

# Resiliencia y Burnout: dos caras de la misma moneda en profesionales sanitarios

**Autores:** Pilar Lusilla Palacios, Carmina castellano Tejedor  
Hospital General Universitario Vall d'Hebron, Vall d'Hebron Institut de Recerca  
[plusilla@vhebron.net](mailto:plusilla@vhebron.net)

Este trabajo ha sido financiado por la Fundación maratón TV3 (Proyecto ESPELMA)

## Introducción

La resiliencia es un término relativamente moderno que ha generado en las últimas décadas un progresivo interés debido a sus implicaciones que tiene para la prevención 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. Adaptado al ser humano, resiliencia es la capacidad de prevalecer, crecer, ser fuerte y hasta triunfar a pesar de las adversidades.

Caracteriza a aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Rutter, 1993).

Existen numerosos estudios sobre la resiliencia teniendo como protagonistas pacientes que han sufrido y se han recuperado de graves enfermedades. 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.

En el presente trabajo se analiza la relación que existe entre estrés laboral, satisfacción, burnout y 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 en el trabajo y burnout en una muestra de 43 profesionales sanitarios (incluyendo médicos, profesional 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 Vall d'hebron. Los cuestionarios utilizados fueron respectivamente el Resilience Scale-25 de Wagnild & Young, El Maslach Burnout Inventory (MBI) y escalas VAS para el estrés y la satisfacción laboral. Los profesionales se evaluaron antes y después de un programa de entrenamiento en técnicas motivacionales y de comunicación.

## Resultados

Los profesionales encuestados tienen un nivel bajo de burnout (puntuación media de agotamiento emocional: 14,06 (7,08), despersonalización: 3,12 (2,65) y realización personal 39,8 (5,98) y un nivel de resiliencia media-alta (146,14 (12,78)

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 pasación tras la realización del entrenamiento de los profesionales

## Conclusiones

La resiliencia en el profesional sanitario es un factor estable que se relaciona con una mayor percepción 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.

## Referencias:

- RUTTER, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorders. En: *British Journal of Psychiatry*, No.147, pp. 598 - 611.
- RUTTER, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, Vol.14, N.8, pp. 626-631.