

CÓMO PODEMOS AYUDAR A COMBATIR Y TRATAR EL SÍNDROME BOURNOUT EN LOS ESTUDIANTES DE LA ASIGNATURA CIRUGÍA "A"

CAPRARO, CARLOS GABRIEL; RICCIARDI, ALFREDO VICENTE; CAPRARO, MARÍA CECILIA; SPARACINO, SANDRA ELISABETH
Asignatura de Cirugía "A" de la FOLP- UNLP

El inicio temprano del tratamiento para el síndrome de Burnout, favorece el efecto sobre la evolución del trastorno; cuanto antes reconozca y acepte el alumno que necesita ayuda, mejores serán las perspectivas del tratamiento. Objetivos: Reservar tiempo y espacio para las cosas que le hacen disfrutar a uno mismo, paseos o la práctica de deportes. Renovar las relaciones con amigos y familiares. Mantener los contactos sociales, aceptar la ayuda de médicos y terapeutas en el tratamiento del síndrome. Material y Método: Se estudiaron 255 alumnos de ambos sexos, a los cuales se les realizó una encuesta anónima, para que vuelquen en las mismas sus diferentes estados de ánimo. Resultados: El 41% se presenta con estadios iniciales del síndrome, se manifiesta por un intenso agotamiento psicológico; luego empiezan a distanciarse de la carrera, un 18% muestran de repente una conducta agresiva inesperada y reaccionan con irritación frente a los docentes y a sus pares, 12 % aumentan los pensamientos negativos, se incrementan las ausencias en la cursada. Un 15% presentan el síndrome de Bournout los cuales reaccionan con cinismo, ironía y sarcasmo. Dejan de participar en la vida social y se retraen. El 8% presentan molestias tales como cefaleas, trastornos del sueño y agotamiento. 6% tratan las molestias con medicamentos como tranquilizantes o estimulantes, y dentro de este porcentaje están también los que recurren a estupefacientes como el alcohol u otras sustancias lo cual corren el riesgo de desarrollar una adicción. Conclusiones: podemos decir que si no tratamos el síndrome de Burnout puede progresar y derivar en el peor de los casos en un sentimiento extremo de angustia y desesperanza. Si enferman muchos alumnos no ven sentido a la vida y es posible que tengan pensamientos suicidas. Por ello es aún más importante que este trastorno se trate a tiempo.