

# ESTRATEGIA DE ABORDAJE DEL PROBLEMA DE BURNOUT POR PARTE DEL FORO ARGENTINO DE MEDICINA CLÍNICA

REVISTA ARGENTINA DE MEDICINA

ISSN 2618-4427

Klein M. Estrategia de abordaje del problema de burnout por parte del Foro Argentino de Medicina Clínica. *Rev Arg Med* 2019;7[1]:S41-S43

## STRATEGICAL APPROACH TO THE BURNOUT PROBLEM BY THE ARGENTINIAN FORUM OF INTERNAL MEDICINE

Manuel Klein

<sup>1</sup> *Past president* de la SAM. Director de la Escuela de Residentes de la SAM.

### RESUMEN

Se propone que los servicios que cuentan con programas de formación de residentes tengan un protocolo de actuación que incluya entre los ítems el relevamiento de determinantes del síndrome de burnout, detección, prevención, apoyo del afectado y seguimiento de la estrategia preventiva. Esos ítems, a su vez, deben volverse operativos a través de subítems, como la evaluación de la carga laboral (la explícita y la oculta), supervisión, clima laboral, cumplimiento del programa, salarios, conflictos, liderazgo, encuentros grupales y *feedback*, entre otros.

**PALABRAS CLAVE.** Burnout, detección, prevención, estrategias, carga laboral, supervisión, devolución.

### ABSTRACT

*We propose that the services with resident training programs have a protocol of action including a survey on determinants of burnout syndrome, detection, prevention, support of the affected subjects, and monitoring of the preventive strategy. These items, in turn, must be put into operation through subitems, such as the evaluation of the workload (explicit and hidden), supervision, working atmosphere, program compliance, salaries, conflicts, leadership, group meetings, and feedback, among others.*

**KEY WORDS.** Burnout, detection, prevention, strategies, workload, supervision, feedback.

El autor manifiesta no poseer conflictos de intereses.

### CONTACTO CON EL AUTOR

Correo electrónico: [mklein@intramed.net](mailto:mklein@intramed.net)

Cada servicio deberá contar con un protocolo de acción sobre este tema. A modo de sugerencia se presenta un diagrama de protocolo que cada servicio elaborará y que contemple los siguientes apartados:

1. Relevar determinantes de burnout en el servicio/institución.
2. Detección de burnout.
3. Prevención de burnout.
4. Apoyo del afectado de burnout.
5. Seguimiento de la estrategia preventiva de burnout.

Ítem	Subítem	Especificaciones
<b>Relevar determinantes de burnout</b>	1. Carga laboral explícita	Definir horas de trabajo en la residencia (sala y guardia). Cargas de fin de semana. Definir alternativas de nocherías o equivalentes.
	2. Carga laboral "oculta"	Relevar y definir conducta en relación con trabajos extraprogramáticos de los residentes. Contabilizarlos sumándolos a las horas programáticas.
	3. Supervisión suficiente	Estipular los sistemas y niveles de supervisión para R1, 2, 3 y 4 en los distintos escenarios y actividades médicas. Sala, guardia en sala, rotaciones, y destrezas invasivas.
	4. Supervisión adecuada	Definir pautas generales de supervisión.
	5. Clima laboral	Encuestas y relevamientos específicos.
	6. Cumplimiento del programa	Supervisar cumplimiento del programa educativo, deficiencias y falencias.
	7. Condición retributiva	Revisar el nivel de necesidades básicas que cubre la beca.
	8. Conflictos	Relevar y actuar oportunamente frente a conflictos.
<b>Detección de burnout</b>	9. Instruir al equipo en burnout Signos y síntomas Protocolo de actuación	Incluir en el programa formativo, contenidos referentes a burnout. Experiencia de residencia. Carga física y emocional. Síntomas disfuncionales. Salud. Prevención.
	10. Tutoría	Definir una modalidad de supervisión personal periódica. Definir quienes: médicos de planta (¿los de mayor edad?), coordinadores. Cantidad de residentes por cada uno. Programa de encuentros protocolizados periódicos.
	11. Chequeo: entrevista periódica	Encuentros protocolizados y con desarrollo libre.
	12. Inclusión del tema en encuentros grupales	Trabajo periódico, que incluye el "¿cómo estoy?" y "¿cómo estamos?"
	13. El afectado solicita	Inducir y facilitar el pedido de ayuda.
	14. El equipo de burnout convoca	Inducir a que el grupo comunique la percepción de compañero "en problemas".
<b>Prevención de burnout</b>	15. Chequeo periódico de determinantes de burnout	Relevar periódicamente (¿semestralmente?) los determinantes ya reconocidos y en plan de corrección, o la aparición de nuevos.
	16. Actividad recreativa, social y física	Incluir: actividad física semanal (al menos una hora en el sitio de trabajo, adecuar) y actividad extrahospitalaria mensual (fiesta, teatro, museo, salida, picnic, etc.).
	17. Encuentros grupales sociales	Facilitar oportunidades dentro del hospital o afuera. Cumpleaños u otros eventos.
	18. Encuentros grupales de trabajo	Incluir en reuniones que se realizan periódicamente el abordaje de los aspectos de la dinámica de trabajo y sus problemas.
	19. Encuentros grupales evaluativos	Incluir en reuniones que se realizan periódicamente el abordaje de los aspectos de la marcha educativa y sus problemas.
	20. Evaluaciones educativas periódicas	Evaluaciones de proceso educativo individual periódico.
	21. Devolución individual de evolución	Reuniones de <i>feedback</i> individual de reconocimiento de evolución y señalamiento de dificultades.
	22. Trabajo sobre liderazgo	Apoyar y orientar el desempeño de jefes e instructores de residentes.
	23. Calendario preventivo	Construir un calendario de acciones preventivas en el año lectivo. Controlar su cumplimiento. Registrarlas.
	24. Coordinación de estrategias preventivas	Confirmar que alguien o un equipo coordine estas estrategias.
	25. Registro de estas acciones preventivas	Registrar la actuación.
	26. Incorporar en fichas personales el seguimiento por tutores, mentores o equivalentes	En fichas de legajo personal, asentar estas acciones y eventos detectados.

Ítem	Subítem	Especificaciones
<b>Abordaje de afectados por burnout</b>	27. Responsable de acción	Alguien debe centralizar estos programas, junto a un equipo.
	28. Asignación de responsable del abordaje del afectado	Cuando aparece un afectado, debería tenerse previsto alguien con alguna preparación previa para que comience el abordaje.
	29. Referente de salud mental disponible	Tener presente integrantes del equipo de salud mental que, interiorizados en burnout, estén disponibles para consulta y actuación eventual.
	30. Contar con un protocolo de actuación, abordaje y conductas y adecuaciones secuenciales	Confeccionar un protocolo.
	31. Contar con un equipo para trabajar los casos	Definir estos equipos.
<b>Seguimiento del plan de burnout</b>	32. Construir un calendario de estrategia anti-burnout	Definir el programa.
	33. Controlar el cumplimiento	Controlar el cumplimiento.
	1-33 a. Entrevistas personales periódicas	Definir esta acción. Controlar el cumplimiento.
	2-33 b. Reuniones grupales periódicas sobre distintos tópicos: social, programática, conflictos, etc.	Definir esta acción. Controlar el cumplimiento.
	3-33 c. Actividades recreativas	Definir esta acción. Controlar el cumplimiento.
	4-33 d. Reflexión de pacientes (tipo Balint)	Definir esta acción. Controlar el cumplimiento.
	5-Otros	Definir esta acción. Controlar el cumplimiento.
6-Otros	Definir esta acción. Controlar el cumplimiento.	