

# Estrés: la agresión silenciosa contra el médico

Las características del sistema sanitario público en España están convirtiendo en una olla exprés el entorno laboral del médico. La sobrecarga asistencial, las condiciones laborales, la nula participación en la gestión, la pérdida de la autoridad clínica y el escaso reconocimiento social son desencadenantes de un problema de salud para el facultativo: en torno al 67 por ciento de los médicos españoles dice haber sufrido en algún grado estrés laboral. Más de la mitad padece o ha padecido un desgaste profesional que repercute directamente en la calidad de la atención.

Álvaro Sánchez León 24/03/2009

Atención: el 67 por ciento de los médicos de España reconoce haber sentido cierto nivel de estrés en su ejercicio profesional. La sobrecarga asistencial, el déficit de profesionales, las dificultades para cubrir sustituciones y vacantes, la excesiva burocracia, el pobre reconocimiento social, la rapidez para la toma de decisiones y otros ingredientes del desarrollo profesional de la Medicina de masas hacen que el sistema sanitario público se haya convertido en una olla exprés de la que sale cada día más humo de los médicos quemados. Hay demasiados estresores sin abordar en torno a la consulta del facultativo español, sobre todo en atención primaria. En la era de la competitividad profesional, "cierto grado estimulante de estrés es saludable, pero el incremento del estrés en la sanidad pública actual nos hace entender que el médico asume exigencias que están por encima de sus capacidades y de los recursos con los que cuenta", según destaca Bartolomé de la Fuente, coordinador del curso *El estrés del médico* celebrado en el Colegio de Médicos de Córdoba.

Sin embargo, ante el reto de la jungla sanitaria, el galeno necesita también más protecciones. Esta crisis, agudizada en profesionales con una personalidad más débil, ya está desembocando en tasas de burnout de entre el 10 y el 20 por ciento de los médicos del país. El síndrome del médico quemado se convierte en la respuesta no adecuada al estrés emocional crónico, un agente agresor que facilita el agotamiento y la despersonalización fomentando una alta desmotivación e insatisfacción general. Es un mal endémico que tiene cura -a ello se dedican con denuedo los programas de atención integral al médico enfermo-, pero que no se acaba con el descanso.

## "Infección" del residente

El estrés es una asignatura presente desde el posgrado. El salto de la formación teórica a la práctica y la asunción de una responsabilidad especial hace que la residencia sea una época de especial protagonismo del estrés laboral. De la Fuente cree que lo más importante del MIR es "que pueda contar con formación para afrontar estas situaciones y que sepa pedir ayuda y consejo. Además, es interesante que aprenda a moverse con soltura en el sistema sanitario y que se mantenga al día con la formación continuada. A él le servirá especialmente saber limitar el horario de trabajo sin perder los vínculos sociales y familiares".

El estrés, generado por razones ajenas al interés del profesional y con cierta responsabilidad de las administraciones autonómicas para los que ejercen en el sector público, ya es un agente agresor preocupante. Además de la violencia que pacientes y familiares llevan en ocasiones hasta las mismas puertas de la consulta, la organización del sistema sanitario se ha convertido en un atracador de la salud laboral del médico que sigue saliendo impune de sus ataques. El binomio hiperresponsabilidad de las consecuencias del acto médico con desentendimiento de la Administración y pérdida casi total de la autonomía profesional, no funciona. Así lo ve De la Fuente y así lo ven quienes llevan el estrés en un bolsillo de la bata y buscan luz al final del túnel.

## Del "queme" profesional al consumo de estupefacientes

Según Bartolomé de la Fuente, coordinador del curso sobre *El estrés del médico*, el estrés y el *burnout* son desencadenantes habituales de adicciones por parte de los profesionales sanitarios, que se refugian en el consumo masivo de alcohol y ansiolíticos para frenar los síntomas de su agotamiento emocional. Así lo ha experimentado él como profesional del Programa de Atención Integral al Médico Enfermo (Paime) del Colegio de Médicos de Córdoba.

Al parecer, las tasas de estrés y de consumo de estupefacientes van in crescendo entre los galenos españoles. Él se autodenomina "médico de adicciones", aunque no exista ninguna especialidad ad casum. Precisamente, ante el incremento de estos problemas entre los galenos españoles, la Federación Española de Adicciones y Patologías Asociadas está reivindicando discretamente su puesta en marcha. Ante la huida hacia adelante de algunos médicos con problemas, otros quieren estar siempre dispuestos para curar al profesional de la salud.

## Diario Médico