



Médicos intensivistas alertan por crisis de salud mental: altos niveles de agotamiento emocional y violencia laboral que impacta a 7 de cada 10 profesionales

10 de octubre, Montevideo. En el marco del **Día Mundial de la Salud Mental** (10 de octubre), la Sociedad Uruguaya de Medicina Intensiva (SUMI) presenta los resultados de dos estudios que revelan una **alta prevalencia de factores de riesgo psicosociales y del Síndrome de Burnout entre los médicos intensivistas y residentes.**

Los hallazgos, basados en un estudio a los socios de SUMI y una encuesta a médicos residentes, confirman que **las condiciones de trabajo en el sector están deteriorando gravemente la salud mental** de los profesionales de Cuidados Intensivos.

El estudio evidenció que el riesgo de desgaste es significativo, con un 26,5% de los participantes reportando un nivel **alto de agotamiento emocional y de distanciamiento emocional.**

En cuanto a los médicos residentes, la situación es aún más crítica: una encuesta del 2023 arrojó que el **91,4% presenta algún signo de burnout severo.**

El 92% de los intensivistas encuestados manifiesta estar expuesto a factores de riesgo psicosociales en el ambiente laboral. Las principales cargas y exigencias percibidas son:

- **Multiempleo y carga horaria:** La mitad tiene tres o más empleos y más de la mitad trabaja más de 54 horas semanales. Además, uno de cada tres tiene solo un fin de semana libre al mes.
- **Violencia laboral:** El 70,7% de los participantes declara haber sufrido violencia, siendo la violencia psíquica la forma más frecuente (67,2%). Y preocupa especialmente que la principal fuente de esta violencia proviene de colegas (39,9%) y superiores (33,6%), además de familiares de pacientes.
- **Falta de espacios de bienestar:** Los profesionales también señalan la falta o inadecuación de espacios destinados a su bienestar.

Las patologías asociadas al trabajo que se reportan con mayor frecuencia pertenecen a la **esfera psíquica (86,7%)**. En los dos años previos al estudio, un **34,3%** de los participantes había sido diagnosticado con **enfermedades de salud mental**, prevaleciendo la **depresión y la ansiedad**. Además, más de la mitad de los encuestados (50,4%) se define como caso de **alteración psicosocial** según el instrumento GHQ 28 (evaluación de la salud general), con la **ansiedad e insomnio como síntomas más comunes**.

*“En el marco del Día Mundial de la Salud Mental, nos pareció relevante mostrar la situación que viven los especialistas que trabajan en los CTI de nuestro país. Los estudios recientes muestran una **situación de verdadera urgencia**, que nos debería llevar a tomar medidas coordinadas e integrales para poder atender y cambiar este panorama que afecta a miles de profesionales y que, a la vez, también **tiene consecuencias directas en la atención**”, expresó Nicolás Nin, integrante de la Comisión de Humanización de la SUMI.*

Potenciales medidas de mejora:

La investigación realizada por SUMI presenta una serie de conclusiones en las que se evidencia la necesidad de un nuevo modelo organizacional del sector que aborde de manera integral las condiciones laborales. **En esta línea, sería necesario revisar y adecuar la organización horaria para contrarrestar el multiempleo y las largas jornadas.**

Asimismo, resulta relevante **generar entornos físicos y de apoyo que promuevan la satisfacción y el descanso del equipo de salud**. Un enfoque integral en salud laboral no solo **mejoraría las condiciones de vida y la salud de los médicos intensivistas**, sino que también **tendrá un impacto directo en la calidad del cuidado que reciben los pacientes**.

Sobre el burnout:

El término **síndrome de burnout** fue introducido en 1973 por el psicólogo Freudenberg H.J y hace referencia al estado mental o emocional como resultado del mal manejo de la permanente exposición a estresores en el ambiente laboral. El mismo está asociado a una **peor calidad asistencial, mayores errores médicos, consumo problemático de sustancias, ausentismo laboral, baja moral, insomnio, cansancio emocional y aumento de conflictos familiares y de pareja**. Existe evidencia nacional e internacional de que las y los médicos que trabajan en CTI corren el riesgo de padecer síndrome de burnout.