

Resiliencia y *Burnout*: ¿Dos caras de la misma moneda en profesionales sanitarios?*

Pilar Lusilla, MD, PhD & Carmina Castellano-Tejedor, PhD

Department of Psychiatry. Vall d'Hebron University Hospital. Vall d'Hebron Institut de Recerca Barcelona (Spain)
Universidad Autónoma de Barcelona. CIBERSAM
Contacto: plusilla@vhebron.net

*Este trabajo ha sido financiado por la *Fundació La Marató de TV3* (Proyecto ESPELMA, número de beca: 156/U/2011)

Introducción

La resiliencia es un término relativamente moderno que ha generado en las últimas décadas un progresivo interés debido a sus implicaciones en relación a la prevención de la salud y la promoción del desarrollo humano. Rutter (1985) tomó este término de la física, señalando la capacidad de un cuerpo de resistir, ser fuerte y no deformarse frente a presiones externas. Adaptado al ámbito de las ciencias humanas y de la salud, entendemos por resiliencia a la capacidad de resistir y mantener la funcionalidad, a pesar de eventos estresantes, potencialmente traumáticos y desestabilizadores. La resiliencia puede darse en aquellas personas que a pesar de nacer y/o vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanas y exitosas (Garmezy, 1993; Masten & Wright, 2009; Rutter, 1993). Existen numerosos estudios sobre la resiliencia teniendo como protagonistas a pacientes que han sufrido y se han recuperado de graves enfermedades (Castellano et al., 2014). Sin embargo, los estudios que incluyen muestras con profesionales sanitarios son menos frecuentes a pesar de que hay datos abundantes que señalan que los profesionales sanitarios están sometidos a un nivel de estrés importante y más de un tercio de éstos presentan algún grado de *burnout* (McManus et al., 2002).

Objetivos del trabajo e Hipótesis

En el presente trabajo se analiza la relación que existe entre el estrés laboral, la satisfacción, el *burnout* y la resiliencia, en un colectivo de profesionales que trabajan con pacientes que han sufrido una lesión medular aguda.

Hipótesis: a mayor grado de resiliencia, menor grado de *burnout*.

Material y Método

Se ha evaluado el nivel de resiliencia, estrés, satisfacción laboral y *burnout* en una muestra de 43 profesionales sanitarios (incluyendo médicos rehabilitadores, profesionales de enfermería, personal auxiliar, fisioterapia y terapia ocupacional) que desarrollan su actividad laboral en la Unidad de Lesionados Medulares del Área de Traumatología del Hospital Universitario Vall d'Hebron (Barcelona); (Tabla 1). Los cuestionarios utilizados fueron: la escala de Resiliencia (RS-25) de Wagnild & Young, el Maslach Burnout Inventory (MBI) y dos EVAS para estrés y satisfacción laboral. Los profesionales se evaluaron antes y después de un programa de entrenamiento en técnicas motivacionales y habilidades de comunicación.

Resultados

Los profesionales encuestados tienen un nivel bajo de *burnout*: bajas puntuaciones en agotamiento emocional (M = 14,06, SD = 7,08), bajas puntuaciones en despersonalización (M = 3,12, SD = 2,65) y altas puntuaciones en realización personal (M = 39,8, SD = 5,98).

El nivel de resiliencia encontrado fue medio-alto (M = 146,14, SD = 12,78); (Tabla 2).

Existe una correlación positiva entre el nivel de resiliencia y la realización personal en el trabajo ($r = 0,664$; $p < 0,000$).

Estos resultados se mantuvieron en una segunda evaluación tras la realización del entrenamiento de los profesionales en técnicas de comunicación. (Tabla 3)

Discusión y Conclusiones

La resiliencia en el profesional sanitario es un factor estable que se relaciona con una mayor percepción personal de logro en el trabajo. Son necesarios más estudios para determinar si determinadas condiciones laborales pueden incrementar la resiliencia en los profesionales y disminuir el *burnout* así como determinar el tipo de formación necesaria que un profesional puede necesitar para ser más resiliente.

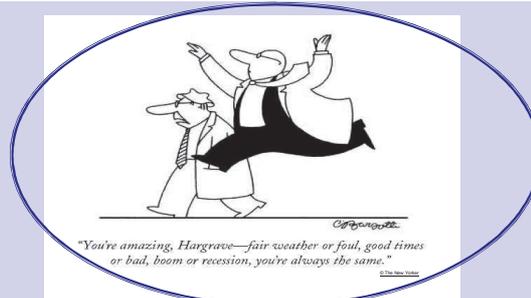


Tabla 1. Características socio-demográficas y laborales de la muestra (N= 43)

	N	%
GENERO		
Varón	10	23.3
Mujer	33	76.7
ESTADO CIVIL		
Soltero	8	18.6
Casado	20	46.5
Pareja estable	6	14
Divorciado	8	18.6
Viudo	1	2.3
PROFESIÓN		
Enfermera	13	30.2
Auxiliar enfermería	8	18.6
Fisioterapeuta	6	14.0
Auxiliar fisioterapia	1	2.3
Monitor	2	4.7
Médico Rehabilitador	3	6.9
Terapeuta ocupacional	1	2.3
Trabajador social	3	7
Celador	5	11.6
	MEDIA(SD)	RANGO
EDAD	46.03 (10.03)	28-62
TIEMPO TRABAJANDO EN LA UNIDAD	18.9 (10.5)	2-38

Tabla 2. Puntuaciones en *Burnout* y resiliencia

	Pre-intervención		Post-intervención		Baremo Interpretación
	MEDIA (SD)	RANGO	MEDIA (SD)	RANGO	
MBI-Agotamiento Emocional	14.06(7.08)	1-34	15.28 (8.30)	2-46	≤16 bajo; 17-26 medio; ≥27 alto
MBI-Despersonalización	3.12(2.65)	0-11	3.05 (2.59)	0-10	≤8 bajo; 9-13 medio; ≥14 alto
MBI-Realización Personal	39.81(5.98)	23-48	38.70 (5.53)	24-47	≤30 bajo; 31-36 medio; ≥37 alto
RS-25	143.43 (13.46)	101-165	141.26 (15.05)	104-170	1-175 >puntuación >resiliencia

Tabla 3. Prueba de Kruskal-Wallis MBI-Realización personal y categorías de Resiliencia

Categoría Resiliencia	Pre-intervención		Post-intervención	
	N (%)	RANGO PROMEDIO	N (%)	RANGO PROMEDIO
ALTA	25 (58.1%)	26.72	16 (37.2%)	29.81
MODERADA	16 (37.2%)	17.06	25 (58.1%)	18.08
BAJA	2 (4.7%)	2.50	2 (4.7%)	8.5
Significación		p=0.004		p=0.004

Bibliografía

- Castellano-Tejedor, C., Blasco Blasco, T., Pérez-Campdepadrós, M., Capdevila, L. (2014). Making sense of resilience: A review from the field of paediatric psycho-oncology and a proposal of a model for its study. *Annals of Psychology*, 30(3), 865-977.
- Garmezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry*, 56(1), 127-136
- Masten, A. S., & Wright, M. O'D. (2009). Resilience over the lifespan: Developmental perspectives on resistance, recovery, and transformation. En J. W. Reich, A. J. Zautra, & J. S. Hall (eds.), *Handbook of adult resilience* (pp. 213-237). New York: Guilford Press.
- McManus IC, Winder BC, Gordon D. The causal links between stress and burnout in a longitudinal study of UK doctors. *Lancet*. 2002; 15:359-2089-90.
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, Vol. 14, N.8, pp. 626-631.