

Síndrome de desgaste profesional en enfermeras cubanas: un problema que sale de las sombras

Margarita Chacón

El síndrome de desgaste profesional tiene características comunes: agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal en el trabajo. Es muy común entre las personas que laboran prestando servicios a otras personas,[1] pero también puede verse en otras profesiones, hasta tal punto que su distribución es casi universal en el mundo de hoy, apareciendo en todos los países, puestos de trabajo y en todos los contextos sociales, políticos y culturales.

Las evidencias sugieren que una de las profesiones más propensas al síndrome es la de enfermería debido a: a) las relaciones desarrolladas socialmente y en el trabajo, b) los factores estresantes relacionados con la naturaleza de la tarea (tipo de enfermos atendidos y tipo de interacciones) y c) los factores extralaborales (cuidados de la familia y el hogar), asociados estos últimos fundamentalmente al género femenino, que representa el 86.3% de esta profesión.

Por consiguiente, en el contexto cubano se presentan algunas interrogantes: ¿Cuál es la prevalencia del síndrome del desgaste profesional en el personal de enfermería de Cuba? ¿Cómo se manifiesta y por qué ocurre? No existen estudios previos que nos permitan medir la prevalencia nacional exacta, pero las investigaciones realizadas en varias regiones e instituciones específicas indican una cifra que oscila entre el 25% y el 40%. Los síntomas más frecuentes son irritabilidad, desmotivación, cierta indiferencia ante los problemas, marcada fatiga emocional, ansiedad y en menor grado depresión. Las enfermeras con este síndrome padecen problemas de salud frecuentes como dolores musculares, cefaleas y catarros. También tienen problemas en sus relaciones interpersonales, presentan ausencias reiteradas al trabajo, raramente participan en actividades de carácter científico y muestran escaso interés por su superación profesional.

El síndrome del desgaste profesional tiene varias causas que deben ser analizadas integralmente. Las investigaciones efectuadas en enfermeras cubanas detectaron entre los factores contribuyentes: el tipo de pacientes tratados (aquellos con peor pronóstico, dolor severo, sufrimiento prolongado o cercanos a la muerte), el entorno laboral con ritmo de trabajo rápido, con interrupciones frecuentes y retraso debido a espera por el trabajo de otros, el alto nivel de concentración y el esfuerzo mental requeridos, una sobrecarga laboral, y el involucramiento excesivo con los pacientes y con la institución. Esta situación se agrava por las múltiples líneas de autoridad, la poca autonomía en la toma de decisiones, la existencia de roles disfuncionales, los frecuentes conflictos interpersonales y un deficiente apoyo social por parte de compañeros o supervisores. Los factores mencionados evidentemente también interactúan con otras tensiones de la vida personal.

¿Entonces puede considerarse que el desgaste profesional es mayor por el predominio femenino existente en esta profesión? En alguna medida, esto es cierto. Si se considera un enfoque de género, se puede inferir que las responsabilidades asociadas culturalmente al sexo femenino, que incluyen la realización de trabajos

domésticos, los cuidados del cónyuge, de los hijos y de otros familiares, pueden incrementar la influencia de los factores de estrés ya existentes en el ámbito laboral. Vale señalar que la sociedad no considera usualmente estas tareas extralaborales, lo que significa que las mujeres reciben poco reconocimiento social por llevar esta carga adicional y por consiguiente, están más propensas a una pobre autoestima. Por otra parte, añadir las responsabilidades domésticas a las profesionales lleva a una acumulación de roles que puede causar sobrecarga y tensiones negativas que exacerban el posible conflicto trabajo-familia.

No hay dudas de que el género tiene una influencia importante en el desgaste profesional pero este no es suficiente para provocarlo. Muchos factores generadores de estrés también contribuyen, pero es necesario que estos factores sean percibidos como amenazas que no pueden ser manejadas eficazmente con los recursos personales disponibles.

Las enfermeras no pueden ofrecer lo mejor de sí a los pacientes si ellas padecen trastornos físicos, emocionales o conductuales

Aparece entonces otra pregunta: ¿este problema es un fenómeno reciente o siempre ha afectado a las enfermeras cubanas? Siempre ha existido y no solo entre las enfermeras.

Sin embargo, las enfermeras no siempre estuvieron conscientes de ello ni tampoco sus supervisores o jefes. No fue hasta la década de 1980, con el incremento de las demandas por parte de los pacientes y del público para la mejoría de la calidad de la atención que este problema salió de las sombras. Ahora es mucho más visible debido a su mayor frecuencia, la mayor precisión diagnóstica y la carga que representa para el desarrollo institucional y la salud de las enfermeras, así como por la afectación de sus familias.[2]


Hoy, tanto el personal de enfermería como los decisores deben tomar conciencia de la carga que conlleva el desgaste profesional.

Concentrémonos ahora en la interrogante fundamental: ¿la atención del paciente se ve afectada por el desgaste profesional? Por supuesto que sí, junto con muchos otros factores que contribuyen a la calidad del servicio. Las enfermeras no pueden dar a los pacientes lo mejor de ellas si padecen trastornos físicos, emocionales o conductuales. Estos pueden llevar a la tristeza, la frialdad emocional con pacientes y familiares, los errores injustificados, una pobre comunicación con el paciente y otras manifestaciones. El afán de las enfermeras por mantener estándares aceptables de atención a los pacientes conlleva una presión enorme para sus habilidades y esfuerzos e implica un gran costo emocional.

En las investigaciones realizadas en los servicios de salud cubanos, existen evidencias crecientes de factores de riesgo psicosocial para el estrés laboral y el síndrome de desgaste profesional. De hecho, en los últimos 15 años, centros como el Instituto Nacional de Salud de los Trabajadores, el Instituto Nacional de

Punto de Vista

Oncología y Radiobiología y la Escuela Nacional de Salud Pública, han estado estudiando este problema.

Sin embargo, en mi opinión el problema todavía permanece en la sombra como la “cara oculta de la luna”, a juzgar por las limitadas intervenciones realizadas en nuestro sistema de atención de salud dirigidas a la prevención y a la mitigación de los riesgos o por la insuficiente legislación y la carencia de regulaciones relacionadas con estos factores de riesgo en el personal de salud. Es tiempo de aportar más luz sobre este creciente problema de salud y realizar acciones que protejan eficazmente la salud de nuestras enfermeras y de todo el personal de salud. Después de todo, ellos son quienes protegen la nuestra. 

REFERENCIAS

1. Maslach C. Burnout, the cost of caring. New Jersey: Prentice-Hall; 1982.
2. Chacón M, Grau J, Reyes MC. Prevención y control del estrés laboral y el desgaste: Guía para profesionales que trabajan con enfermos crónicos avanzados. Havana: Editorial de Ciencias Médicas (ECIMED); 2012.

Recibido: 13 de mayo, 2013

Aprobado: 17 de octubre, 2013

Declaración de conflicto de intereses: Ninguno

Citación sugerida: Chacon M. Síndrome de desgaste profesional en enfermeras cubanas: un problema que sale de las sombras. MEDICC Rev. 2013 Oct;15(4). Disponible en: <http://medicc.org/mediccreview/pdf.php?lang=&id=333.esp>