



UNIVERSIDAD  
INTERNACIONAL  
**SEK**  
ONLINE

**UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO Y DEL COMPORTAMIENTO HUMANO**

**Trabajo de fin de carrera titulado:**

**“Innovación en las estrategias de intervención del burnout  
en los profesionales de la salud: una revisión bibliográfica.”**

Realizado por:

**ADRIANA CAROLINA FABARA GÁLVEZ**

Dirigido por:

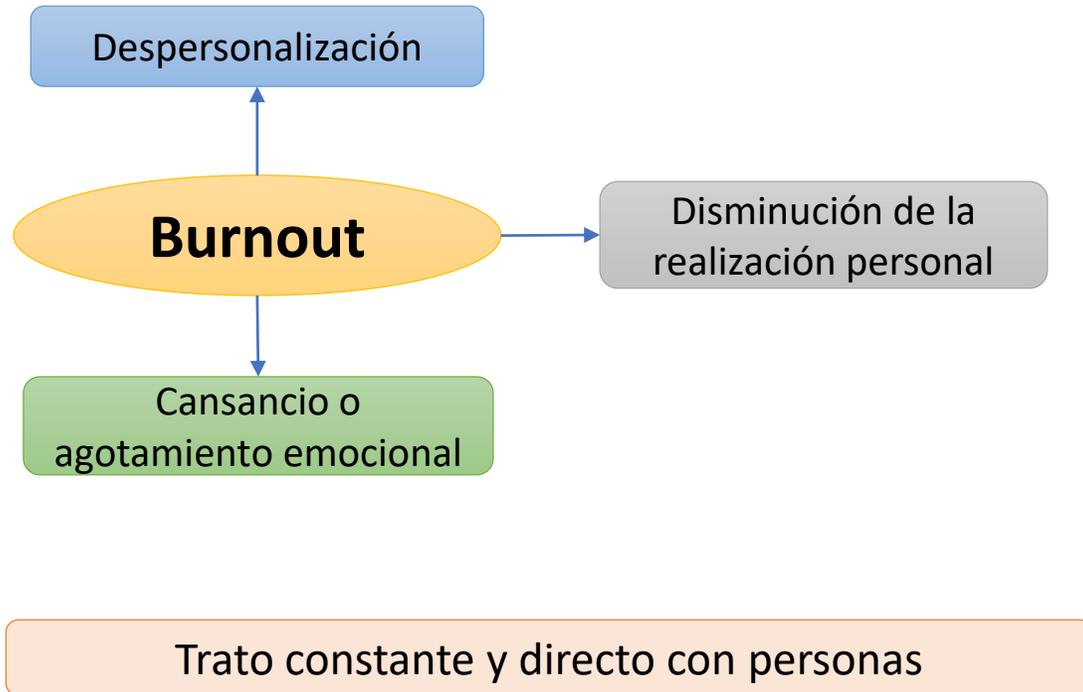
**ALVARO PERALTA**

Quito, septiembre de 2021.

# Tema

Innovación en las estrategias de intervención del Burnout en los profesionales de la salud:  
una revisión bibliográfica.

## Introducción



### Factores Psicosociales

- Exigencias emocionales y cognitivas
- Carga de Trabajo
- Turnos rotativos

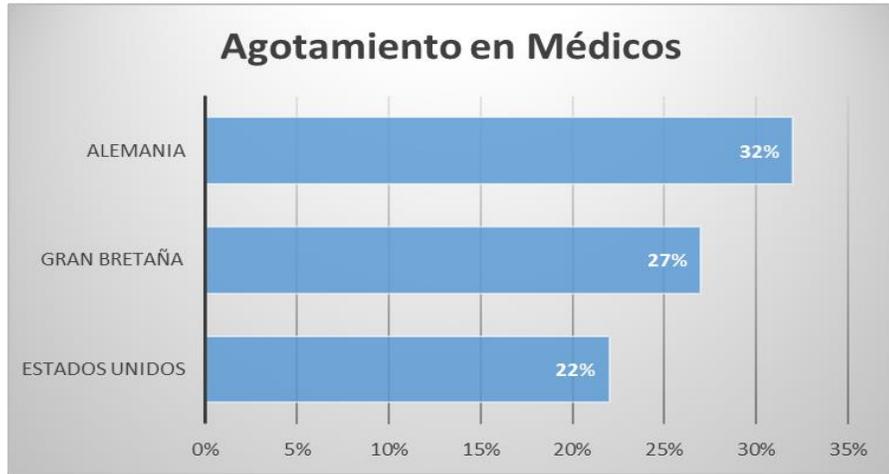
### Efectos

- Salud física y mental
- Desmotivación
- Baja calidad en atención a pacientes
- Altos costos



# Introducción

Estudio realizado por (Brenda K Wiederhold, 2018)

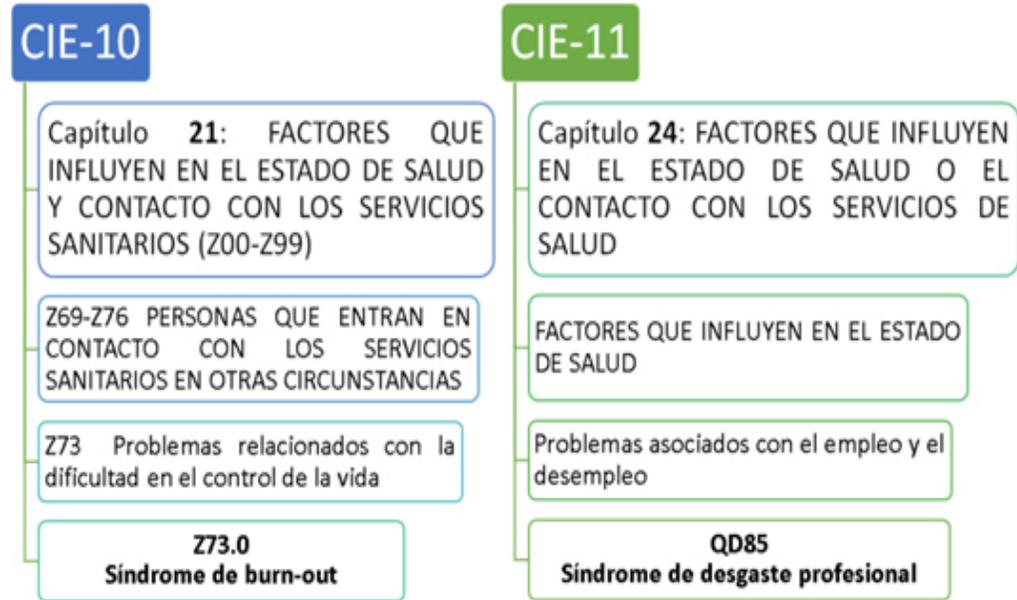


Estudio realizado por (Vinuesa-Veloz, 2020)

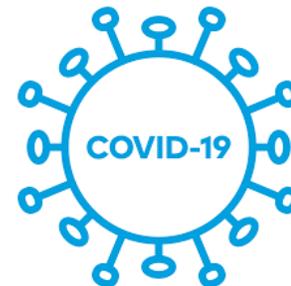
**Ecuador 95%**  
**Médicos y enfermeras**



## Clasificación actual y futura del Síndrome de Desgaste Profesional



Fuente: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo de España



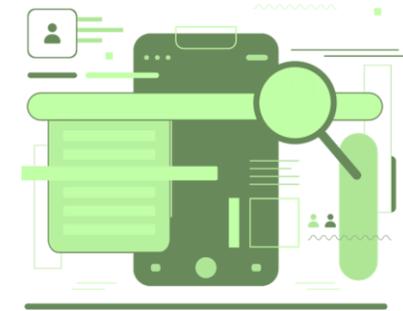
# Método



Revisión de alcance  
de Bibliografía.  
Enero 2011 a junio 2021



Profesionales  
de la Salud



- Google académico
- Cochrane
- E-Libro
- JtStor
- ResearchGate
- ScieceDirect



**Términos:**

“burnout”, “estrategias de intervención del burnout”, “burnout en profesionales de la salud”,  
“burnout intervention studies”

# Método



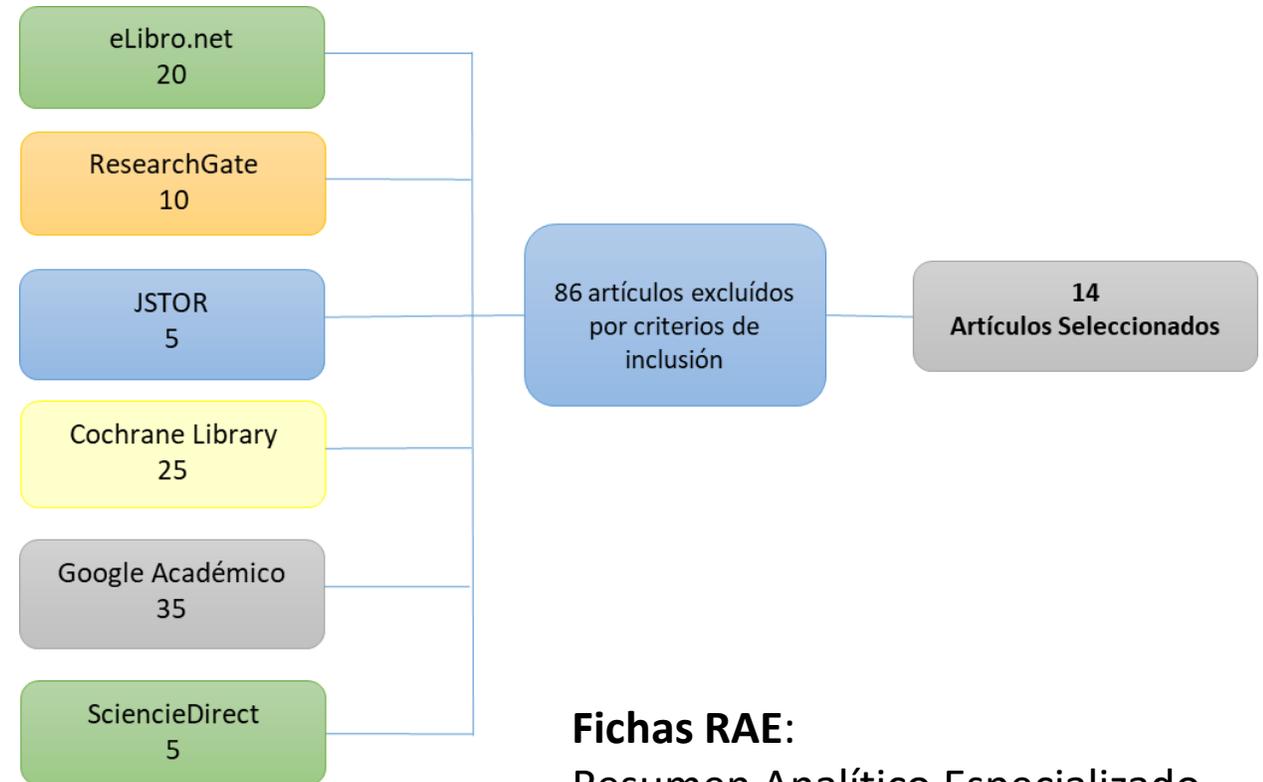
**P (population):** Profesionales de la Salud

**E (exposure):** Profesionales de la Salud con SB que han sido intervenidos

**C (control):** Profesionales de la Salud con burnout que no han sido intervenidos.

**O (outcome):** Intervención del burnout

## Selección de artículos



**Fichas RAE:**  
Resumen Analítico Especializado

# Resultados

Autor	Tipo de Estudio Realizado	Muestra Intervenido	Cuestionarios aplicados	Intervención Realizada	Resultados/ Factores de Riesgo Mejorados
Gozalo, R. G., Tarrés, J. F., Ayora, A. A., Herrero, M. A., Kareaga, A. A., & Roca, R. F.	Estudio longitudinal con diseño intrasujeto pre-post intervención.	32 profesionales de la salud 8 médicos 13 enfermeras 11 Técnicos auxiliares	Burnout (MBI), Mindfulness(FFMQ), Empatía (Jefferson) y Autocompasión (SCS)	Programa de intervención basado en Mindfulness	Los efectos psicológicos y cognitivos producidos por el programa breve de Mindfulness pueden producir bienestar e incidir en el burnout al disminuir el cansancio emocional y aumentar la autocompasión.
Katuska Reynaldos-Grandón, Víctor Pedrero	Estudio exploratorio pre y post-intervención	34 enfermeros de un hospital	Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT) y Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ).	Programa basado en Mindfulness para reducción del estrés.	Se incrementan los niveles de atención plena, no disminuyen los niveles globales de burnout, sin embargo, se observa cambio significativo en los niveles de culpa e indolencia.
Auserón, G. A., Viscarret, M. R. E., Goñi, C. F., Rubio, V. G., & Pascual, P. P.	Se realizó un estudio antes-después de medidas aplicadas.	25 profesionales de la salud en atención primaria.	Cuestionario de datos sociodemográficos y características laborales, Five Facets of Mindfulness Questionnaire (FFMQ), Perceived Stress Questionnaire (PSQ). Nivel de estrés percibido, Self-Compassión Scale (SCS), Maslach Burnout Inventory (MBI).	Programa de mindfulness y autocompasión sobre los niveles de estrés y burnout	El programa basado en mindfulness y autocompasión disminuye el estrés y el cansancio emocional en profesionales sanitarios de atención primaria y mejora su capacidad de atención plena y autocompasión.

# Resultados



- Médico
- Enfermería
- Técnicos Auxiliares

## Áreas

- Atención Primaria
- Cuidados Intensivos
- Cuidados paliativos
- Hospitalaria
- Oncología

## Cuestionarios



- Inventario de Burnout (MBI)
- Cuestionario de Mindfulness 5 factores (FFMQ)
- Empatía (Jefferson)
- Escala de Autocompasión (SCS)
- Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT)
- Nivel de Estrés Percibido (PSQ)
- Escala de calidad de vida del profesional (POMS)
- Escala de satisfacción laboral (SL-SPC)

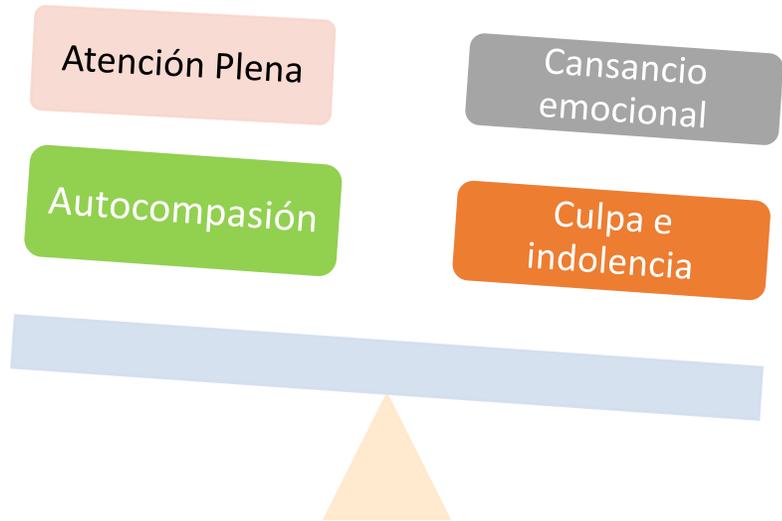
## Estrategias de Intervención



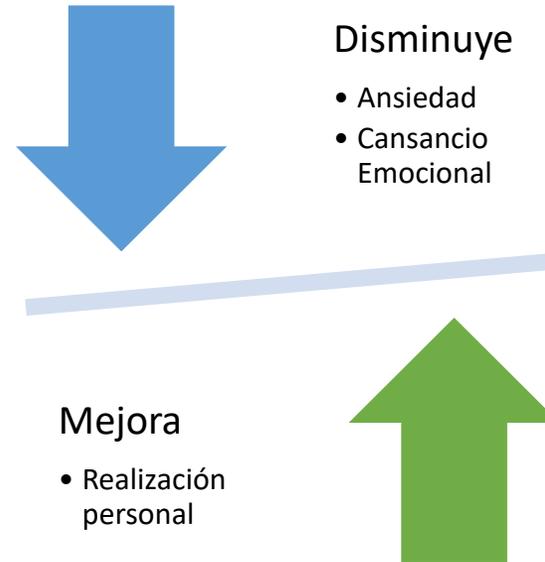
- Mindfulness
- Intervención Psicológica
- Ejercicio Físico

# Discusión

## Mindfulness



## Intervención Psicológica Grupal



## Ejercicio Físico



## Burnout

**Protectoras**

# Discusión



¿Qué pasaría si se trabaja en el liderazgo y la estructura rígida que tienen las empresas de salud?

¿Cuál sería el impacto al hacer cambios en la estructura de trabajo, carga laboral y horarios rotativos en el personal de la salud?



Muchas  
Gracias!