

¿Cuáles son las señales de que un trabajador está sufriendo el síndrome de Burnout?

Universidad Viña del Mar Académica aborda malestar que ha sido identificado como una de las consecuencias de la pandemia. El síndrome de Burnout o conocido como “el trabajador quemado” se trata de un estado de agotamiento físico, mental y emocional, el que es causado por el cansancio psíquico o estrés que se origina en un clima laboral adverso de manera crónica y afecta la relación con los receptores del servicio. Pese a que este síndrome suele aparecer en personas con profesiones que involucra la atención a terceros como salud, educación y asistencia social, la pandemia y el teletrabajo ha generado que los síntomas se presenten en distintas actividades laborales. En este sentido, la jefa de [carrera de Medicina Veterinaria](#) de la Universidad Viña del Mar (UVM), Romy Weinborn, se refirió a este tema indicando que “si bien este síndrome no es exclusivo de nuestra área, se sabe que el Burnout y la salud mental en los médicos veterinarios se debe abordar como gremio y desde la academia porque entendemos que este síndrome tiene que ver con un estado psicoemocional en la que el trabajador se encuentra con un agotamiento físico y psicológico, en la que presenta pérdida de autoestima y empatía”. La académica UVM explica que “en el médico veterinario junto a las otras profesiones se presentan distintos factores de riesgos que tienen que ver con las características personales como por ejemplo las personas más perfeccionistas tienden a sufrir este tipo de fenómeno. Otro aspecto es el factor organizacional, es decir en el trabajo si menos apoyo tienes es más probable que el trabajador se quemé, como así también la calidad en las relaciones laborales que incluso pueden llegar a ser tóxicas”. Weinborn hace hincapié en que es importante entender lo del clima organizacional porque “el Burnout se caracteriza por afectar a un trabajador que llega a un lugar, pero que se encontraba sano y a medida que se inserta en una institución o empresa con deficiencias laborales en materia de un buen ambiente de trabajo y que son sostenidas de manera crónica en el tiempo, hace que el trabajador enferme”. En el caso de los médicos veterinarios, la docente precisa que hay un cuarto elemento que en no todas las profesiones se encuentra y que dice relación con la exposición a problemas que tienen que ver con el término de la vida. “Esto se comparte con los médicos cirujanos o enfermería o tens, pero nosotros- a la vez- tenemos un factor importante que todavía se logra dilucidar si es protector o de riesgo y que tiene que ver con la eutanasia”. “La literatura habla que los trabajadores que tienen jornada por turno están más propensos a sufrir de Burnout o quienes tienen jefaturas de tipo controladoras de relaciones laborales jerárquica, este fenómeno se ha visto en distintas profesionales y se da más en las mujeres porque ellas lamentablemente no están en una sociedad igualitaria y deben cumplir otros roles en casa, los que no son compartido de igual forma por las personas que conforman ese hogar”. La Dra. Weinborn agrega que la edad también tiene algunos eventos críticos, específicamente en los trabajadores más jóvenes. “Según la OIT dentro de las profesiones más afectadas con Burnout se encuentran los médicos veterinarios, siendo éstos los que poseen un alto índice de suicidio. La literatura señala que una de las incidencias es la brecha salarial con respecto a los médicos cirujanos por ejemplo, pero que tienen una connotación diferente, una valoración social distinta. Otro fenómeno que se suma a nuestra pobre salud mental es la fatiga emocional porque para quienes hemos hecho clínica nos ha pasado que nos cansa ver sufrir a los animales producto de una mala decisión de su dueño o por irresponsabilidad”, concluyó.