



El estrés de los médicos residentes

POR JUAN CARLOS VALENCIA

El estrés es uno de los grandes males de nuestro tiempo, del cual no se escapan los médicos residentes en hospitales de todo el planeta por las grandes presiones a las que están expuestos constantemente, cuyos efectos sobre su salud física y mental pueden tener consecuencias graves.

El llamado Síndrome de Agotamiento Profesional (SAP) que afecta con tanta crudeza a los médicos viene siendo estudiado desde hace varios años en el mundo. El SAP es un mal diferente de los trastornos del estado de ánimo, aunque se relaciona con ellos; se ha sugerido que afecta a los individuos solo en la esfera laboral, mientras que la depresión tiene efectos sobre todos los aspectos de la vida.

Las investigaciones apuntan a que algunas de las causas del síndrome son: la estricta educación médica —especialmente la de niveles que implican responsabilidad directa (postgrado o especializaciones médicas)—; la realización de actividades clínicas con pacientes; el contacto frecuente y cercano con la muerte y con el sufrimiento; la toma de decisiones y en particular en aspectos relacionados con la ética médica, así como las relaciones interpersonales con colegas, con pacientes y sus familiares. Las consecuencias del SAP se manifiestan en un desempeño académico insatisfactorio, disminución en el nivel de atención, reducción de la concentración, limitación en la toma de decisiones e imposibilidad para establecer relaciones médico-paciente adecuadas. De igual manera, pueden afectar la salud física y el bienestar psicológico del individuo.

Existen varios sistemas de medición del SAP, pero el índice más reconocido es el MBI (Maslach Burnout Inventory). En residentes de especialidades médico-quirúrgicas se encuentran niveles entre un 25 y un 70%, y el promedio

es de 50%, aproximadamente. Esto significa que prácticamente la mitad de los médicos residentes presenta puntuaciones compatibles con el SAP.

El SAP en San Ignacio

Luis Silva, psicólogo de la Javeriana, se dio a la tarea de medir la incidencia del SAP en los residentes del hospital San Ignacio de Bogotá y, además, explorar las variables que podrían desatar la aparición del síndrome. Trabajó bajo la tutoría de la psicóloga Socorro Moreno, el apoyo del médico Álvaro Ruiz y el bioestadístico Fabián Gil, todo en el marco de una pasantía del programa de Jóvenes Investigadores de Colciencias.

A una muestra de casi doscientos médicos residentes de las especializaciones médico-quirúrgicas de la Javeriana se le aplicó el MBI y, adicionalmente, un cuestionario que buscaba indagar sobre las múltiples dimensiones que se cree que pueden estar relacionadas con la presentación y desarrollo del síndrome. Según Silva, llenar el cuestionario podía convertirse en una experiencia terapéutica: "Se pensó que era posible que las preguntas pudieran hacer que los participantes reflexionaran sobre su práctica médica y cobraran conciencia de eventos y condiciones que se presentan en ella y que no afrontaban de la manera que ellos considerarían apropiada".

Los resultados fueron similares a los encontrados en estudios en otros países. Se confirmó que los residentes que sufren de SAP presentan un sentimiento de agotamiento ante las exigencias de la



actividad, que en ocasiones está relacionado con la pérdida de la satisfacción laboral y una conducta de rechazo hacia aquellos que son objeto de su atención.

Según el análisis, las causas más importantes del desarrollo del trastorno están relacionadas con los atributos de la personalidad, llamada fortaleza o personalidad vigorosa, y con aspectos del ambiente de desempeño: la sobrecarga laboral, entendida como la percepción de tener mayor dedicación laboral de la que se considera necesaria. Otro factor importante es la percepción de un futuro profesional lleno de incertidumbre, la cual puede potenciar los efectos de la sobrecarga laboral y el conflicto, por la ambigüedad que los médicos residentes afrontan en los hospitales.

Sin embargo, los resultados no permitieron formular un modelo de desarrollo del síndrome, tarea que queda pendiente para próximos estudios, así como la implementación de intervenciones orientadas a mejorar el bienestar psicológico de los residentes. La investigación fue un importante paso porque recogió información que "puede resultar muy valiosa en el momento de proponer alternativas de intervención, debido a que estas se diseñarían en función de las necesidades particulares de la formación y las actividades de cada especialidad", afirmó Silva.

Para leer más:

<http://www riesgos-laborales.com/>