabo la selección de términos MeSH (Medical Subject Headings), que son palabras, conceptos o definiciones estandarizadas por la comunidad académica, utilizadas para indexar artículos en bases de datos médicos.

Las palabras clave utilizadas en la búsqueda bibliográfica incluyeron términos tanto en español como en inglés, tales como: "Burnout profesional", "despersonalización", "trastornos de adaptación", "personal de salud", "satisfacción en el trabajo", "agotamiento psicológico", "agotamiento profesional" y "estrés psicológico". Estas palabras fueron validadas en el tesoro de DeCS (Descriptores en Ciencias de la Salud), asegurando que los términos fueran consistentes y reconocidos internacionalmente.

Para la construcción de las ecuaciones o frases de búsqueda, se aplicó el siguiente operador booleano:

- **AND**: Se indicó al buscador de la base de datos que presente artículos únicamente con los términos indicados, seguido del "AND".

Algunas de las frases compuestas utilizadas son:

1. "Burnout profesional "AND "despersonalización" AND "personal de la salud"
2. "Agotamiento psicológico" AND "síndrome de Burnout" AND "síndrome del quemado"

3. "Trastornos de adaptación" AND "Estrés psicológico" AND "Colombia"

Construidas las frases de búsqueda, estas fueron ingresadas en las bases de datos de Science Direct, Oxford Academic, Scielo y Springer Link. Para la elección de las bases de datos se tuvo en cuenta que estas fueran tanto disciplinarias como multidisciplinarias para asegurar una cobertura amplia y relevante de la literatura. Además, se aseguró que al menos una de las bases de datos fuera en una segunda lengua para garantizar una revisión diversa de las fuentes disponibles. Adicional a las bases de datos, para la presente monografía también se tuvieron en cuenta artículos publicados en el repositorio Institucional de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

5.3 Instrumentos

Para la realización de esta investigación, se utilizará como instrumento una matriz de revisión de literatura. Esta se define como una tabla en la que las filas representan referencias a documentación que constituyen evidencia de investigación y las columnas corresponden a las variables o parámetros definidos para cada referencia (Codina, 2023).

En la presente monografía, se toma como referente la matriz de revisión de literatura propuesta por Garrard (2022) (Anexo 1), dicho instrumento consta de siete columnas. En la primera columna se registran los datos de autor, seguido del título del documento referenciado, la base de datos de donde se obtuvo, luego el año, el propósito u objetivo del estudio, los resultados y finalmente conclusiones.

5.4 Procedimientos.

Para la elaboración de la presente monografía, se realizó una investigación de búsqueda para la elección de un tema de investigación, se precisó la pregunta problema y de acuerdo con lo anterior se plantearon los objetivos generales y específicos para proceder con la respectiva justificación. Posterior a ello se procede a indagar sobre el tema de investigación para trabajar en el marco de referencia, teórico y legal, instaurando el rastreo de antecedentes investigativos, estableciendo el tipo de investigación y los criterios de inclusión y exclusión, esto por medio de la matriz de revisión de literatura, que es el instrumento a utilizar en la investigación, se describe el procedimiento y delimita el plan de análisis de información, se hace mención a las consideraciones éticas para generar conclusiones referentes a los objetivos propuestos.

5.5 Análisis de información.

Con el fin de identificar la población sociodemográfica más vulnerable y los factores de riesgo relacionados con el Síndrome de Burnout en personal de la Salud en Colombia, se debe realizar un análisis de la información recolectada mediante la matriz de revisión de literatura, dicho análisis se realiza por medio de ATLAS.ti, un software especializado en el análisis cualitativo de datos, diseñado para extraer, categorizar y relacionar segmentos de datos provenientes de varios documentos, se decide utilizar dicha herramienta ya que el programa facilita la identificación de patrones (Sabariego et. al., 2014).

5.6 Consideraciones éticas

Para la presente monografía se han tenido en cuenta las consideraciones éticas alineadas a los principios establecidos por la Universidad Minuto de Dios de Bogotá, el código de ética y

buen gobierno, marco ético, compromisos de transparencia de los conflictos de interés y la propiedad intelectual que nos habla de elementos como; los Derechos de autor, la titularidad de los derechos, la originalidad y Paternidad; respetando los derechos de propiedad intelectual de otros autores, y finalmente la Responsabilidad ante terceros. (Uniminuto, 2020). A su vez en Colombia, los derechos de autor están regulados por la Ley 1915 de 2018, por la cual se establecen otras disposiciones en materia de derecho de autor y derechos conexos. Esta ley protege las creaciones intelectuales, garantizando que los autores reciban el reconocimiento y la compensación justa por su trabajo.

6. Cronograma

Tabla 1.

Cronograma de actividades monografía

No.	Actividad	Tiempo (meses)		Producto
		Desde	Hasta	
1	Definir la pregunta problema	Abril		Anteproyecto
	Planteamiento del problema			
	Pregunta problema			
	Objetivos			
	Justificación			
2	Elaborar el marco de Referencia	Mayo		Anteproyecto
	Marco Teórico			
	Marco Legal			
3	Diseño metodológico	Junio		Anteproyecto

	Enfoque y alcance de la investigación		
	Descripción de la estrategia de búsqueda		
	Procedimiento		
	Herramientas		
	Análisis de la información		
4	Diseño y construcción del Instrumento	Julio	Matriz de revisión documental
		Julio	
5	Presentación de resultados y discusión		Proyecto
6	Conclusiones Recomendaciones	Julio	Proyecto
7	Entrega final	Agosto	Proyecto terminado

Fuente: Elaboración propia

7. Resultados y Discusión

En la presente monografía, se contó con 38 artículos científicos sobre el síndrome de Burnout en el área de la Salud en Colombia. Se tuvieron en cuenta artículos con máximo 8 años de antigüedad de publicación, de los cuales 10 artículos se excluyeron por la ventana de tiempo y se excluyeron 3 artículos que fueron realizados en otros países.

Tabla 2.*Resultados revisión literaria*

Año	Science Direct	Scielo
2016	1	
2017	4	
2018		3
2019	2	
2021	1	4
2022		3
2023	2	4
2024		1
TOTAL	11	15

Fuente: Elaboración Propia

Al realizar los ajustes por exclusión, se contó con un total de 25 artículos que aplican para realizar el análisis de la presente revisión sistemática. De estos, 15 artículos fueron publicados en la base de datos Scielo y 11 artículos en ScienceDirect, como se evidencia en la Tabla 2. Al analizar los repositorios, se observa una distribución variada a lo largo de los años., sin embargo, se evidencia que la base datos con mayor publicación es Scielo, de esta misma manera, los años en donde se generó mayor publicación fueron el año 2023 seguido del 2021 uno en cada base de datos. Esto puede deberse al reciente aumento en el interés por el tema, también el crecimiento proporcional con los años sugiere una prevalencia de estudios os específicos y una creciente atención hacia el síndrome de burnout en los últimos años.

Tabla 3.*Factores de riesgo*

Factores de Riesgo	Menciones dentro de la revisión de literatura
Carga laboral	13
Relaciones interpersonales	6
Apoyo social	6
Ambiente laboral hostil	5
Jornada laboral	3

Fuente: Elaboración Propia

Como se puede observar en la tabla 3, el factor de riesgo laboral más relevante es el de carga laboral con 13 resultados, esto puede deberse a las altas jornadas que tienen el personal de la salud, la rotación constante en sus tareas y el poco tiempo libre que le queda a los trabajadores después de finalizar sus jornadas ya que al realizar turnos tan extensos no se puede realizar un balance en la carga laboral y personal de los trabajadores. Al comparar estos resultados con la literatura coincide, ya que según lo expuesto por Ruiz (2020) este factor se ocasiona porque los trabajadores no realizan actividades diferentes a las que generalmente suelen realizar en la empresa, llevan trabajo a sus casas, comportamentalmente presentan baja tolerancia a la frustración, llevan una vida monótona, no hacen ejercicio físico y tienen características propias en su personalidad frente al manejo de situaciones problemáticas dentro de una empresa.

En segundo lugar, se encuentran los factores pertenecientes a las relaciones interpersonales y el apoyo social con 6 menciones cada uno, esto puede deberse a las largas jornadas del personal de la salud y el poco tiempo libre restante después de finalizar las jornadas laborales pueden afectar las relaciones interpersonales de los trabajadores ya que las jornadas y la carga laboral del personal de la salud genera desgaste emocional. Y es así como autores como Gil-Monte (2016) mencionan que las relaciones interpersonales inadecuadas pueden aumentar la percepción de estrés y reducir la satisfacción laboral, lo que contribuye al agotamiento emocional, a lo que se complementa con Moreno (2017) que indica que la falta de apoyo social en el entorno de trabajo puede incrementar la sensación de aislamiento y despersonalización, lo que puede agravar las condiciones de presentar el síndrome.

Tabla 4.*Condiciones sociodemográficas*

Condición sociodemográfica		Menciones dentro de la revisión de literatura
Sexo	Femenino	16
	Masculino	6
Estado Civil	Solteros	5
	Casados	8
	Divorciados	3

Edad	Entre 18 y 28 años	4
	Entre 28 y 40 años	3
	Más de 40 años	1

Fuente: Elaboración Propia

A partir del análisis de los resultados obtenidos sobre la revisión de literatura, se observa que distintos factores sociodemográficos influyen en su prevalencia; como lo es el género, que emerge como un elemento destacado revelando una mayor incidencia en las mujeres, acompañado del estado civil que prevalece el síndrome en la población casada y la edad, visualizando que los rangos entre 18 y 28 años son los más encontrados, esto puede ser debido a la responsabilidad socialmente asignadas a las mujeres y más aún en el sector de la salud, la carga que las personas pueden llevar a sus hogares generando conflictos con sus parejas y finalmente la inexperiencia de los jóvenes al iniciar en el mundo laboral.

Acorde con la literatura revisada, indica que las mujeres, casadas siendo adultos jóvenes son las más propensas a desarrollar este síndrome, esto debido a que las mujeres, quienes enfrentan una mayor incidencia del síndrome, pueden estar sometidas a una sobrecarga significativa debido a la combinación de roles laborales y responsabilidades familiares, lo que contribuye al agotamiento emocional (Baquero & Arroyave, 2021).

Este riesgo se ve intensificado en personas casadas, quienes a menudo deben equilibrar las demandas del trabajo con las obligaciones familiares, aumentando así su vulnerabilidad al Burnout (León & Olivos, 2018).

Además, los adultos jóvenes, particularmente en el rango de 18 a 28 años, también son más propensos al síndrome, posiblemente debido al estrés asociado con el inicio de la carrera profesional y la adaptación a nuevas responsabilidades laborales (Córdoba, et.al., 2019).

La combinación de estos factores sociodemográficos, es decir la presión específica sobre las mujeres, el impacto de las responsabilidades familiares en los casados, y los desafíos propios de los jóvenes profesionales crea un panorama en el que estas personas se enfrentan a un mayor riesgo de desarrollar Burnout.

8. Conclusiones

De acuerdo con la revisión sistemática realizada mediante la matriz de revisión documental, se pudo identificar que los factores de riesgo más prevalentes en la población estudiada están encaminados hacia la carga laboral, relaciones interpersonales y apoyo social; influyendo en la aparición del síndrome de burnout, lo cual genera una insatisfacción del personal de la salud en relación con su trabajo.

A través del mismo método, se logró definir que las variables de las condiciones sociodemográficas que representan mayores efectos de las condiciones de salud de estos trabajadores, son el género femenino en un ciclo de vida entre los 18 a 28 años y estado civil casado, que de acuerdo con la literatura revisada esto puede ser ocasionado por la carga asociada al género, a sus funciones dentro del hogar y la poca experiencia laboral, generando mayor presión en el rendimiento de sus actividades profesionales y familiares asociados a la carga laboral.

9. Recomendaciones

Teniendo en cuenta el proyecto de investigación, se recomienda replicar dicho estudio en los diferentes sectores económicos, con el fin de poder determinar los factores que puedan estar generando el síndrome de burnout en las diferentes áreas de trabajo.

Se hace necesario generar futuras investigaciones de campo, para poder relacionar la evidencia científica con una aproximación más personal y cercana con las personas y/o trabajadores víctimas del síndrome de Burnout, mediante un grupo focal, entrevistas o encuestas.

De esta manera se hace importante poder plantear estrategias de intervención como, por ejemplo, terapia de relajación, resiliencia, disminución de la ansiedad, el ejercicio físico, aumentando los sistemas de apoyo con las sesiones de asesoramiento, que estén encaminadas frente a los factores de riesgos encontrados en las investigaciones; lo anterior ayudaría a disminuir la incidencia y prevalencia de este síndrome.

10. Referencias

- Aldrete, M., Navarro, C., González, R., Contreras, M. I., & Pérez, J. (2015). Factores psicosociales y síndrome de burnout en personal de enfermería de una unidad de tercer nivel de atención a la salud. *Ciencia & trabajo*, 17(52), 32-36.
<https://doi.org/10.4067/S0718-24492015000100007>
- Baquero, X., & Arroyave, M. (2021). *Síndrome de Burnout: ¿Es el género Femenino más propenso a padecerlo?* [Trabajo de grado, Universidad Libre]. Repositorio Institucional Unilibre.<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/23680/MD0321.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carballeira, A. (2017). *El Síndrome de Burnout: Antecedentes y consecuentes organizacionales en el ámbito de la sanidad pública gallega*. [Tesis doctoral, Universidad de Vigo]. Repositorio Institucional Universidad de Vigo.
https://www.investigacion.biblioteca.uvigo.es/xmlui/bitstream/handle/11093/791/sindrome_burnout_antecedentes_consecuentes_organizacionales_sanidad_gallega_analia.pdf?sequence=1
- Carrillo A. (2019). *Teoría de intercambio social: qué es y cuáles son sus autores*. Portal *Psicología y Mente*. <https://psicologiaymente.com/social/teoria-de-intercambio-social>
- Castillo, I., Orozco, J., & Alvis, L. (2015). Síndrome de Burnout en el personal médico de una institución prestadora de servicios de salud de Cartagena de Indias. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 47(2), 187-192.
<https://doi.org/10.15332/22563067.8175>

Codina, L. (2023). *Uso de matrices de revisión de la literatura para las fases de análisis y síntesis en scoping reviews*. Lluís Codina. <https://www.lluiscodina.com/matriz-de-revision-de-la-literatura/>

Congreso de Colombia (2002). Ley 789 de 2002. Por la cual se dictan normas para apoyar el empleo y ampliar la protección social y se modifican algunos artículos del Código Sustantivo de Trabajo.
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=6778>

Congreso de Colombia (2012). Ley 1562 de 2012. Por la cual se modifica el Sistema de Riesgos Laborales y se dictan otras disposiciones en materia de Salud Ocupacional.
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=48365#:~:text=Tiene%20por%20objeto%20mejorar%20las,trabajadores%20en%20todas%20las%20ocupaciones.&text=PAR%C3%81GRAFO%20>

Córdoba, M., Pérez, E., Romero, M., & Ariza, M. (2019). Influencia del apoyo social y la satisfacción laboral en el síndrome de burnout en profesionales sanitarios. *Revista Española de Salud Pública*, 93, e201912038. <https://doi.org/10.20960/resp.2019.038>

Garrard, J. (2022). *Health Sciences Literature Review Made Easy*. Jones & Bartlett Learning.
https://samples.jblearning.com/9781284211177/9781284211290_FMxx_i_xiv.pdf

Gil-Monte, P. R. (2016). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout): Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar. *Revista Española de Salud Pública*, 90, e1-e6.
<https://doi.org/10.20960/resp.2016.006>

- Gutiérrez, O., Loba, N., & Martínez, J. (2016). *Prevalencia del Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería de la Orinoquia colombiana*. *Universidad y Salud*, 20(1) (2018). <https://doi.org/10.22267/rus.182001.107>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación (7th ed.)*. McGraw Hill. (pp 30-145).
<http://187.191.86.244/rceis/registro/Methodología%20de%20la%20Investigación%0SAMPIERI.pdf>
- Jiménez, E., Caicedo, S., Joven, R., & Pulido, J. (2015). Factores de riesgo psicosocial y síndrome de burnout en trabajadores de una empresa dedicada a la recreación y el entretenimiento educativo infantil en Bogotá D.C. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 47(1), 47-60.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072015000100007&lng=en&tlng=es
- León, J., & Olivos, R. (2018). *El impacto de las relaciones interpersonales en el síndrome de burnout en profesionales de la salud*. *Salud y Sociedad*, 9(3), 45-56.
<https://doi.org/10.20960/sys.2018.003>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). *Job burnout*. *Annual Review of Psychology*, 52.
<https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Mercado G. (2016). *Modelo causal social cognitivo de Burnout en profesionales de la salud de Lima Metropolitana*. <https://core.ac.uk/download/pdf/323344113.pdf>

Ministerio de la Protección Social (2008). Resolución 2646 de 2008. Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.

<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=31607>

Ministerio del Trabajo (2022). Resolución 2764 de 2022. Por la cual se adopta la batería de instrumentos para la evaluación de factores de Riesgo Psicosocial, la Guía Técnica para la promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora y sus protocolos específicos y se dictan otras disposiciones.

<https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/63387917/2764.PDF/9387fea5-42f5-a29a-87b9-65fa11d0b195?t=1658896727002>

Morales, L., & Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout. Revisión bibliográfica. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1). https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014

Moreno, B., Gálvez, M., & Rodríguez, R. (2017). *La importancia del apoyo social en la prevención del burnout*. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 33(1), 49-56. <https://www.redalyc.org/pdf/291/29114109.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos*.

<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356118/9789240051966-spa.pdf>

Pérez, A. (2010). El síndrome de burnout. *evolución conceptual y estado actual de la cuestión*.

Comunicación Vivat Academia. 1575-2844. doi:

<https://doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>

Ruiz, F. (2020). *Guía de prevención contra el Burnout*. <https://www.sesst.org/wp-content/uploads/2021/07/guia-prevencion-del-burnout-.pdf>

Saborío, L., & Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&tlng=es

Salamanca, L. (2021). ISO 45003, *nueva herramienta para la gestión del riesgo psicosocial en las organizaciones*. <https://ccs.org.co/portfolio/iso-45003-nueva-herramienta-para-la-gestion-del-riesgo-psicosocial-en-las-organizaciones/>

Savin-Baden, M., & Howell Major, C. (2013). *Qualitative research: The essential guide to theory and practice*. Routledge. <https://www.routledge.com/Qualitative-Research-The-Essential-Guide-to-Theory-and-Practice/Savin-Baden-HowellMajor/p/book/9781032456379>

Serrano, O., & Sánchez, X. (2021). *Cuestionario de Burnout de Maslach (MBI-ED) dirigido a los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Machala*. Instituto Jubones.

<https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/societec/article/view/70/367>

Torres, J., & Llorca, J. (2020). *Factores psicosociales laborales: Una descripción de la clasificación colombiana de los riesgos psicosociales.*

<https://libros.usc.edu.co/index.php/usc/catalog/download/190/192/3259?inline=1>

Corporación Universitaria Minuto de Dios (2020). Acuerdo No. 308 de 2020. Por el cual se expide el código de ética y buen gobierno de la Corporación Universitaria Minutos de

Dios-UNIMINUTO. [https://portalweb-uniminuto.s3.us-east-](https://portalweb-uniminuto.s3.us-east-1.amazonaws.com/activos_digitales/DocInstitucionales/Lineamientos%20y%20Manuales/Acu308CodigoEticaBuenGobierno.pdf)

[1.amazonaws.com/activos_digitales/DocInstitucionales/Lineamientos%20y%20Manuales/Acu308CodigoEticaBuenGobierno.pdf](https://portalweb-uniminuto.s3.us-east-1.amazonaws.com/activos_digitales/DocInstitucionales/Lineamientos%20y%20Manuales/Acu308CodigoEticaBuenGobierno.pdf)

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de revisión de literatura.

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1s72LoD5WPw_m43S-jzXYZFbA6rhsHPxDkemN3gAis9E/edit?gid=0#gid=0