

**SINDROME DE ESTRÉS LABORAL ASISTENCIAL.
BURNOUT - "QUEMARSE EN EL TRABAJO"****HOJA DE RESPUESTA (grupos de 2 a 4 alumnos)****Grupo 09**

Fecha: 01/12/2016
Apellidos y nombre: Irene Pérez Ortuño
Apellidos y nombre: Maria Sanchis Bodí

PREGUNTAS PARA ENFOCAR EL CASO

Tras la lectura del caso responded en grupo (trabajo colaborativo en Google Drive) a las siguientes preguntas (puedes consultar la documentación y el guión de la clase del profesor sobre el tema):

1º. ¿Estamos ante un caso de <i>burnout</i> ? (justifica tu respuesta).
Sí, puesto que tener que realizar siempre un turno de noche y, por más que intentara cambiarlo no lo conseguía, le provocaba un estrés crónico que acabó derivando en el síndrome de burnout puesto que manifiesta que le cambió el carácter, que estaba desilusionada, se sentía agotada...y acabó quemándose en el trabajo.
2º. ¿Cuál/es de las dimensiones del <i>burnout</i> están presentes en el caso? (señala la frase que justifica tu respuesta).
Las dimensiones presentes en el caso son: -Agotamiento emocional en la que el trabajador percibe que ya no puede dar más de sí a nivel afectivo: "me encontraba físicamente agotada" -Despersonalización por el desarrollo de actitudes y sentimientos negativos hacia las personas destinatarias del trabajo: "Llegaba un punto en el que iba a trabajar enfadada". "no las soportaba, pero evitaba los roces con ellas, que encima intentaban consolarme y yo solo quería matarlas."
3º. ¿Cuál/es de las causas del <i>burnout</i> están presentes en el caso? (señala la frase que justifica tu respuesta).
La causa del burnout en este caso es a nivel organizacional pues es el clima y estructura de la organización y las características del puesto de trabajo los que hacen que ella acabe quemándose en el trabajo, se ve reflejado en la

mala organización por parte del personal trabajador y el tener un puesto de trabajo(turno de noche) en el que ella no se encontraba cómoda y le resultaba estresante.
4º. ¿Qué consecuencias propias del síndrome <i>burnout</i> ves en esta situación tanto para la persona como para la organización?
En el caso podemos encontrar: - la falta de realización en el trabajo, puesto que afecta a su capacidad para relacionarse con las personas a las que atiende (se enfadaba cuando le mandaban analíticas) - Alteración de la salud, ya que tenía el ciclo circadiano alterado, se sentía agotada, comía a deshoras y ganó peso como consecuencia de esto. - Problemas familiares: durante los años que duró el trabajo, lo pagaba con su familia y pareja. - Para la institución, suponía un problema porque no estaba satisfecha con el trabajo y esto afectaba al clima de trabajo.
5º. ¿Cómo podría hacerse un buen diagnóstico de este caso?
En principio, con realizar una entrevista a esta trabajadora sería suficiente para observar que muestra muchos de los síntomas característicos del burnout (como la despersonalización, los sentimientos de frustración, los problemas familiares, etc.),pero también se podrían utilizar escalas psicométricas, como el CESQT, que sirve para evaluar el burnout en el trabajo.
6º. ¿Qué estrategias de intervención -prevención terciaria- recomiendas en este caso?
Para este caso, recomendamos cambios por parte de la institución que implique modificar el trabajo con medidas como la repartición de tareas, los turnos rotatorios, puesto que es el principal motivo que está causando el burnout. Además, recomendamos programas de asistencia en el lugar de trabajo, para que la informen y deriven para que reciba el adecuado tratamiento.
7º. ¿Qué medidas preventivas -prevención primaria y secundaria-recomiendas en evitar este tipo de situaciones?

Para evitar este tipo de situaciones, recomendamos rediseñar las tareas, realizando turnos rotatorios, mejorar la supervisión, mejorar las redes de comunicación organizacional y las condiciones laborales, así como los sistemas de recompensa.

Además, una vez se ha producido el burnout, se deberían realizar programas de educación y formación para combatir el estrés laboral crónico, que proporcione a los empleados estrategias para el afrontamiento, para modificar estilos de vida no saludables y promueva la expresión de emociones y el manejo de sentimientos de culpa.