



Burnout,
fatiga por compasión
y angustia moral en
profesionales de la salud
durante la pandemia
de covid-19

Dra. Mirelsa Modesti González
Psicóloga / Investigadora en Comunicación,
Bioética y Conducta Humana



¡Gracias!



A los profesionales
de la salud,
a quienes tanto les
debemos todos y todas:

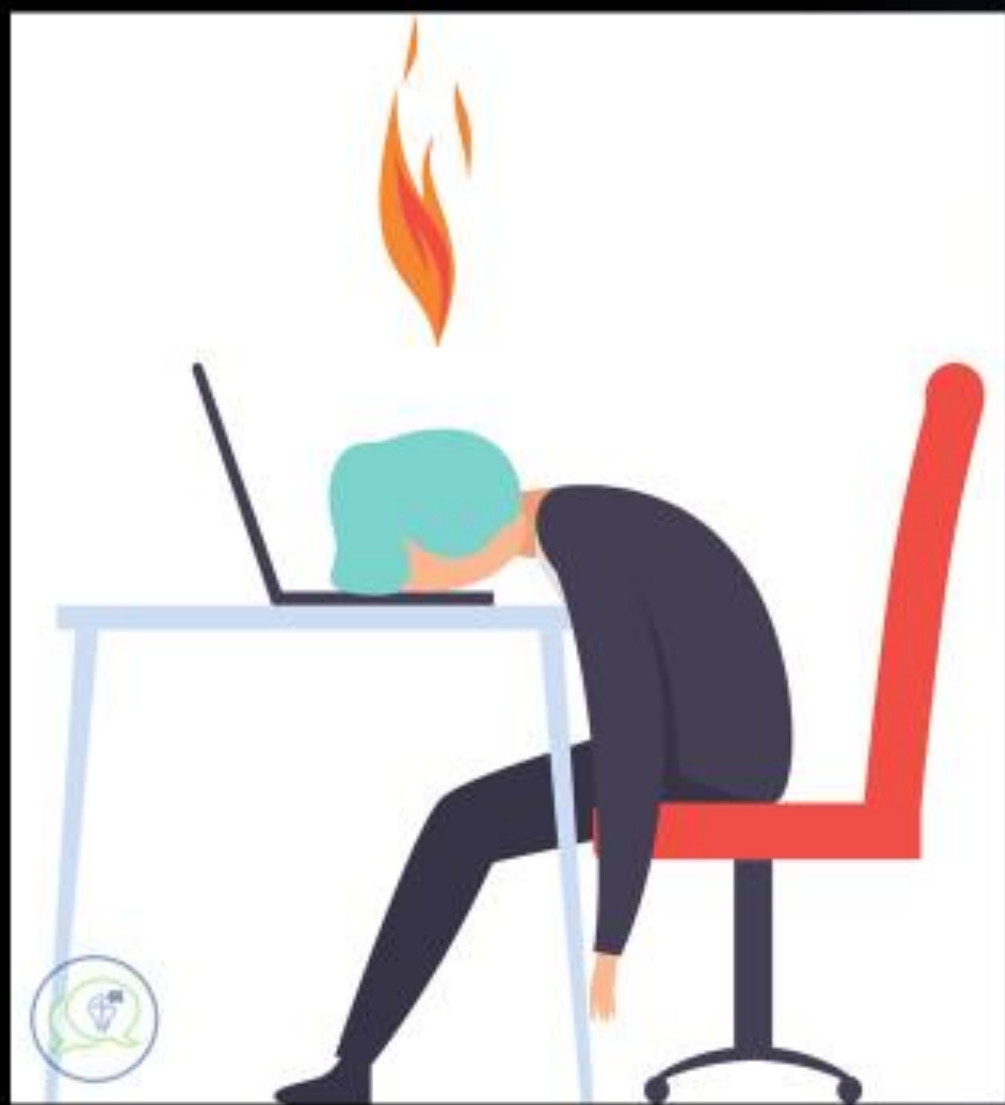
Gracias por el compromiso,
el amor y la solidaridad
con que cuidan
a sus pacientes.

Cúdense ustedes también,
por favor.

Burnout
Angustia moral
Fatiga por compasión

Similitudes y diferencias...





¿Qué es la quemazón?

La quemazón, o *burnout* es un estado negativo de cansancio mental, físico y emocional, causado por **exceso de trabajo, descanso inadecuado** y **estrés**, que nos agobia y nos hace sentir incapaces de superarlo.

Efectos del *Burnout*

- absentismo laboral
- pobre servicio / baja productividad
- conflictos frecuentes con compañeros y familiares
- sentimientos de minusvalía
- coraje
- aislamiento



Complicaciones del *burnout*

- depresión
- abuso de sustancias y/o alcohol
- pérdida de empleo
- pérdida de relaciones significativas
- trastornos de ansiedad
- problemas graves de salud

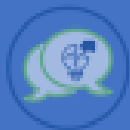


¿Qué es la fatiga por compasión?

Es el agotamiento emocional y físico que afecta a profesionales de ayuda, profesionales de la salud, cuidadores, etc. que atienden a personas que sufren enfermedad grave, trauma o dolor significativo.



Efectos de la fatiga por compasión



aumento en errores clínicos

deterioro en la calidad del servicio a los pacientes

embotamiento afectivo de los profesionales

deterioro del ambiente laboral

ausentismo y abandono de la profesión

aumento en depresión y trastornos de ansiedad

pérdida de relaciones significativas

¿De qué se trata la angustia moral?

La angustia moral responde, casi siempre, a un dilema ético:

Se trata del conflicto interno que sufre una persona que se encuentra en una situación en la que sabe cuál es la acción correcta, pero se siente limitada para llevarla a cabo.



Fases de la angustia moral

Primera fase (fase aguda) - Surge en el momento en que una persona se topa con obstáculos y conflictos institucionales que le provocan sentimientos de indignación, frustración y ansiedad.

Segunda fase (fase reactiva) - En cuanto termina la fase aguda, la persona puede experimentar angustia moral reactiva o residuo moral si la angustia no se ha resuelto de una manera aceptable



Burnout, fatiga por compasión y angustia moral
en profesionales de la salud
ante la pandemia de covid-19:
Un enfoque multidisciplinario y multicultural



Mirelsa Modestti, Ph. D. – Puerto Rico

Sandra Fábregas, Ph. D. – Puerto Rico

Daniela Rojas, M. B. – Chile

Togarma Rodríguez, M. D., Ph. D. – República Dominicana

RED PANAMERICANA DE BIOÉTICA Y COMUNICACIÓN

Resumen

El *burnout*, la fatiga por compasión y la angustia moral han sido, a través de los años, algunos de los riesgos de quienes trabajan en la protección y cuidado de la salud y la vida de los demás. La pandemia de covid-19 ha puesto de relieve la inmensa demanda física y emocional sobre los profesionales de la salud en tiempos de crisis sanitarias y los pocos recursos disponibles para atenderlas.

Guiadas por el imperativo bioético de cuidar a los que cuidan, las autoras decidieron explorar el impacto de la pandemia en la vida de los/las profesionales de la salud, así como de directivos y administrativos y desarrollaron un programa de capacitación e intervención en situaciones de *burnout*, fatiga por compasión y angustia moral de estos profesionales.

Los/las participantes de estas dos mesas redondas, a pesar de sus diferentes roles y especialidades, y a pesar de laborar en países diferentes, mostraron experiencias y emociones similares al enfrentarse a la pandemia de covid-19.

Sus narrativas evidenciaron el agotamiento físico y emocional, la angustia y el alto grado de frustración, temor y vulnerabilidad que han experimentado al trabajar durante la crisis sanitaria, así como signos de *burnout*, fatiga por compasión y angustia moral.

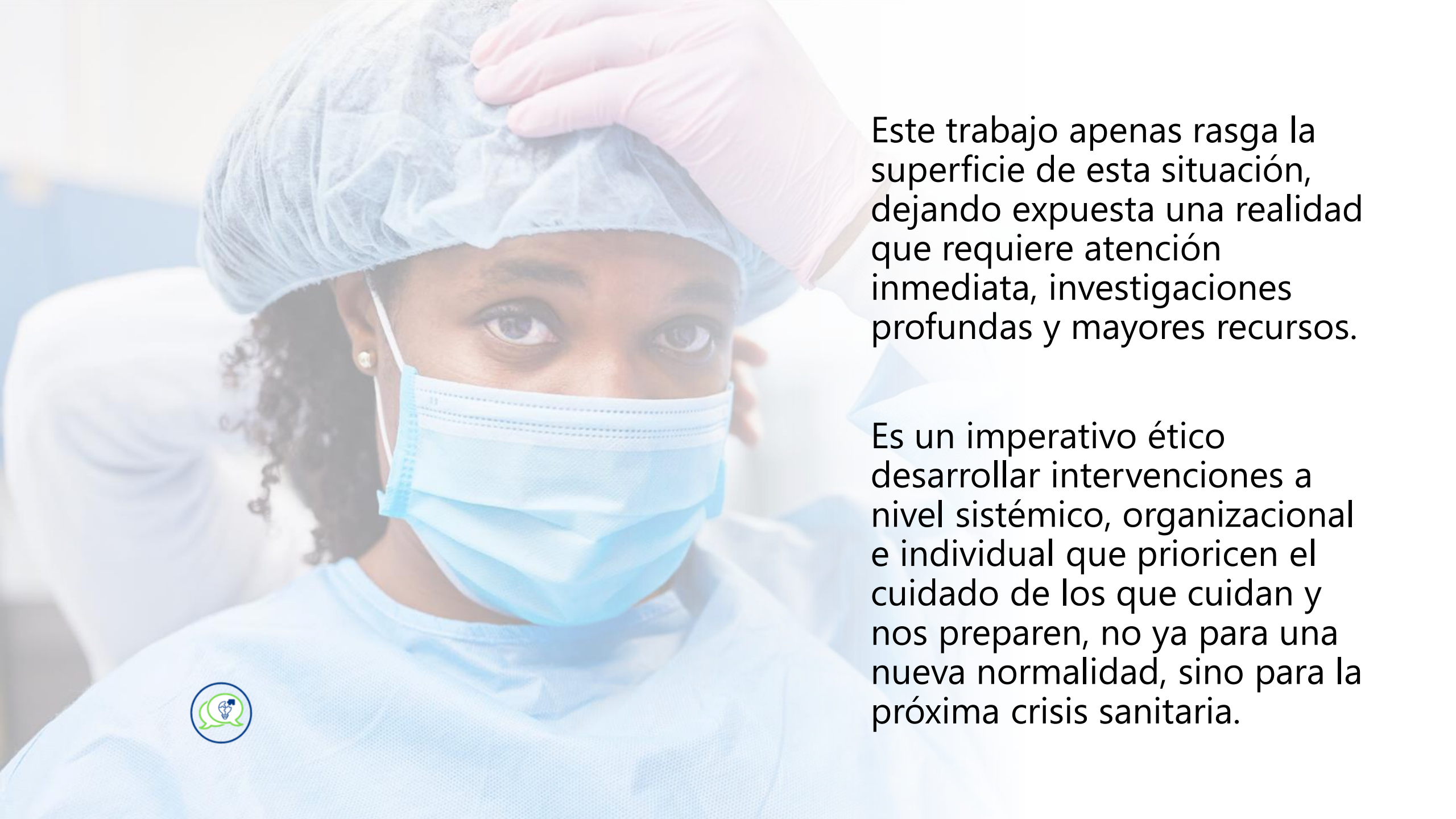




Introducción

La pandemia de la covid-19 detuvo y cambió el curso de la historia al cierre de la segunda década del siglo XXI.

Uno de los impactos mayores de la pandemia lo han sufrido quienes conforman el capital humano más importante: los profesionales de la salud, quienes han sostenido la responsabilidad de preservar la vida ante una amenaza global.



Este trabajo apenas rasga la superficie de esta situación, dejando expuesta una realidad que requiere atención inmediata, investigaciones profundas y mayores recursos.

Es un imperativo ético desarrollar intervenciones a nivel sistémico, organizacional e individual que prioricen el cuidado de los que cuidan y nos preparen, no ya para una nueva normalidad, sino para la próxima crisis sanitaria.



Objetivo general:

Explorar vivencias, necesidades y preocupaciones de profesionales de la salud y directivos que ofrecen y han ofrecido servicios médicos a pacientes de covid durante la pandemia.



Participantes

MESA 1: Profesionales de la salud		MESA 2: Administradores y directivos	
PROFESIÓN	CANTIDAD	PROFESIÓN	CANTIDAD
médico/a infectólogo/a	2	director médico	2
médico/a paliativista	1	director de laboratorio	2
enfermero/a	3	jefe de departamento	1
psicólogo/a	1		
terapista respiratorio/a	2		
tecnólogo/a médico/a	1		
Total de participantes	10	Total de participantes	5

Procedimiento

- I. Breve encuesta a los participantes
- II. Trabajo en las mesas redondas

Agenda de las mesas

- Bienvenida y ronda de presentaciones
- Primer tema: La pandemia
Introducción y exposiciones
- Segundo tema: Impacto personal y profesional
Introducción y exposiciones
- Ronda de preguntas
- Agradecimiento y cierre de los trabajos

Observaciones

- Ambiente de intimidad entre los participantes
- Similitud de experiencias en los diferentes países
- Vulnerabilidades compartidas
- Solidaridad y compañerismo
- Exposiciones extensas y detalladas



DIMENSIÓN LINGÜÍSTICA	Análisis semántico	significados comunes
	Análisis pragmático	metáforas
		interacción empática
DIMENSIÓN SOCIAL	desempeño profesional	
	relaciones con pares	
	relaciones familiares	
	lecciones aprendidas	
DIMENSIÓN PSICOLÓGICA	efectos emocionales	
	experiencias percibidas como traumáticas	
	signos de <i>burnout</i> , fatiga por compasión y angustia moral	



Análisis



Hallazgos

- Se encontró un alto nivel de profesionalismo entre los participantes.
- Se observó una ética de servicio matizada desde el compromiso, la empatía y la compasión.
- La mayoría de las instituciones donde trabajan los participantes no tienen un programa dedicado a lidiar con asuntos como el *burnout*, la fatiga por compasión y la angustia moral de los profesionales de la salud.



Dimensión lingüística

- Análisis semántico

Se observaron significados comunes en conceptos como temor, frustración, desafío, agotamiento y colapso, entre otros.

- Análisis pragmático

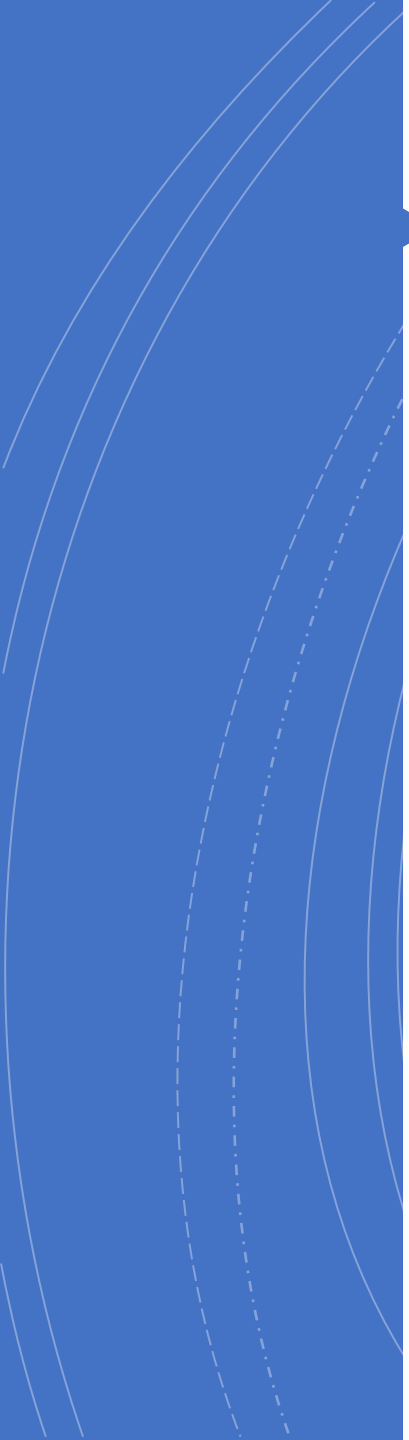
Fue común el uso de metáforas referentes a la experiencia traumática percibida, así como metáforas bélicas.

Dimensión social

- La pandemia afectó la prestación de los servicios de salud. En aquellos casos en que no se afectó, fue a costa del bienestar de los profesionales de la salud.
- Se afectaron sus relaciones interpersonales, ya que no tenían tiempo para dedicarle a sus parejas, hijos/as, padres y amigos/as, ni tenían un sistema de apoyo apropiado para atender las demandas emocionales y físicas de la pandemia.

Dimensión psicológica

- Los participantes expresaron haber sentido angustia por el aumento sustancial de la carga de trabajo, la constante exposición al contagio y a la muerte de pacientes, compañeros de trabajo y familiares.
- Describieron signos de ansiedad, angustia, labilidad emocional, agotamiento físico y emocional, frustración, embotamiento afectivo o sensibilidad extrema, conflicto por decisiones de alta carga moral, etc., todos compatibles con *burnout*, fatiga por compasión y angustia moral.



«Me doy cuenta de que éramos unas máquinas, que a veces no teníamos tiempo ni había espacio para preocuparnos de nosotros mismos... eran tantos los pacientes que teníamos que aliviar, que no había tiempo que pudiéramos parar, respirar... a veces con cuatro o cinco pacientes fallecidos delante nuestro, cuatro familias que consolar...».

«Un momento que nunca voy a olvidar... cuatro pacientes a la vez necesitando resucitación cardiopulmonar y solo dos enfermeras en el turno, con 38 pacientes covid, 11 ventiladores y 4 más solicitando. Cuando terminamos de atender a los pacientes, nos abrazamos y lloramos...».

«Fue muy angustiante, muy estresante... salir de trabajar pensando “Dios mío, ¿yo estaré cargando este virus para mi casa?”...».



«Terminé con un agotamiento emocional súper grande. Era subirme al auto y venir llorando todo el camino hacia la casa...».

«No trabajo en una UCI, pero tenía 11 ventiladores y todos estaban comprometidos. “Si vienen cinco pacientes más... ¿a quién se lo vamos a dar?... Fue muy fuerte».

«Era una labilidad emocional que no podía controlar. Tuve mucha pena y mucha angustia. Una sobre empatía muy grande».

«En algún momento recuerdo llegar al hospital y no encontrar cómo bajarme del auto... tenía tantas consultas que atender y tantos pacientes graves que no hallaba las fuerzas...».



«Aprendimos el valor de un abrazo y el valor de lo que tenemos...».

«Puedo decir para lo que estudié y para lo que estoy hecha...
Tenemos un país que nos necesita».

«Aprendimos lo que era respirar, aprendimos que no necesitábamos tantas cosas para vivir...».

«Si yo tuviera que decir lo que aprendí de la pandemia:

- número uno, a trabajar en equipo
- número dos, que los trabajadores de la salud somos nuestros mejores aliados y...
- número tres, que la interprofesionalidad es la clave del éxito...».



Conclusiones

- Se valida lo expuesto en la literatura: el *burnout*, la fatiga por compasión y la angustia moral desatendidas afectan la salud física y mental –así como el desempeño profesional– de los y las profesionales de salud.
- Agotamiento físico y emocional, temor, frustración y angustia ante decisiones de alta carga moral son algunos de los efectos más compartidos por profesionales de la salud durante la pandemia.
- La solidaridad, el espíritu de servicio y la consciencia de que se estaba ante una situación extraordinaria, llevaron a los/las participantes a arriesgar su salud física y emocional, y a posponer sus necesidades para ayudar a pacientes y familiares.



Conclusiones

- En ambos grupos, las producciones discursivas de los participantes evidenciaron experiencias comunes de largas jornadas en ambientes de alto estrés y condiciones de trabajo extremas, así como emociones compartidas de tristeza, temor, ansiedad, frustración y vulnerabilidad, a pesar de las diferencias de nacionalidad, cultura, género, profesión y especialidad de cada uno.
- Todos coincidieron en que la pandemia ha sido un proceso de gran aprendizaje, tanto personal como profesional y atesoran la experiencia de ayudar a los sobrevivientes a recuperarse y ayudar al buen morir de aquellos que no sobrevivieron.



Conclusiones

- Tanto profesionales de salud como directivos expresaron haber manifestado muchos de los signos físicos, cognitivos y emocionales que se han asociado al *burnout*, la fatiga por compasión y la angustia moral.
- Se confirma que la vulnerabilidad de los/las profesionales de la salud a estas condiciones, que ha sido frecuentemente invisibilizada, se ha intensificado durante la crisis sanitaria y que esto incluye al personal de dirección y gestión. Queda demostrado que urge implementar acciones afirmativas para proteger el bienestar de estos profesionales.



RED PANAMERICANA
DE BIOÉTICA Y COMUNICACIÓN

www.bioeticaycomunicacion.com

Muchas gracias,

Dra. Mirelsa Modestti González

www.mirelsamodestti.com

mmodestti@gmail.com

