

PERFIL DE ESTRÉS Y SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE LA UNLP

A. RICCIARDI; H. BOGO; N. RICCIARDI; M. SCHULER; M. C. CAPRARO; M. E. CAPRARO; S. SPARACINO; C. MATTANO; C. CAPRARO.

Facultad de Odontología – Universidad Nacional de La Plata. 50 e/ 1 y 115 La Plata (1900)

Director | Prof. Dr. Ricciardi Alfredo - alfredovicentricciardi@hotmail.com.ar

“Sin conflicto de interés”

Resumen

El burnout es el resultado de estrés crónico que afecta a las personas y como consecuencia tenemos: cansancio emocional, despersonalización y una menor realización personal. Inicialmente fue visto en médicos, odontólogos, profesores, etc. También se ve que afecta al estudiante de odontología. Este síndrome se ha relacionado a sobrecarga laboral y de estudio, deseo de cambiar de trabajo, y también abandonar la carrera. Se evaluaron 255 estudiantes de la facultad de odontología de la UNLP, con carga académica y práctica clínica de tiempo completo. A fin de identificar las consecuencias, de este síndrome, se aplicó la Escala de Maslach. Como resultado se vio una significativa relación entre el cansancio emocional y situaciones estresantes y una baja fuerza cognitiva; poco bienestar psicológico con despersonalización; falta de minimización de la amenaza y poco bienestar psicológico con falta de realización personal. En conclusión el análisis estadístico determinó que la débil fuerza cognitiva, las situaciones estresantes, la valoración negativa, son predictores del síndrome de burnout, en tanto que deberían tener un buen apoyo social y bienestar psicológico para esta dolencia. Las evaluaciones de personalidad en la etapa de formación de los estudiantes con intervenciones oportunas pueden evitar un desalineamiento para enfrentar el estrés.

Palabras claves: Síndrome de Burnout, estudiantes de odontología, estrés.

Summary

Burnout is the result of chronic stress affects people and as a result we have: emotional exhaustion, depersonalization and reduced personal accomplishment. He was initially seen doctors, dentists, teachers, etc. It is also affecting dental student. This syndrome has been linked to work and study overload desire to change jobs, and leave the race. 255 students from the Faculty of Dentistry of the UNLP was evaluated with academic load and full-time clinical practice. To identify the consequences of this syndrome, Scale Maslach As a result a significant relationship between emotional exhaustion and stressful situations and low cognitive force was applied; little psychological well with depersonalization; lack of minimizing the threat and psychological well little with lack of personal fulfillment. In conclusion statistical analysis determined that the weak cognitive strength, stressful situations, negative evaluation, are predictors of burnout syndrome, as they should have good social support and psychological well for this ailment. Personality assessments at the stage of training students with timely interventions can prevent misalignment to cope with stress.

Keywords: Burnout syndrome, dental students, stress.

Introducción

El síndrome de burnout (SB) fue identificado por primera vez por Maslach y Jackson en los años 70, y es considerado un estado de estrés psicológico y emocional prolongado en el trabajo, caracterizado por tres dimensiones claves: agotamiento emocional, despersonalización, y sentido reducido de la realización personal (1). Este síndrome fue inicialmente identificado en profesionales cuya actividad laboral se fundamenta en la interacción con personas como, médicos, odontólogos, profesores, estudiantes de odontología, etc. Sin embargo, actualmente es considerada una condición que puede afectar a cualquier individuo (2).

Las causas no se acaban en su capacidad de orden, sino en las decisiones conductuales y en la apreciación de las consecuencias afectivas, ya que éstas actúan como mediador entre los conocimientos de los individuos, su conducta y la interacción con el medio ambiente (4, 5). Así, la relación entre la respuesta de estrés y los eventos a los que cada persona debe afrontar ha sido motivo de diversas investigaciones. Una de las consecuencias del estrés que se ha estudiado en diferentes comunidades es la de los profesionales de la salud y los estudiantes de la misma carrera (10). Debemos brindarles para combatir el estrés, recursos protectores confiables para la salud como son los hábitos: del ejercicio, descanso/sueño, alimentación/nutrición y comportamientos preventivos, el apoyo familiar, social y del trabajo, valoración positiva, minimización de la amenaza y concentración en el problema y el bienestar psicológico. Se ha demostrado que el estilo de vida de los estudiantes, que ofrecen servicios asistenciales, se ve modificado por las exigencias académicas como preparar sus clases, rendir exámenes, intervenir en clase, y administrar su tiempo. Por este motivo, en su formación se los somete a estrés y se los lleva a inadecuados comportamientos de riesgo para la salud (exceso en el consumo de cafeína, tabaco, estimulantes o tranquilizantes, ingesta de alimentos nocivos). Este estilo de vida los convierte en sujetos vulnerables a alteraciones, tanto a nivel fisiológico, cognitivo-afectivo, como conductual; generando cansancio emocional como la expresión básica del burnout que se relaciona directamente con el estrés académico (8).

Los estudiantes de odontología, están sometidos a cargas académicas prolongadas que le requieren desarrollar actividades todo el día. Deben asistir a teóricos y realizar prácticas en clínica. Con todo ello, no todos los estudiantes se verán afectados por el estrés, sin embargo, la respuesta a las exigencias de su actividad dependerá de la disposición personal para afrontar las demandas de su

profesión.

La cresta y la altura de las mismas se realizó a partir de la base de las crestas hasta el extremo más saliente.

1.2. Estudio de los componentes químicos por Difracción de Rayos X (EDAX)

El análisis de los componentes químicos se realizó con sistema EDAX y Microsonda DX PRIME 10 y SDD Apollo 40, en cuyas imágenes la intensidad de los picos cuantifica la composición química de la superficie

1.3. Análisis estadístico

Fue utilizada la prueba estadística de Varianza para analizar las medias intercrestales de la topografía de los implantes de titanio y zirconio. Considerando como número significativo $P < 0,05$

La composición química fue evaluada de acuerdo a los datos obtenidos con el sistema EDAX.

Objetivo

Concienciar a los alumnos y docentes, sobre el estrés que le provoca la asignatura Cirugía, y la atención de pacientes con necesidades quirúrgicas intraorales. De esta manera ver la posibilidad de adaptar la cursada en base a los resultados obtenidos para disminuir los valores de estrés de los alumnos.

Materiales y Métodos

Se encuestó a estudiantes de odontología que cursan el 4º y 5º año de la facultad de odontología- UNLP, que están realizando prácticas. Se logró que la participación fuera por arriba del 80% para obtener una evaluación representativa a este nivel. Los estudiantes fueron invitados a cooperar bajo un cuestionario individual.

Se utilizó el cuestionario de Maslach (Modificado), que determina el cansancio emocional (CE), despersonalización (D) y realización personal (RP). El inventario está conformado por 22 ítems tipo likert con 7 intervalos de respuesta.

Se diseñó una base de datos con Microsoft Excel 2010, en la que se

registraron los datos de acuerdo a las indicaciones de los instrumentos. Se llevó a cabo el análisis descriptivo para todas las variables. Finalmente, se aplicó el análisis de regresión lineal múltiple para determinar qué variables del perfil de estrés son predictores de las dimensiones del MBI (Maslach Burnout Inventory) El diseño fue un estudio transversal y analítico. La variable dependiente fue el síndrome de burnout con sus tres dimensiones: CE, D y RP, y las variables independientes, las siete que conforman el perfil de estrés: situaciones estresantes, hábitos de salud, red de apoyo social, conducta, fuerza cognitiva, estilo de afrontamiento y bienestar psicológico.

Resultados

I- Características de los encuestados a- Edad, Sexo y estado civil, se encuestó a 255 estudiantes de odontología que realizan prácticas clínicas en la asignatura de Cirugía "A". El 66% (168) fueron mujeres y el 34% (87) hombres, con promedio en edad de 23,27 años, el centro de la distribución –mediana-, es de 25 años, la moda, que nos indica el valor que más veces se repite dentro de los datos, es de 21 años. El 92% (235) son solteros y sólo el 8% (20) casados. (Fig.1 - 3).

b- Experiencias odontológicas negativas previas El 61% no ha tenido experiencias odontológicas negativas previas y el 39% restante sí las ha padecido. (Fig. 2 - 3) A su vez, el gráfico de barras permite analizar esta variable a través de la variable sexo. De esta manera encontramos que casi el 60% de las mujeres no han sufrido de experiencias negativas previas, mientras que el porcentaje de hombres es más elevado, alcanzando el 64% de casos de los que afirman no haber tenido experiencias odontológicas negativas previas. Un dato interesante para evaluar es la escala de miedo a la atención odontológica de los mismos alumnos, ya que si estos han tenido experiencias negativas previas, no pareciera influir lo suficiente en la atención de pacientes, ya que se encuentran respaldados por los docentes. De esta manera, un 22,9% del 39% que manifiesta asistir regularmente al odontólogo, asegura haber tenido experiencias negativas previas, mientras que el 16,1% restante afirma que sí ha tenido experiencias negativas y no asiste regularmente al dentista.

II- De la aplicación de la escala de 22 ítems.: Percepción de la ansiedad ante diferentes estímulos, objetos o situaciones, con opciones. Los ítems que producen mayor ansiedad se circunscriben

especialmente a 7 puntos. Los encuestados afirman sentir mucha ansiedad con valores superiores al 50%. De igual modo, con valores que oscilan entre el 38% y 15% aparecen los siguientes ítems en los que se afirman tener mucha ansiedad cuando se cuestionan que se equivoquen en el diagnóstico, que el paciente no de el consentimiento para su atención por miedo. Es decir que sólo en 1 ítem 5% de los encuestados asume sentirse quemado por la cursada. (Tabla 1)

III- Entre el 55% y el 93,8% de los encuestados consideran que deben atender a los pacientes comprensivamente (93,8%), que se les explique lo que puede llegar a sentir (85,6%), que se les explique los procedimientos (84,1%), que se los trate suavemente (84%), que se tenga en cuenta sus experiencias previas (78,5%), que respete los tiempos para asimilar el tratamiento (72,9%), que tenga en cuenta su estado físico actual (70,4%), que tenga en cuenta su estado emocional actual (57,7%) y finalmente que lo trate lentamente (55%) (Tabla 2).

La valoración del síndrome de burnout en los participantes, reportó niveles altos en las tres dimensiones: el 27% de los estudiantes, en cansancio emocional; el 37%, en despersonalización, y el 50% con baja realización personal, esto se ve reflejado en el pre-operatorio (Fig. 4).

Tabla 1 | Percepción de la ansiedad ante diferentes estímulos, objetos o situaciones, con opciones

Nº de ítem	Concepto	Resultados
14	Creo que estoy cursando demasiado	71%
3	Me siento emocionalmente agotado por la mañana y tengo que ir a cursar	60%
16	Trabajar directamente con personas me produce estrés	55%
20	Me siento abatido	38%
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que realizo esta carrera	35%
1	Me siento emocionalmente agotado por mi cursada	25%
22	Siento que los pacientes me culpan por algunos de sus problemas	15%
8	Me siento quemado por mi carrera	5%

Discusión

En la presente investigación se encontraron porcentajes similares en relación al género y edad en estudiantes de odontología. El promedio de edad (22 años) sugiere que esta población está en la etapa de riesgo para desarrollar el síndrome de burnout de acuerdo con diversos estudios (8-9).

En general, los estudiantes de odontología muestran niveles más altos en el síndrome de burnout que los docentes de acuerdo a otros estudios, muy probablemente esto es debido a que por someterse a exámenes académicos y a la etapa del desarrollo por la que pasan. En relación con el perfil de estrés los participantes mostraron que el comportamiento, la fuerza cognitiva, la valoración positiva y estilos de afrontamiento fueron factores relacionados con el síndrome de burnout. Los estudiantes manifestaron sentirse alienados en su actividad, refirieron sentir los cambios como riesgos y amenazantes para su equilibrio y expresaron tener poco control con los acontecimientos más relevantes en su vida diaria.

Cuando se establecieron comparaciones en relación al sexo de los integrantes de la muestra se puede detectar que el grupo de mujeres presentó las puntuaciones más elevadas en despersonalización. Según la bibliografía consultada en un trabajo realizado en estudiantes de odontología se pudieron constatar que al pasar a realizar tareas clínicas se producía mayor estrés ante el cambio en mujeres que en el grupo de varones. Las diferencias que se encontraron al comparar el grupo de profesionales odontólogos y los estudiantes, fueron altamente significativas, como era esperable, en los estudiantes del último año de la carrera de odontología, tanto en las variables cansancio emocional y despersonalización, presentando los profesionales odontólogos puntuaciones más elevadas en realización personal. Aunque Newton y Gibbons(10) al estudiar la satisfacción entre los odontólogos con la profesión, encuentran diferencias significativas entre los grupos de terapeutas dentales, higienistas y odontólogos, estos autores pudieron detectar que profesionales odontólogos muestran el más bajo nivel de satisfacción laboral comparados con los grupos mencionados. En el caso de los terapeutas dentales y los higienistas, los más jóvenes presentaron más bajos niveles de satisfacción, aunque en la presente muestra, la situación fue diferente. En esta misma variable (realización personal), los alumnos de 4to año presentaron puntuaciones más elevadas que los profesionales, es probable que esto se relacione con que su tarea se circunscribe a la tarea profesional, sin estar presionados como los

estudiantes en tareas académicas, de práctica clínica, incumplimiento de pacientes que ellos mismos deben proporcionarse, a lo que se suman los exámenes correspondiente a las diferentes materias. También los estudiantes de odontología presentaron puntuaciones más elevadas en cansancio emocional y despersonalización. Al respecto Rajab(11) afirma que entre los estudiantes de odontología la mayor producción de estrés se relaciona con los exámenes, los días muy cargados de trabajo y la falta de tiempo para el descanso.

La fuerza cognitiva como variable protectora ante el síndrome de burnout, principalmente con la dimensión de realización personal, permitió fundamentar que el compromiso y considerar los cambios como una oportunidad de crecimiento disminuye el riesgo ante situaciones estresantes. Otros estudios reportan que tener un buen locus de control disminuye los niveles de estrés laboral; así, las variables de personalidad y las actitudes de afrontamiento son mediadoras entre la respuesta de estrés y el contexto, principalmente el rasgo de neuroticismo que se asocia con el daño por estrés laboral

Tabla 2 | Cómo consideran que deben atender a los pacientes

<i>Comprensivamente</i>	<i>Siempre</i>	93.8%
	<i>Casi Siempre</i>	6.2%
	<i>Nunca</i>	0%
<i>Que me expliquen que puedo llegar a sentir</i>	<i>Siempre</i>	85.6%
	<i>Casi Siempre</i>	9.4%
	<i>Nunca</i>	5%
<i>Que me expliquen los procedimientos</i>	<i>Siempre</i>	84.1%
	<i>Casi Siempre</i>	12.1%
	<i>Nunca</i>	3.8%
<i>Que me traten suavemente</i>	<i>Siempre</i>	84%
	<i>Casi Siempre</i>	16%
	<i>Nunca</i>	0%
<i>Que tengan en cuenta mis experiencias previas negativas</i>	<i>Siempre</i>	78.5%
	<i>Casi Siempre</i>	17.5%
	<i>Nunca</i>	4%
<i>Que me den tiempo para asimilar el tratamiento</i>	<i>Siempre</i>	72.9%
	<i>Casi Siempre</i>	15%
	<i>Nunca</i>	12.1%
<i>Que tengan en cuenta mi estado físico actual</i>	<i>Siempre</i>	70.4%
	<i>Casi Siempre</i>	20.3%
	<i>Nunca</i>	9.3%
<i>Que tengan en cuenta mi estado emocional</i>	<i>Siempre</i>	57.7%
	<i>Casi Siempre</i>	36%
	<i>Nunca</i>	6.3%
<i>Lentamente</i>	<i>Siempre</i>	55%
	<i>Casi Siempre</i>	45%
	<i>Nunca</i>	0%

Conclusión

Los resultados indicaron que un alto nivel de compromiso y participación en las actividades, así como considerar a los cambios de vida como oportunidades de crecimiento permitieron un control sobre los eventos estresantes y la respuesta al síndrome de burnout.

La relación entre el perfil de estrés y el síndrome de burnout mostrada en esta investigación puede contribuir a fortalecer la interacción entre las exigencias ambientales, las expectativas y las capacidades individuales el proceso del mismo.

De esta manera, las evaluaciones del potencial de la personalidad en la etapa de formación de los estudiantes pudieran ser indicadores de posibles respuestas, positiva o negativa, a situaciones de riesgo ante el síndrome de burnout lo que facilitará diseñar intervenciones oportunas y eficaces para su tratamiento.

Los resultados de este estudio serán utilizados para la formación y perfeccionamiento de los docentes de la asignatura, tanto en el pregrado como en el postgrado. Algunas maneras de afrontar el estrés en los alumnos son: a) Estar atentos a los síntomas, no negarlos. b) Adoptar una vida sana. c) Comprender las limitaciones. d) Valorar los logros. e) No perder el control. f) Mantener una vida equilibrada.

Fig 3



Fig 4 | Valorización del síndrome de Burnout

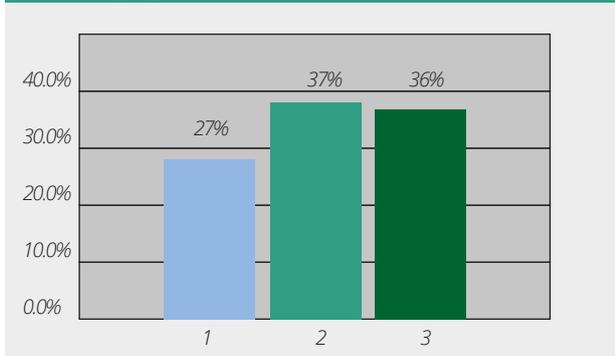


Fig 1 | Casos según sexo

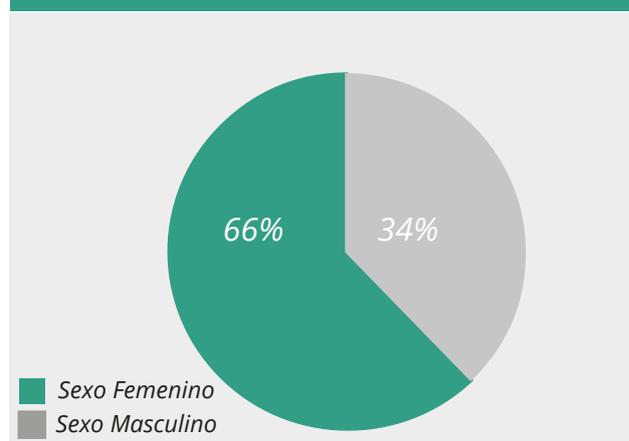
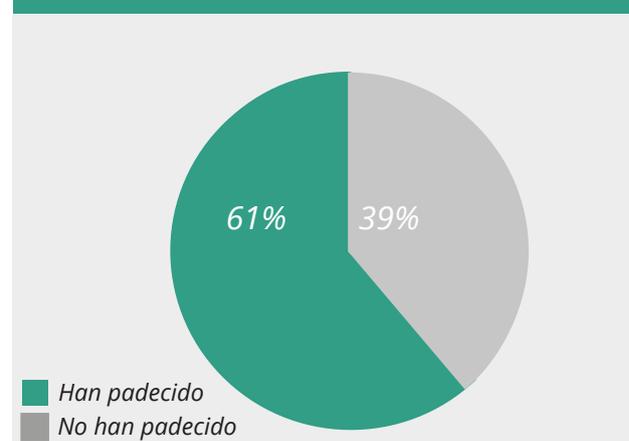


Fig 2 | Experiencias odontológicas negativas previas



Referencias Bibliográficas

- 1.Ávarez, M y Casanova, Y. Miedo, ansiedad y fobia al tratamiento estomatológico. Humanidades Médicas. 6 N° 16. (2006)
- 2.Barbería LE, Martín Díaz, D; Tobaí, Fernández Frías C. Prevalencia, consecuencias y antecedentes de miedo, ansiedad y fobia dental. Bol Asoc. Odontológica Argentina. P. Niños. 1997.
- 3.Miguel Tobal JJ y Cano Vinde A. Inventario de situaciones y respuestas de ansiedad. Madrid. T.EA (1986).
- 4.Maslach, C y Jackson, S. Burnout in Health Professions. A Social Psychological Analysis Citado en Moreno Jiménez, B. y Peñacabo Puente, C. Facultad de Psicología. Univer. Autón. De Madrid, 1995.
- 5.Rowe, M. Dental fear: comparisons between younger and older adults. American Journal of Ethn Studies. (2005).
- 6.Newton, C. y Gibbons, D. Burnout among dentists. European J Dentist, (2001); 6, 1, 22-29.
- 7.Rajab, E. Effects of stress in dentists students. J. of dent. Research, (2001); 69, 2, 489-499.
- 8.Hernández C P, Monroy A, Rivera P, Rojas B E, Sánchez N S. Estudio comparativo de los síntomas del síndrome de burnout entre odontólogos de práctica general y especialistas del distrito federal y área metropolitana en el 2007. http://odontologia.iztacala.unam.mx/instrum_y_lab1/otros/COLOQUIO%20contenido/CARTEL-2008/Estudio%20comparativo%20de%20los%20síntomas%20de%20síndrome%20de%20Burnout%20entre%20odontólogos%20especialistas%20de%20D.F.doc (Accessed 12 may 2009).
9. Aranda C, Pando M, Velázquez L, Acosta M, Pérez M B. Síndrome de burnout y factores psicosociales en el trabajo, en estudiantes de postgrado del Departamento de Salud Pública de la Universidad de Guadalajara, México. Rev Psiquiatría Fac Med. 2003;30(4):193-9.
- 10.Lambert E G, Paoline E A. The influence of individual, job, and organizational characteristics on correctional staff job stress, job satisfaction, and organizational commitment. [Abstract]. Criminal Justice Review 2008; 33 (4): 541-64.
- 11.Vogt D S, Rizvi S L, Shipherd J C, Resick P A. Longitudinal investigation of reciprocal relationship between stress reactions and hardness. [Abstract]. Pers Soc Psychol Bull 2008; 34: 61-73.