

Los trastornos en la salud de los médicos, un problema creciente

Health disorders in physicians, a growing problem

Desde hace muchos años, la salud de los médicos mereció suma atención por las potencialmente graves implicancias, en ellos mismos y en los pacientes.

Tradicionalmente, la mayoría de la gente suponía que los médicos no se enfermaban o que era muy infrecuente, ya que estaban convencidos que ellos mismos sabían cuidarse bien, podían evitar su enfermedad, o curarse rápidamente, porque conocían la ciencia médica.

Probablemente, esas inocentes creencias se basaban en que los médicos no podían equivocarse, y por lo tanto debían estar sanos.

Nada más lejos entre esas suposiciones y la realidad, ya que los médicos padecen con alta frecuencia trastornos que los llevan a no tener una buena salud.

Informes recientes de EE. UU. señalan que hay un incremento importante en el deterioro de la salud de los médicos, principalmente, debido al aumento del agotamiento (*burnout*) en su práctica clínica. Asimismo, datos actuales señalan que alrededor de 400 médicos se suicidan anualmente en los Estados Unidos.¹

En un estudio, observaron mediante una encuesta una alta y creciente tasa de agotamiento en los médicos. De los 7000 médicos que respondieron la encuesta, el 54 % respondió que tenían al menos un síntoma de agotamiento en 2014, que comparado al 45 % de 2011, significaba cerca de un 10 % más, un aumento alarmante. Con este resultado, es probable que más de la mitad de los médicos de EE. UU, presente cierto grado de agotamiento. La escasa satisfacción con el intenso trabajo y la inadecuada remuneración, también creció en la encuesta, pero los mismos investigadores señalan que no les llamó la atención, porque ya sabían que en su conjunto, los médicos trabajan más y ganan menos.¹

En un estudio realizado en el Hospital Italiano de Buenos Aires, el 28,8 % de los residentes encuestados presentaron síntomas de agotamiento asociado a la pérdida del sentido de la vida y el no tener un proyecto de vida laboral.²

Datos de Australia y Nueva Zelanda muestran que aproximadamente uno de cada tres médicos presenta algún síntoma de agotamiento. En un análisis, observaron que la tasa de *burnout* alcanzaba más del 60 % en las prácticas de los médicos. Una evaluación del agotamiento en cirujanos de Nueva Zelanda reveló que en los factores de mayor riesgo, se destacaban las médicas mujeres que con cierta frecuencia trabajaban un

promedio mayor de 60 horas por semana.³

Recientemente, se publicó un estudio realizado por investigadores de la Universidad de Oxford, donde enviaron un cuestionario en 2014 a todos los graduados de medicina en el Reino Unido en los años 1974 y 1977. A los 3690 médicos que respondieron se les preguntó: "¿Siente usted que el trabajar como médico ha tenido algún efecto adverso en su propia salud o bienestar?". El 44 % de todos los médicos respondió "sí" y el 75 % de los que respondieron "sí" mencionaron los efectos adversos que padecieron: "estrés / intensa vida del trabajo / difícil equilibrio laboral / la carga de trabajo".⁴

Las causas del agotamiento en los médicos son complejas, en general se suele describir que se trata de una pérdida del entusiasmo en el trabajo, que lleva a una disminución progresiva de la satisfacción de ejercer la profesión en la práctica cotidiana.

Se observa más frecuentemente con el aumento de la carga de trabajo, las presiones constantes del tiempo, el escaso pago en las instituciones privadas, la inadecuada atención al paciente, las tareas burocráticas interminables, etc. Asimismo, hay un aspecto cada vez más frecuente que es la transición de los registros médicos en papel a los registros electrónicos, que sin duda, ha llevado a varios problemas en la práctica médica. El problema es que fueron diseñados para maximizar los ingresos económicos en lugar de mejorar la atención clínica, y por lo tanto se ha creado una perjudicial barrera tecnológica entre el médico y el paciente. Hace unos años, en un destacado hospital de Estados Unidos, estábamos con un colega hablando con la Jefa de la División de Neonatología y entre varias cosas, nos dijo: "estoy muy preocupada porque los residentes están más en las computadoras que con los pacientes y sin atender a los padres de los neonatos internados". Sin duda, este aspecto es uno de los muchos problemas y trastornos que ocurren en la atención de los pacientes, a causa del apabullante aumento de la tecnología relacionada con la medicina y los intereses económicos de las empresas que los realizan, ya que les importa mucho más el lucro que las acciones que principalmente favorezcan a los pacientes.

Entre los factores que suelen estar presentes en los médicos que presentan un agotamiento progresivo, se pueden observar varios, como ser, depresión, estrés, desapego, trastornos emocionales (tristeza, pérdida de los afectos),

abuso de sustancias medicamentosas, del alcohol y de los derivados del opio, entre otros más. El uso de medicamentos auto recetados por el médico es lo más frecuente y de mayor preocupación, ya que son más propensos que la población general a usar tranquilizantes, sedantes y estimulantes. La compra de esos productos y el de drogas ilícitas, ha ido aumentando en los médicos de varios países, pero desconocemos lo que sucede en nuestro país. Es importante que podamos conocer la frecuencia de la compra y el uso de estos productos en los médicos, tanto los mayores en la profesión como los más jóvenes, habitualmente los residentes y becarios. El poder conocer la magnitud de este problema permitiría realizar acciones y estrategias para crear programas que reduzcan los problemas en la salud de los médicos y de esa forma puedan lograr no consumir los medicamentos y sustancias inadecuadas, que sin duda los perjudican mucho y pueden llevarlos a acciones graves como el suicidio y trastornos en su salud que le impidan continuar la práctica o dejen la profesión.

Otro aspecto de suma importancia son los síntomas específicos de la salud mental de los médicos, principalmente, depresión, ansiedad y estrés postraumático crónico y asimismo, la ideación del suicidio. Los trastornos de la salud mental han ido recibiendo cada vez más atención en años recientes

En el Reino Unido, se ha encontrado que las tasas estimadas en la intención del suicidio oscila entre el 6 % en aquellos con muchos años de profesión y 23 % en los médicos más jóvenes; y se ha estimado que la frecuencia del suicidio, es entre dos a cinco veces más que en la población general.⁴

Asimismo, en una encuesta de salud mental entre médicos y estudiantes de medicina en Australia, se detectaron tasas sustancialmente más altas de los problemas de salud mental e intento de suicidio que en la población general y en otros profesionales.³ No obstante, los informes sobre la prevalencia de enfermedades mentales en los médicos son contradictorias y probablemente sean diferentes, aun entre los países desarrollados.

Entre los factores que influyen en la alteración de la salud mental en los médicos, se destaca el conflicto entre el trabajo en la práctica médica y la vida personal, que es un factor de sumo riesgo para que sucedan los diferentes trastornos que señalamos, como el agotamiento, la depresión, el estrés, la ansiedad y el suicidio.

Para tratar de mejorar y evitar estos trastornos, es imprescindible que podamos conocer adecuadamente cuales son los motivos por los cuales los médicos empeoren su salud. De esa

forma, se podrán realizar diversas acciones de prevención para tratar de reducir aquellas situaciones que perjudican la tarea de la práctica cotidiana con los pacientes. Pero, no solo debemos saber cuales son las causas, si no conocerlas lo mejor posible, para que esos datos puedan ayudar a aquellos médicos que ya tienen trastornos en su salud, a fin de que logren ir mejorando para nuevamente recuperar su actividad plena en la profesión.

Las diversas intervenciones apropiadas deben apuntar a eliminar o reducir la exposición a condiciones deficientes e inadecuadas del trabajo, ya sea por exceso de horas, el escaso pago por su ardua tarea, las extensas tareas burocráticas y por los problemas de acarreando la tecnología actual.

El apoyo disponible debe comunicarse de manera muy efectiva y alentar su aceptación, para que los colegas que no tienen trastornos en su salud sean conscientes de los impactos que los pueden perjudicar, ya que ellos también pueden afectarse.

Sin duda, una buena salud en los médicos es lo ideal para ellos, ya que de esa forma podrán cumplir con la esencial acción de la medicina, que es el cuidado de los pacientes. Gianantonio, nuestro inolvidable maestro, nos solía decir “ayudar, cuidar, consolar, siempre; curar.... a veces”. ■

Dr. José María Ceriani Cernadas

Editor

<http://dx.doi.org/10.5546/aap.2019.138>

Texto completo en inglés: <http://dx.doi.org/10.5546/aap.2019.eng.138>

Cómo citar: Ceriani Cernadas JM. Los trastornos en la salud de los médicos, un problema creciente. *Arch Argent Pediatr* 2019;117(3):138-139.

REFERENCIAS

1. Grinspoon P. Physician burnout can affect your health. Boston: Harvard Health Publishing. Harvard Medical School; 2018 June 22. [Consulta: 22 de febrero de 2019] Disponible: <https://www.health.harvard.edu/blog/physician-burnout-can-affect-your-health-2018062214093>
2. Muñoz AM, Fossati V, Llera JG, Grande Ratti MF, Antonietti CA. ¿Cuál es la relación entre el síndrome de burnout, el sentido de la vida y el proyecto de vida laboral en los médicos residentes? Una perspectiva logoterapéutica. *Rev Hosp Ital B Aires*. 2017;38(3):96-104.
3. The Royal Australasian College of Physicians. Health of Doctors Position Statement May 2013. [Consulta: 22 de febrero de 2019] Disponible: <https://www.racp.edu.au/docs/default-source/advocacy-library/pa-pos-health-of-doctors-2013.pdf>
4. Smith F, Goldacre MJ, Lambert TW. Adverse effects on health and wellbeing of working as a doctor: views of the UK medical graduates of 1974 and 1977 surveyed in 2014. *J R Soc Med*. 2017;110(5):198-207.
5. Brooks SK, Gerada G, Chalder T. Review of literature on the mental health of doctors: Are specialist services needed? *J Ment Health*. 2011;20(2):146-56.