

EFFECTOS DEL ESTRÉS LABORAL EN LA CALIDAD DE VIDA DE LOS MÉDICOS ANESTESIÓLOGOS

Neuro Fernando Galbán Padrón*

 <https://orcid.org/0000-0002-8978-5347>

Nidia Devonish Nava**

 <https://orcid.org/0000-0002-4585-5374>

Mery Guerra Velásquez***

 <https://orcid.org/0000-0002-2471-8020>

Cesar José Marín Marcano****

 <https://orcid.org/0000-0002-2340-4548>

RECIBIDO: Mayo 2022 / ACEPTADO: Agosto 2022 / PUBLICADO: Septiembre 2022

Como citar: Galbán Padrón, Neuro Fernando; Devonish Nava, Nidia; Guerra Velásquez, Mery; Marín Marcano, Cesar José. (2022). Efectos del estrés laboral en la calidad de vida de los médicos anestesiólogos. **Telos: Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales**, 24 (3), Venezuela. (Pp. 659-675). DOI: www.doi.org/10.36390/telos243.13

RESUMEN

El estrés laboral crónico (Síndrome de Burnout-SB), es un trastorno muy frecuente entre los médicos anestesiólogos, sin embargo detectarlo a tiempo o en sus fases tempranas evitaría efectos negativos en la calidad de vida, salud y bienestar laboral. El objetivo fue resaltar los efectos negativos del estrés laboral y estrés laboral crónico (Síndrome de burnout), en la calidad de vida de los anestesiólogos. Además de la toma de consciencia, la prevención y la detección temprana, para el tratamiento adecuado de la enfermedad; se realizó la búsqueda y selección de diferentes artículos que permitieron verificar diferentes opiniones y planteamientos actualizados, de parte de instituciones y organismos internacionales, trabajos, reportajes e investigaciones elaboradas sobre la temática; algunos de estos son: OIT (2016); OMS (1994); García, Cova, Bustos y Reyes (2017); Montenegro, Gustavo, Tarrés y Moscoloni (2017), Calabrese (2020); Cadavid, Rojas y Palacios (2017); García, Marero, Pastor y Amores (2020); Magalhaes, Machado, Sousa, Araújo, Moser y Viana (2015). Se concluye que el estrés laboral

* Médico Cirujano. Especialista en Anestesiología. Magister Scientiarum en Gerencia Pública. Cursando estudios de Doctorado en Ciencia Médicas, Universidad del Zulia. neurogalban@gmail.com

** Médica Cirujana. Especialista en Anestesiología. Doctora en Ciencia Médicas. Directora de Postgrado de anestesiología de la Universidad del Zulia. nidia.devonish@gmail.com

*** Médica Cirujana. Especialista en Ginecología y Obstetricia. Especialista en Metodología de la investigación. Doctora en Ciencia Médicas. mergv127@yahoo.es

**** Médico Cirujano. Especialista en Psiquiatría. Doctor en Ciencia Médicas. Director del Departamento de Psiquiatría de la Facultad de Medicina de la Universidad del Zulia. cesarmarinm2000@gmail.com

tiene efectos directos sobre la calidad de vida de los anestesiólogos; donde la aceptación y reconocimiento de los síntomas en etapas tempranas, evitan daños mayores a la salud y el ascenso al burnout.

Palabras clave: médicos anestesiólogos, estrés laboral, síndrome de burnout, calidad de vida, medición de la calidad de vida.

Effects of work stress on the quality of life of anesthesiologists

ABSTRACT

Chronic work stress (Burnout-SB Syndrome) is a very common disorder among anesthesiologists; however, detecting it in time or its early stages would avoid negative effects on quality of life, health, and well-being at work. The objective was to highlight the negative effects of work stress and chronic work stress (Burnout Syndrome) on the quality of life of anesthesiologists. In addition to awareness, prevention, and early detection, for the proper treatment of the disease; the search and selection of different articles was carried out that allowed verifying different opinions and updated approaches, on the part of international institutions and organizations, works, reports, and investigations elaborated on the subject; Some of these are: ILO (2016); WHO, 1994; García, Cova, Bustos, and Reyes (2017); Montenegro, Gustavo, Tarrés, and Moscoloni (2017), Calabrese (2020); Cadavid, Rojas, and Palacios (2017); García, Marero, Pastor and Amores (2020); Magalhaes, Machado, Sousa, Araújo, Moser, and Viana (2015). It is concluded that work stress has direct effects on the quality of life of anesthesiologists, where the acceptance and recognition of symptoms in the early stages avoid major damage to health and the rise of burnout.

Keywords: anesthesiologists, work stress, burnout syndrome, quality of life, measurement of quality of life.

Introducción.

El anestesiólogo es un profesional médico, cuya formación especializada, le permite administrar medicamentos y sustancias que previenen y alivian el dolor durante una cirugía, u otros procedimientos; también se le llama anestesista (Instituto Nacional del Cáncer-NCI, *s/f*). El anestesiólogo representa un importante papel en el quirófano, porque además de proteger las funciones vitales básicas de paciente durante la cirugía, puede diagnosticar problemas médicos que se presenten durante o después de esta (posoperatorio), (Anesmur, 2022).

Por tanto, en el ámbito profesional de los médicos anestesiólogos el estrés laboral es un fenómeno muy frecuente, o un como lo expresa Calabrese (2006, p.234) “un componente de la vida cotidiana”, que resulta del esfuerzo realizado para mantenernos en equilibrio al enfrentarse a un ritmo de vida hostil y acelerado, lo que nos permite sobrevivir ante este hecho. En el caso del personal médico, se característico y “una condición universal” de la formación profesional, desde la facultad hasta el ejercicio de la profesión, inclusive durante esta (Calabrese, 2006).

A juicio de Balcázar, Montejo y Ramírez (2015), el estrés laboral, teniendo especial atención cuando este se torna en síndrome de *burnout*; es el que se refiere al padecimiento de un estrés laboral sostenido en el tiempo, indican que éste es una causa frecuente de alteraciones

en la salud y en el bienestar de los trabajadores. Olivares (2017, p.60), en su estudio: *Laudatio*, comprendiendo el *Burnout*, de la Dra. Christina Maslach, nos acerca a la definición que ella realizó sobre el término, que dice: “es una respuesta progresiva e insidiosa, que evoluciona como parte de un proceso mayor de estrés laboral, preferentemente en profesionales de servicios, pero no exclusivamente”.

Este fenómeno *Síndrome de Burnout*, es muy frecuente entre los anestesiólogos, posiblemente debido a las exigencias de la profesión de la anestesiología, ya que muchos de estos especialistas se encuentran durante su carrera y el ejercicio de la profesión, en situaciones y circunstancias, que conllevan a desarrollar estrés, y luego estrés laboral, constituido este por etapas que anteceden al síndrome de *burnout*; de igual forma, muchos de estos profesionales pueden estar experimentando el mencionado síndrome en sus vidas, sin la debida atención y tratamiento.

En la actualidad, es posible afirmar que el estrés laboral crónico (síndrome de *burnout*) es una patología que se presenta especialmente en profesionales y trabajadores que tienen contacto directo y constante con personas; Freudenberger, quien se encargó del estudio de este trastorno desde sus orígenes, lo describió como un estado de fatiga o frustración que se produce en las profesiones relacionadas con la ayuda o atención directa a las personas, pues habitualmente esta lleva a los profesionales a enfrentarse con emociones intensas de dolor, enfermedad y/o sufrimiento psíquico (García, Cova, Bustos y Reyes, 2017).

El personal médico es sin duda el grupo de más alto riesgo entre otros grupos de profesionales del sector salud; tal como lo afirma la Dra. Cristina Maslach en su descripción del síndrome, limitándolo a los profesionales que interactúan con personas en su quehacer profesional diario (asistencial) (García et al, 2017).

Para la Organización Internacional del Trabajo (OIT), el estrés relacionado con el trabajo: Está determinado por la organización del trabajo, el diseño del trabajo y las relaciones laborales, y tiene lugar cuando las exigencias del trabajo no se corresponden o exceden las capacidades, recursos o necesidades del trabajador, o cuando el conocimiento y las habilidades de un trabajador o de un grupo para enfrentar dichas exigencias no coinciden con las expectativas de la cultura organizativa de una empresa (OIT, 2016, p.2).

Ahora bien, según argumentos de Díez y Martínez (2021) el estrés laboral ha sido reconocido como enfermedad y catalogado como riesgo laboral por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 2019; incluyéndose en la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11); su entrada en vigor será para el 1 de enero de 2022; esto se ha planteado después de varias décadas de investigaciones relacionadas con la evaluación, prevalencia, e incidencia del *burnout* en la salud de los trabajadores.

En este orden de ideas, definir estrés laboral, no es referirse al *burnout* como tal, ya que este último tiene la capacidad de afectar de tal modo a quienes lo sufren, que puede deteriorar la salud mental e incluso poner en riesgo la vida del individuo (Saborío, e Hidalgo, 2015). Sobre la relación entre el estrés laboral y el síndrome de *burnout*, De Francisco, Arce, Vílchez y Vales (2016, p. 241), comentan que los autores: Ursin y Eriksen (2004); Moen, Federici y Abrahamsen (2015), han definido el estrés como neutral, expresando que por sí mismo no es bueno o malo; si el estrés laboral se analiza conjuntamente con el *burnout*, se estaría hablando de estrés laboral crónico, lo que si se consideraría perjudicial.

En torno a lo anterior, creemos que la desinformación, pudiese dar ocasión a un diagnóstico tardío sobre esta patología; por lo tanto los efectos de un burnout no diagnosticado a tiempo, constituiría una situación problemática y perjudicial en lo personal, en lo laboral y también para las instituciones donde laboran los afectados; por lo que es importante considerar, que las consecuencias en las que deriva esta enfermedad de no ser tratada a tiempo, suelen ser graves y sus efectos desbastadores en la calidad de vida.

Entendiendo que la calidad de vida según lo expresa la OMS, es un “concepto de amplio alcance”, que pasa por la salud física y fisiológica del individuo, el nivel de independencia, las relaciones sociales que posea y su relación con el entorno donde interactúa (Gobierno de México, s/f). En este concepto se conciben tres aspectos que conforman la calidad de vida: aspectos subjetivos, aspectos objetivos y aspectos sociales, que al mismo tiempo están relacionados con las condiciones políticas, sociales, económicas, culturales del contexto particular de los individuos (Gobierno de México, s/f).

En este sentido, es muy importante reflexionar cómo afecta el síndrome de burnout la calidad de vida en los individuos primeramente, y luego en el entorno laboral; comprender las consecuencia que esto conlleva con una detección temprana, se pueden prevenir los inconvenientes para la salud que afectan la productividad, el desarrollo personal y profesional (Illidge Solano y Quimbayo Santana, 2020).

En la coyuntura actual, luego de una pandemia, se han planteado poco probados y hasta improvisados e innovadores métodos, técnicas, estrategias y demás protocolos, para enfrentar las secuelas que esta ha dejado; donde las nuevas situaciones laborales, han llevado a construir desde cero, o a reestructurar y tratar en lo posible de mantener circunstancias favorables que permitan retomar el bienestar y la calidad de vida, que en muchos casos se han perdido, siendo estos aspectos que consideramos deben ser rescatados con prontitud.

Ahora bien, que siempre han existido factores estresantes específicos, relacionados con la práctica de la anestesiología, a los cuales se les ha enfrentado de forma adecuada dada la experiencia en la práctica de la especialidad, esto no resulta novedoso para el gremio; a diferencia de lo que se pensaba, no sucedió así con la pandemia del Covid-19, esta vino a decirnos que algunas situaciones se saldrían de las manos, planteándose aspectos nuevos que requerirían de mayor cuidado; procesos preventivos a los cuales se les había desestimado por la rutina del desempeño laboral (Ejemplo, el lavado de manos con mayor frecuencia, el uso continuo de la mascarilla), entre otros.

Estos cuidados debían tenerse más en cuenta; (...) como consecuencia, se establecieron recomendaciones de prevención y protección específicas para la atención a pacientes portadores de estas infecciones respiratorias (Calabrese, 2020). En tales circunstancias las partes afectadas, el personal de salud (médicos, enfermeras, otros), así como la población general, no teníamos la preparación suficiente ante esta contingencia, lo que nos ha llevado a permanecer por largo tiempo en una total incertidumbre, al verse comprometida la propia salud dentro y fuera del entorno laboral, además de incluirse la salud de familiares y allegados.

En este contexto los médicos anestesiólogos, hemos sido parte y contraparte, es decir, no por ser médicos quedamos exentos de tener que enfrentar las consecuencias terribles e irreparables que nos ha propinado esta larga e inesperada contingencia, acotando que actualmente actuamos, basados en un mayor conocimiento científico; pero “finalmente, el

SARS-CoV-2, COVID-19 es una patología emergente con evidencia disponible, dinámica que vino para quedarse, por eso es muy importante que los anestesiólogos estemos actualizados y preparados para esta nueva normalidad ocupacional” (Calabrese, 2020)

Por nuestra parte, tal como nos lo exige la profesión, al tener un contacto continuo con los riesgos profesionales, implementamos las medidas necesarias y requeridas, pero durante la pandemia y en las actuales circunstancias (pos-pandemia), estos cuidados se han tenido que diversificar, adaptar y ampliar, por la presencia de personas contaminadas con el Covid-19 en quirófano, haciendo mucho más intensa, estricta y por lo tanto estresante cada jornada laboral. La naturaleza de la profesión y de la especialidad en anestesiología, nos responsabiliza del cuidado de los pacientes, antes, durante y después de una intervención quirúrgica, manteniendo a salvo su vida, en situaciones médicas y clínicas importantes (Recart, 2018).

Luego de más de año y medio de cuidados duplicados e intensos de la salud propia y la ajena; retomar rutinas más amables y menos estresantes dentro del ámbito profesional, pero también en lo personal y lo familiar, es una opción imperante, ya que son requeridos para la adaptación de los recursos personales con los que contamos y enfrentar este proceso de una nueva “normalidad” laboral.

Más importante aún es trabajar en el rescate de la calidad de vida, para lo que es indispensable medir los niveles de la calidad de vida que poseemos actualmente, considerando todos los aspectos y factores estresantes que rodean las rutinas laborales, para esto existen instrumentos de medición de la calidad de vida, que funcionan al momento de querer obtener información confiable y relacionada.

En este aspecto Cardona-Arias e Higuita-Gutiérrez (2014, p. 3), indican que por ser la calidad de vida un concepto de carácter subjetivo y multidimensional, los instrumentos de medición para este fin, deben ser igualmente multidimensionales. Por lo anterior, Misrachi y Espinosa (2005), comentan que para obtener datos útiles que permitan sacar conclusiones confiables sobre la calidad de vida, existen cuestionarios estandarizados producto de un desarrollo científico, con los cuales se puede evaluar de forma confiable y rápida el bienestar y funcionamiento del individuo, en relación con la calidad de vida que posea.

Con respecto a los mecanismos o instrumentos para la medición de la calidad de vida, esta palabra clave se revisó de forma muy somera, encontrándose que uno de estos instrumentos o cuestionarios estandarizados, como es el caso del cuestionario: WHOQOL-100, y el WHOQOL-BREF (World Health Organization Quality of Life Group) elaborado por la OMS (OMS, s/f), evalúa la calidad de vida en varias facetas de la vida del ser humano, y puede ser aplicado en otras investigaciones. En ese sentido, la información expresa sobre este cuestionario puede ser ampliada en otros estudios donde estos sean aplicados para obtener información variada y específica, con relación a los aspectos que caracterizan la calidad de vida de los anestesiólogos, pero también de otros profesionales del área de la salud; todo lo cual puede formar parte de un estudio más profundo y complementario.

En cuanto al procedimiento metodológico de la investigación, este estuvo basado en la revisión de diferentes bases de datos, explorando y extrayendo información relevante, para la estructuración de la fundamentación teórica, que atañe al tema investigado.

-Se realizó la lectura de fuentes primarias y secundarias, para evaluar de forma objetiva, las debilidades de cada documento encontrado; así como las similitudes y fortalezas que aportan valor a la investigación.

-Se estructuraron las características del documento basadas en el propósito, que consistió en organizar los estratos informativos en forma de ensayo, o acercamiento a una síntesis descriptiva y cualitativa, para los lectores interesados en la temática, desarrollado a través de la introducción, fundamentación teórica y conclusiones del estudio.

-En cada una de las lecturas se tomó en cuenta; nombre de los autores, el año de publicación, la similitud o integración de terminología similar y palabras clave, títulos, que fueran similares.

-Se plantearon preguntas como: ¿Cuál es la información más relevante?, ¿Cuáles documentos cuentan con respaldo académico e investigativo, sólido y reconocido?, ¿Cuáles artículos están mejor estructurados, teóricamente hablando?, y por la organización de criterios como la sencillez y claridad en la redacción, la pertinencia con el objetivo e importancia del estudio, para continuar con la elección de los documentos más apropiados para el sustento del estudio.

La búsqueda de información inicialmente fue sumando unos 527 documentos, entre artículos científicos y otro tipo de publicaciones digitales en la web, quedando luego de la selección 29 documentos citados y referenciados, relacionados con las palabras clave y título de este estudio. En este sentido, por ser el presente estudio una revisión literaria, el investigador realizó la búsqueda teniendo en cuenta los siguientes criterios de inclusión: que contuvieran las palabras clave anteriormente explicadas: médicos anestesiólogos, estrés laboral, síndrome de burnout, calidad de vida y medición de la calidad de vida; o de terminología similar como “síndrome de desgaste profesional”, “médicos anestesiólogos”, entre otras; tener coincidencias con título en alguna de sus variables, y otras variables relacionadas como “estrés laboral en médicos anestesiólogos”, o “efectos del estrés en la calidad de vida”, entre otras coincidencias; además de la correspondencia con el objetivo de la investigación en algunos de los aspectos involucrados.

El rango de fechas y/o cantidad de años de haber sido publicados, fue entre 2015 y 2022, en este aspecto la mayoría de los artículos incluidos no pasan de 8 años desde su publicación a la presente fecha; salvo por 4 documentos que datan de: (2007, 2006, 2005, 2004), de los cuales (1) uno es un documento oficial de la Organización Mundial de la Salud (OMS). En relación con lo anterior, se obvió el criterio de “año de publicación”, por ser este tipo de documentos únicos, y que contienen información importante para el análisis.

Otro criterio de inclusión fue el aporte que hacían a la investigación, la importancia hacia la temática en relación a la profesión de anestesiólogos, que hubiesen documentos escritos por representantes del gremio de los médicos anestesiólogos; que contuvieran la presentación de instrumentos o cuestionarios para la medición de la calidad de vida, los que servirán a futuro para realizar una investigación relacionada con esta temática, específicamente en los médicos anestesiólogos como sujetos de investigación.

Los criterios de exclusión se relacionan con el año de publicación, ya que no fueron elegidos los más antiguos; excepto si pertenecían a organismos internacionales como la OMS; otro criterio para ser excluidos fue la no coincidencia con alguna de las palabras clave y objetivo del estudio; documentos basados en estudios de áreas no afines con la salud de los seres humanos; documentos con investigaciones inconclusas, no disponibles en las bases de datos; sin autores o institución, contextos geográficos distintos a Latinoamérica o regiones de habla hispana.

Todos los documentos fueron seleccionados de internet, en diferentes bases de datos, webs de salud y opinión; portales de organismos internacionales; en sitios oficiales, repositorios institucionales (Universidades), sitios y portales de instituciones varias, así como bases de datos de revistas especializadas (artículos científicos y de revisión). Todos los documentos seleccionados han sido referenciados en el texto del documento y referencias bibliográficas.

A continuación se mencionan las bases de datos consultadas:

Cuadro 1. Bases de datos consultadas

Tipo de medio de difusión o divulgativos de conocimiento	Descripción
Sitios de Difusión en Salud y Opinión; Oficiales, Organismos Internacionales, y de Gobiernos	Anesmur; BBC; NIC-Instituto Nacional del Cáncer. EE.UU; Gobierno de México (Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores); OIT; OMS; Mi carrera Universitaria.com; Zenodo.
Bases de datos	SciELO; Medigraphic; Redalyc; Reserchgate.
Repositorios de Universidades	UNELLEZ-Universidad Nacional Experimental de los Llanos "Ezequiel Zamora" (Venezuela); UCC - Universidad Cooperativa de Colombia (Colombia); Universidad de Chile (Chile); Universidad de Antioquia (Colombia).
Revistas Científicas Especializadas	Revista Médica (Rev. Multimed), Cuba; Revista Colombiana de Anestesiología; Terapia y Emoción-Gabinete de Psicología (Es); Revista Facultad de Medicina Humana (Es); Revista Brasileira de Anestesiología; Revista Argentina de Anestesiología, (Arg); Revista AVFT, (Vzla); Revista Chilena de Anestesia (Cl); Enfermería Global, Universidad de Murcia (Es); Revista Dental de Chile (Cl); Rev. Medicina Legal de Costa Rica (Cr); Opinión y Salud, Rev Digital; Revista Cubana de Salud y Trabajo (Cu); Duazary-Revista Unimagdalena (Co); Revista Atención Familiar (Mx); Revista: Hacia la Promoción de la Salud (Co).

Fuente: elaboración propia.

La selección de las anteriores bases de datos, obedeció a que muchos de los artículos que se encontraron, están en acceso abierto y han estudiado situaciones especialmente del área de la salud de los profesionales médicos en anestesiología.

De acuerdo con todo lo antes expresado, a continuación se presenta la fundamentación teórica, con la información que resalta los efectos del estrés laboral crónico (síndrome de burnout) para la calidad de vida de los anestesiólogos; de forma tal que teniendo este conocimiento se puedan tomar medidas preventivas y se adopten conductas adecuadas para enfrentar y solventar la problemática de salud en la que se encuentran muchos de los profesionales del gremio, de forma efectiva y adecuada.

Entendiendo al profesional de la anestesiología.

El médico especialista en anestesiología es un profesional de la salud que cumple diversas funciones; mucha gente piensa que su anestesiólogo es sólo el médico que está detrás de la mascarilla, que ayuda a dormir y despertar en el quirófano Anesmur (2022), como antes se solía expresar; hoy día son muchas las funciones que resultan imprescindibles y que conforman la estructura de responsabilidades que maneja un médico anestesiólogo.

Las mismas están relacionadas con la preparación previa de los pacientes, realizando la valoración antes del ingreso al quirófano; el cuidado y control de los signos vitales durante la intervención; y luego de la intervención vigila cualquier eventualidad que pueda presentar el paciente, en la etapa pos-operatoria; además se encarga de controlar y monitorear el correcto funcionamiento de los equipos de quirófano, en el área de su incumbencia (Salazar, 2020).

Según lo antes descrito, la anestesiología requiere de compromiso con un alto nivel de exigencias desde todo punto de vista; por tales motivos y aunado a la alta demanda emocional, las jornadas laborales extensas y los casi inexistentes periodos de descanso, pueden acarrear síntomas de tensión emocional, agotamiento o fatiga, que pueden representar el inicio de padecer estrés laboral (Cadavid Buitrago; Rojas Hurtado y Palacios Pérez, 2017).

Ahora bien, las características personales y ambientales del entorno laboral en interacción, deben cumplir con condiciones específicas asociadas a factores psicosociales del trabajo, como altas demandas de esfuerzo, bajo reconocimiento y control emocional, para que sean consideradas altamente estresantes (Cadavid et al., 2017).

Es importante destacar que a las actividades laborales y de trabajo asistencial que realizan los anestesiólogos, se le suman: la vida familiar, las tareas domésticas y los asuntos personales que deben ser resueltos cada día; circunstancias que todos debemos enfrentar en menor o mayor proporción; las relaciones personales fuera del ámbito laboral, las actividades de esparcimiento, son entre otras, situaciones con las que debemos interactuar de manera equilibrada. De no ser así, nos estaríamos enfrentando a dilemas por falta de control de nuestras propias circunstancias de vida, que conllevarían a la aparición del estrés; entendiéndose este como “una afección de salud que reviste gran importancia para la calidad de vida de los seres humanos” (Bairero, 2017).

En este contexto, la anestesiología es hoy día una de las ramas de la medicina con mayor demanda, así se puede leer en el portal, micarrerauniversitaria.com:

La importancia de la presencia de este médico profesional en anestesiología es de gran relevancia, ya que con las habilidades y conocimientos aplicados del mismo hará que se calmen y bajen los dolores que pueda presentar el paciente, por lo que se considera una especialización de gran demanda en el ámbito laboral (...) por lo tanto el profesional de esta carrera no tendrá grandes

problemas al momento de conseguir trabajo que se vincule con los estudios realizados (Mi Carrera Universitaria, 2022)

Según lo antes descrito, no es posible concebir hoy día, la práctica quirúrgica, sin la presencia de un anestesiólogo; por lo cual se puede asegurar con esto que esta es una de las especialidades que requieren de mayor preparación, estudios, actualización, experiencia y sobre todo calidad humana y profesional; de igual forma de una gran inversión en tiempo y recursos económicos.

Estrés laboral: Ignorarlo o enfrentarlo.

En su labor diaria del anestesiólogo, puede que este no tenga la suficiente capacidad de afrontamiento, cuando se ve abrumado con situaciones laborales poco flexibles y exigentes, lo que pone en tela de juicio la viabilidad de las estrategias personales; sin embargo, las estrategias de afrontamiento adecuadas pueden contribuir y evitar la aparición de los síntomas de estrés laboral y por ende no llegar a padecer síndrome de burnout, (Montenegro, Gustavo, Tarrés y Moscoloni, 2017).

Es cierto que muchos médicos eligen obviar afecciones en la propia salud, por motivos como: evitar el absentismo, evitar asistir a consultas con procedimientos tediosos, evitar descuento en el salario o dejar de percibir remuneraciones por cierto tiempo, otro motivo puede ser no querer quedarse en casa de reposo, pues se vive solo, o por no querer dar molestias a familiares; en fin, pueden ser muchas otras, las razones válidas; lo cierto es que ignorar, o no dar importancia a la situación de salud que se esté atravesando a causa de estrés laboral, a la larga conducirá irremediablemente a la baja de la productividad, insatisfacción laboral y profesional y consecuencias graves como la incapacidad laboral.

En un análisis de Calabrese (2006), se infiere que los anestesiólogos poseen unas características personales que los tornan más susceptibles al estrés, por ejemplo, la necesidad de la puntualidad en el trabajo, la habilidad que deben tener para realizar varias tareas simultáneas, altos niveles de responsabilidad y dedicación al trabajo y a su profesión, la competitividad y exigencias personales para ser mejores cada día; todo lo cual interviene en contra de una toma de consciencia ante riesgos para la salud.

De acuerdo a lo antes expresado, algunas sensaciones o ciertos pensamientos inadecuados, que pueden surgir a lo largo de la jornada diaria, podrían deberse a la presencia de síntomas de estrés laboral; por ejemplo: mirar el reloj con mucha frecuencia, querer salir de vacaciones, desear que llegue el viernes siendo inicio de semana, que llegue la hora de descanso, etc., describen claramente una conducta típica de estar cansado, y agotado física o emocionalmente, con tedio o aburrido del trabajo que se realiza.

En este punto, es importante estar atentos a la frecuencia con la que se presentan, estos indicios que pudieran ser también "avisos"; ya que constituyen precisamente la primera fase para la presunción de estar estresado; la fase de alarma, es la etapa donde el organismo comienza a experimentar la liberación de cortisol, adrenalina y otras hormonas que producen taquicardias, ahogos, mareos, presión alterada y ansiedad (Gil, 2018).

La presencia de síntomas como los anteriores, es la manera que tiene el organismo, como bien lo expresa Gil (2018), de comunicar el inicio de un proceso de estrés, del cual

posiblemente no se tenga noción, ya que por lo general se suele confundir con otras causas o enfermedades que ya se estén padeciendo.

Ante la negación de la posibilidad, de estar pasando por períodos de estrés sostenido o recurrente, es preciso hacer un alto y concientizarse sobre los daños que estos causan a la salud con el paso del tiempo; tal como se menciona en un boletín emanado de la Organización Internacional del Trabajo - OIT (2016), el impacto de un estrés prolongado causa deterioro de la salud, tanto física como mental.

Este tipo de conducta por lo general, está mayormente relacionada con la capacidad de afrontamiento hacia estos estresores; en el caso de los anestesiólogos los estresores de su entorno laboral, están directamente ligados al exceso de trabajo y largas jornadas laborales; aspectos que en la mayoría de los casos son tomados como rutina normal, parte del bagaje laboral y por tanto “no se pueden evitar”.

De la falta de control y equilibrio entre nuestras capacidades y las exigencias del entorno laboral, surge el estrés relacionado con el trabajo; el mismo es un patrón de reacciones psicológicas, emocionales, cognitivas y conductuales, ante aspectos extremadamente abrumadores o exigentes, sobre el contenido, organización y ambiente de trabajo (García, Marrero, Pastor y Amores, 2020).

Toda circunstancia adversa que interfiere y rodea el hecho de tener o no calidad de vida, depende tanto de los beneficios y apertura de parte de las instituciones u organizaciones de trabajo, como de la capacidad individual para enfrentar estas, y mantener el bienestar personal en un nivel aceptable.

¿Calidad de vida desmejorada en los anestesiólogos?

Algunos trabajos de investigación realizados en torno a este fenómeno, demuestran que un 35% de los trabajadores en el mundo padecen de estrés laboral; de igual forma indican que desde los años 90 se vienen presentando con mayor frecuencia los efectos de los riesgos psicosociales, relacionados con el trabajo y la productividad; aumentando los casos de estrés (García et al., 2020).

Ante esto, se puede percibir una estrecha relación entre el estrés laboral y la desmejora en la calidad de vida de los trabajadores, lo cual también viene a depender del manejo y control de las situaciones potencialmente estresantes por parte de estos y la intervención, necesaria por parte de las entidades de trabajo. Al respecto, debido a que el personal médico pasa la mayoría del tiempo en su lugar de trabajo, a lo que le suelen imprimir gran cantidad de esfuerzo, para realizarlo y cumplir con las exigencias propias de su labor; se requiere que puedan disfrutar de pleno bienestar, tanto en el entorno laboral como en su ámbito personal; lo que les permitiría desempeñar sus funciones eficientemente, este es un factor esencial que conlleva a mantener la satisfacción profesional (López Martínez, Aragón Castillo, Muñoz Palomeque, Madrid Tovila y Tornell Castillo, 2021).

El impacto del estrés laboral suele ser significativo para la salud de los médicos anestesiólogos, estos varían de un individuo a otro, tomando en cuenta que los niveles de resistencia y afrontamiento son también claves. En opinión de Montenegro et al. (2017), los médicos anestesiólogos pueden sufrir estrés crónico, debido al control permanente de su actuación, alta demanda, riesgos y responsabilidades ante la vida de los pacientes, conflictos

legales, contacto cercano con el dolor y la muerte, por lo que es preciso no desestimar la presencia del estrés laboral (EL).

En atención a esto Griffiths, Leka y Cox (2004) en un estudio sobre el estrés laboral publicado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), describieron algunos de los impactos generales que tiene el estrés laboral en los individuos, acotando que estos surgen de: la irritabilidad y la angustia; la incapacidad para relajarse y concentrarse; la dificultad para pensar lógicamente y tomar decisiones acertadas; la sensación de poco disfrute y menos compromiso con su trabajo; la sensación de cansancio; se presentan con intranquilidad y depresión; presentan problemas físicos (orgánicos) graves, como: cardiopatías, dolor de cabeza, cambios en la tensión arterial, trastornos digestivos y del sueño, dolores musculoesqueléticos, entre otros.

Mientras tanto, al sentir la necesidad de querer equilibrar su vida laboral y personal, se pueden ver involucrados en el consumo de tabaco, drogas y alcohol; desde esta perspectiva, es necesario evaluar la situación particular en la que laboran los médicos anestesiólogos, sea en instituciones públicas o privadas, siendo que esta es una labor irremplazable, igualmente resulta impostergable la atención de las necesidades y satisfacción de demandas y exigencias por parte del gremio; así lo confirma, Varela (2018, p.1) cuando expresa que actualmente no se ha educado, sobre la gran responsabilidad que conlleva el ejercicio de la Anestesiología.

Estrés laboral y la Calidad de vida

Por otra parte, teniendo en cuenta que los ambientes laborales tensos, las pocas oportunidades en la toma de decisiones, las relaciones personales inadecuadas, por un lado, y por otro, el exceso de trabajo, horarios extendidos, la antigüedad en el trabajo, unido a la edad, la poca actualización en tecnología, los bajos salarios, el poco reconocimiento en la labor que se realiza, entre otros aspectos negativos, son en esencia causas de estrés derivadas del trabajo.

La OIT (2016), menciona que al revisar varios estudios sobre la incidencia de las malas condiciones de trabajo y la presencia de factores estresantes, estos aspectos han resultado tener un alto impacto en la salud y bienestar de los trabajadores; lo que conlleva a estilos y calidad de vida que aumentan los riesgos para la salud. Es así que, los profesionales médicos se encuentran entre los grupos de trabajadores que realizan un esfuerzo importante al realizar sus funciones; el tiempo que permanecen en sus labores y en sus recintos de trabajo, los cuales pueden llegar a ser dobles o triples turnos en muchos casos; luego por las diversas actividades y situaciones que enfrentan a diario, relaciones con muchas personas y pacientes críticos, y de las actividades administrativas que se intercalan con las de atención, el esfuerzo por actualizarse en su área y en el área de las tecnologías; la disponibilidad para atender situaciones imprevistas o emergencias; todo lo anterior deben realizarlo con un buen desempeño (López, et al., 2021).

Las funciones que cumple un médico anestesiólogo, el tener mayor exposición a riesgos físicos, biológicos y ambientales; los hacen más predisponentes por las características peculiares de la profesión (Magalhaes, Machado, Sousa, Araújo, Moser y Viana, 2015); por ser una profesión donde se involucran las emociones, se posee un mayor riesgo de padecer estrés laboral; la necesidad de tomar decisiones inmediatas y eficaces, es otra constante que puede provocar en los anestesiólogos la sensación de que el trabajo no les compensa (Magalhaes, et al., 2015).

Por ello es importante destacar, que cuando se está afectado por estrés laboral crónico manifestado en *síndrome de burnout*, el anestesiólogo puede experimentar actitudes que inciden en su trato con los pacientes, con los compañeros de trabajo y colegas, debido a la disminución o ausencia de estrategias y métodos personales de afrontamiento (Magalhaes, et al., 2015).

Es perentorio además, analizar el contexto sobre las especiales condiciones de trabajo en la profesión del médico anestesiólogo, y observar que estas promueven alteraciones en la salud física y mental; siendo lo más indicado que los afectados puedan autoevaluarse, para determinar con sus propios criterios, cuanto se están viendo vulnerados por los factores estresantes en su lugar de trabajo.

Ahora bien, en la actualidad el concepto de calidad de vida engloba diferentes campos teóricos, como el bienestar psicológico, la salud, la vida social, el desarrollo económico, las políticas públicas (...) requiriéndose para su comprensión el aporte de diferentes disciplinas, considerándose un concepto multidimensional (Ramírez, Malo, Martínez, Montánchez, Torracchi y González, 2020). No existe un concepto único, pero en lo relacionado con el estrés laboral y síndrome de burnout, estos términos o conceptos se abordan desde el campo de la salud...pasando por bienestar personal y la incidencia en el desarrollo profesional (Ramírez et al., 2020).

Es de suma importancia que los anestesiólogos adopten una actitud de valoración de su propio estilo de vida; ya que si bien es cierto, que toda profesión requiere de involucrarse y de un esfuerzo según las exigencias de la misma, para lograr destacarse y ser lo más competitivo posible; también ocurre que todo esfuerzo exagerado o desmedido, va en contra del bienestar personal. Por consiguiente, se presume y es indicativo de que existe un declive en la calidad de vida; la presencia de estrés laboral, lo que evita sentir placer o satisfacción por el trabajo y por ende de la calidad de vida que se esté teniendo, o que no se esté percibiendo (Vidotti, Trevisan, Quina, Perfeito y Do Carmo, 2019).

En este orden de ideas, una definición pertinente de calidad de vida, es la que hizo la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1994:

Calidad de vida es la percepción del individuo sobre su posición en la vida, dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive, y con respecto a sus metas, exigencias, expectativas, normas, estándares, experiencias, preocupaciones y objetivos (...) este es un concepto amplio, que aborda de forma compleja la salud física de la persona, el estado psicológico, el nivel de independencia, las relaciones sociales, creencias personales y su relación con las características principales del ambiente (OMS, 1994, p.1), citado por (Botero y Pico, 2007).

En torno a esta definición, queda claro que al estar padeciendo de estrés laboral, no hay cabida para tener, ni disfrutar niveles de calidad de vida aceptables o consonos; ni en el aspecto personal (salud, bienestar) ni en el aspecto profesional y laboral. Cuando todo lo que se hace como profesional, va en desmedro de la salud, y por el contrario solo se obtienen beneficios materiales (dinero, remuneraciones, ascensos, etc.), es evidencia de un desequilibrio que a la larga, traerá sí o sí consecuencias irreparables y un estado de salud desfavorable y crítico.

Ahora bien, corroborar que se está disfrutando de calidad de vida, en toda la extensión de la frase, pasa por ser objetivos al momento de una autoevaluación, cuando se sospecha la presencia de estrés laboral o de varios de sus síntomas; siendo importante la búsqueda de

soluciones tempranas, y colocar el caso en manos de las personas o profesionales indicados. Otra recomendación es la de ser conscientes que el exceso de trabajo, no aporta calidad de vida ni aumenta los niveles de esta en cuanto al bienestar personal y de salud, aunque se obtenga una mejor remuneración económica, éste siempre incidirá en la disminución progresiva de la calidad de vida y la salud en general.

Muy por el contrario a los beneficios, el exceso y sobrecarga de trabajo contribuyen al agotamiento de las capacidades en las personas, para satisfacer las exigencias y demandas en el trabajo; cuando la sobrecarga es una condición laboral crónica, hay pocas oportunidades para descansar, recuperarse y reestablecerse, y por consiguiente con un estilo y calidad de vida, que no sopesa ni repara los daños que se están percibiendo.

Instrumentos para medir la calidad de vida (OMS)

A manera de información, nos referimos en esta parte a los instrumentos que fueron desarrollados por la OMS en unión con 15 centros colaboradores de todo el mundo, que se han denominado: WHOQOL-100, y el WHOQOL-BREF (World Health Organization Quality of Life Group) (OMS, s/f). En la actualidad se encuentran disponibles en más de 20 idiomas; al igual que otros instrumentos, incluso el MBI, estos instrumentos abarcan áreas del desarrollo humano, en lo emocional, físico, intelectual y otras áreas de importante relevancia para el análisis de la calidad de vida, en relación con las expectativas de los trabajadores o cualquier otro individuo que requiera de este tipo de evaluación. Describimos a continuación, las áreas y facetas que se manejan desde el contenido de estos instrumentos:

Áreas y Facetas que se pueden evaluar con el WHOQOL-100:

- 1.- Salud física: Energía y fatiga; dolor y malestar; sueño y descanso
- 2.- Psicológica: imagen corporal y apariencia; sentimientos negativos y positivos, autoestima; pensamiento-aprendizaje-memoria y concentración.
- 3.- Nivel de Independencia: Movilidad; actividades de la vida diaria; dependencia de medicamentos y ayudas médicas; capacidad laboral.
- 4.- Relaciones sociales: Relaciones personales; apoyo social; actividad sexual.
- 5.- Ambiente: recursos económicos; libertad y seguridad física; sistema sanitario y social; accesibilidad y calidad; ambiente del hogar; oportunidades de adquirir información y habilidades nuevas; participación y oportunidades de recreo/ocio; ambiente físico (contaminación-ruido-tráfico-clima-transporte)
- 6.- Espiritualidad: Religión, creencias personales.

El WHOQOL-100: Diseñado a partir de las opiniones de pacientes que presentaban diferentes enfermedades, personas sanas y profesionales de salud de diferentes culturas, actualmente se utiliza para evaluar la respuesta al cambio. El WHOQOL-BREF: es una versión abreviada del WHOQOL-100; que se desarrolló utilizando trabajos de campo abordados con el WHOQOL-100. Estos instrumentos pueden emplearse en diferentes contextos culturales, permitiendo realizar comparaciones entre países y poblaciones; tiene múltiples usos incluyendo su uso en la práctica médica, la investigación, auditorías y en la toma de decisiones de políticas sanitarias (OMS, s/f).

Para finalizar nos parece interesante recomendar la realización de otros trabajos más específicos, donde se pueda medir y evaluar a fondo todo lo relacionado con la calidad de vida de los médicos anestesiólogos. Para tal fin se dispone de instrumentos, elaborados para medir

y evaluar la calidad de vida, pero que también pueden emplearse para evaluar, en cuales aspectos de la vida pudiera existir mayor conflicto y cuáles puedan estar relacionados con el estrés laboral.

Conclusiones.

En relación al objetivo del estudio, que plantea resaltar los efectos negativos del estrés laboral para la calidad de vida de los anestesiólogos, se concluye que:

- Los efectos del estrés laboral sobre la calidad de vida de los anestesiólogos, son en su mayoría negativos, y pudieran llegar a ser muy destructivos; los mismos se presentan debido a los altos niveles de exigencia y responsabilidad que se manejan en esta profesión; y que causan una demanda y tensión emocional también elevadas, dando como consecuencia agotamiento o fatiga mental y física, como los síntomas más representativos de estrés laboral.

- El desarrollo de niveles de estrés elevado, obedece a características personales, donde no se poseen los recursos individuales para responder a las exigencias de un entorno profesional tan demandante, como el ámbito de la anestesiología; por lo tanto no es posible afrontar adecuadamente las circunstancias que se presentan, en el día a día de esta profesión.

- Las cualidades personales y el entorno personal y social, están directamente ligados a la capacidad para afrontar situaciones estresantes en el trabajo.

- Ambientes laborales demandantes, conllevan a la aparición del estrés, y a la complicación de sus síntomas, llevando a la complicación con enfermedades diversas, incluyendo el síndrome de *burnout*.

- Los efectos del estrés laboral, en un tiempo prolongado y sostenido da como resultado la aparición del síndrome de *burnout*, como una respuesta a la exposición continua a esta circunstancias, que exacerban los recursos de afrontamiento del individuo.

- Por el contrario, buenas estrategias de afrontamiento ante el estrés laboral, contribuyen a un desenvolvimiento adecuado, personal y profesionalmente, manteniendo niveles aceptables de calidad de vida.

- La aceptación y reconocimiento temprano de los síntomas de estrés, detiene su avance y evita llegar a la etapa más severa como es el *burnout*.

- Los efectos del estrés laboral influyen en la productividad, haciendo que esta baje progresivamente; de igual forma produce insatisfacción laboral y profesional; se puede llegar a la incapacidad laboral por razones de complicaciones con patologías y enfermedades preexistentes, además de las propias consecuencias del estrés laboral crónico o síndrome de *burnout*; éstas circunstancias adversas, eliminan toda posibilidad de poseer calidad de vida aceptable.

- La actitud y valoración del estilo de vida, la evaluación de las circunstancias que rodean el entorno laboral, son aspectos que deben sopesarse para tomar las decisiones que promuevan la permanencia de un mejor estado de salud; autoevaluarse y buscar soluciones adecuadas son la clave para mantener el equilibrio y parar a tiempo las consecuencias de un estrés no tratado.

- Los cuestionarios e instrumentos para medir la calidad de vida, contribuyen a la detección temprana de los síntomas en muchas áreas vitales del individuo; promoviendo el desarrollo de actividades dentro y fuera del trabajo, su aplicación podría servir como estrategia,

para elevar los niveles de la calidad de vida y bienestar personal y laboral de los anestesiólogos, en este caso particular.

Referencias Bibliográficas

- Anesmur (2022). ¿Quién es el anestesiólogo?. Anestesiólogos, Murcia, España. <https://www.anesmur.com/quien-es-el-anestesiologo>
- Bairero, María (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. **Revista Médica**. Granma. Universidad de Ciencias Médicas de Granma. Versión on-line: Multimed, 21(6), Cuba. (Pp. 971-982). <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/688/1054>
- Balcázar, Luis; Montejo, Luis y Ramírez, Yunis (2015). Prevalencia del síndrome de desgaste profesional en médicos residentes de un hospital de Mérida, Yucatán, México. **Atención Familiar**; 22 (4), México. (Pp. 111-114). <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=61414>
- Botero, Beatriz y Pico, María (2007). Calidad de vida relacionada con la salud (CVRS), en adultos mayores de 0 años: una aproximación teórica. **Hacia la Promoción de la Salud**, Volumen 12, Enero - Diciembre 2007, Colombia. (Pp.11-24). <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v12n1/v12n1a01.pdf>
- Cadavid Buitrago, Mónica Alexandra; Rojas Hurtado, María Yadira y Palacio Pérez, Luis Guillermo (2017). **Estrés y riesgo psicosocial por doble presencia en personal asistencial que labora en servicios de urgencias, cirugía y unidad de cuidados intensivos de una clínica de alta complejidad de la ciudad de Medellín**. (Tesis de Posgrado). Universidad de Antioquia, Antioquia, Colombia. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/8810>
- Calabrese, Gustavo (2020). La nueva normalidad ocupacional para los anestesiólogos: más allá de la pandemia SARS-CoV-2 COVID-19. *Revista Colombiana de Anestesiología*. 48 (3), Colombia. (Pp. 105-106). <http://dx.doi.org/10.1097/CJ9.0000000000000175>
- Calabrese, Gustavo (2006). Impacto del estrés laboral en el anestesiólogo. Investigación en salud. **Colombian Journal of Anesthesiology**, 34 (4), Colombia. (Pp.233-240). http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-33472006000400003
- Cardona-Arias, Jaiberth Antonio y Higuera-Gutiérrez, Luis Felipe (2014). Aplicaciones de un instrumento diseñado por la OMS, para la evaluación de la calidad de vida. **Revista Cubana de Salud Pública**. 2014; 40 (2), Cuba. (Pp.175-189). <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/v40n2/spu03214.pdf>
- De Francisco, Cristina; Arce, Constantino; Vilchez, María del Pilar y Vales, Ángel (2016). Antecedentes y consecuencias del burnout en deportistas: estrés percibido y depresión. **International Journal of Clinical and Health Psychology**. (2016) 16, España. (Pp. 239-246). <https://www.redalyc.org/pdf/337/33747008003.pdf>
- Díez, Fernando, y Martínez, Pedro César (2021). Burnout: qué es el creciente síndrome de estar "quemado" por el trabajo y cómo combatirlo. **The Conversation, Academic rigor, journalistic flair**. USA. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-57861825>
- García, Felipe; Cova, Felix; Bustos, Flor; Reyes, Érica (2017). Burnout y bienestar psicológico de funcionarios de Unidades de Cuidados Intensivos. **Duazary**, 15(1), Colombia. (Pp. 23-38). <https://doi.org/10.21676/2389783X.2101>.

- García, Jenys; Marrero, María de Lourdes; Pastor, María Elena y Amores, Tania (2020). Riesgos Psicosociales Laborales en Anestesiólogos del Municipio Arroyo Naranjo. **Revista Cubana de Salud y Trabajo**, 21(2), Cuba. (Pp.39-46). <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubsaltra/cst-2020/cst202d.pdf>
- Gil, Pilar (2018). **¿Qué es el estrés laboral?**. Terapia y Emoción. Gabinete de Psicología. España. <https://terapiayemocion.com/estres/estres-laboral#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20laboral%20es%20un,estr%C3%A9s%20laboral%20son%20los%20siguientes.>
- Gobierno de México (s/f). Calidad de vida para un envejecimiento saludable. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, Blog. <https://www.gob.mx/inapam/es/articulos/calidad-de-vida-para-un-envejecimiento-saludable?idiom=es>
- Griffiths, Amanda; Leka, Stavroula y Cox, Tom (2004). **La organización del trabajo y el estrés**. Organización Mundial de la Salud – OMS. Serie protección de la salud de los trabajadores, N° 3. Instituto del trabajo, salud y organización. Universidad de Nottingham, Reino Unido. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42756>
- Illidge Solano, María C y Quimbayo Santana, Nicolás J (2020). **Burnout y su efecto en la calidad de vida en el trabajo. Artículo de reflexión**. Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia. Repositorio Institucional UCC. Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/32801>
- Instituto Nacional del Cáncer, NCI (s/f). Diccionario del NCI. **Publicaciones de los Institutos Nacionales de Salud, de los EE.UU.** <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/anestesiologo>.
- López Martínez, Brenda Esther; Aragón Castillo, Jason Miguel; Muñoz Palomeque, Manuel; Madrid Tovilla, Saúl y Tornell Castillo, Iván (2021). Calidad de vida laboral y desempeño laboral en médicos del Instituto Mexicano del Seguro Social de Bienestar en el estado de Chiapas. Artículo Original. **Revista Facultad de Medicina Humana**. Vol. 21(2), México. (Pp.316-325). <https://doi.org/10.25176/RFMH.v21i2.3706>
- Magalhaes, Edno; Machado, Aúrea; Sousa, Catia; Araújo, Luis; Moser, Daniel y Viana, Camila, (2015). Prevalencia del síndrome de burnout entre los anestesiólogos del Distrito Federal. **Brazilian Journal of Anesthesiology** (Edición en Español), Volumen 65, Issue 2, Brasil. (Pp.104-110). <https://doi.org/10.1016/j.bjan.es.2013.07.017>
- Mi carrera Universitaria (2022). Anestesiología: Qué es, carrera y mucho más sobre ella. <https://micarrerauniversitaria.com/c-medicina/anestesiologia/>
- Misrachi, Clara y Espinoza, Iris (2005). Utilidad de las Mediciones de la Calidad de Vida Relacionada con la Salud. **Revista Dental de Chile**, 2005; 96 (2), Chile. (Pp.28-35). <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/123542/Espinoza2005a.pdf>
- Montenegro, Silvana; Gustavo, Elena; Tarrés, María y Moscoloni, Nora (2017). Análisis factorial y correspondencias múltiples de principales indicadores de burnout en anestesiólogos. **Revista Argentina de Anestesiología**. Volumen 75, Issue 2, mayo-agosto de 2017, Argentina. (Pp.45-52). <http://dx.doi.org/10.1016/j.raa.2017.05.004>

- Olivares, Faúndez, Víctor (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. Artículo original. **Revista Ciencia & Trabajo**. Año, 19 (58), Chile. (Pp.59-63). <https://www.scielo.cl/pdf/cyt/v19n58/0718-2449-cyt-19-58-00059.pdf>
- Organización Internacional del Trabajo, OIT (2016). **Estrés en el trabajo, un reto colectivo. Día mundial de la seguridad y la salud en el trabajo, 28 de abril de 2016**. Organización Internacional del Trabajo. *Safe Day*. Ginebra, Suiza. <https://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2016/490658.pdf>
- Organización Mundial de la Salud, OMS (s/f). **Programa de Salud Mental. WHOQOL. Calidad de vida**. División de Salud Mental. WHO/I,1SIJN,1NH/PSF/. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/oms-calidad-01.pdf>
- Ramírez, Andrés; Malo, Antonio; Martínez, Pedro; Montánchez, María; Torracchi, Esteban y González, Fanny (2020). Origen, evolución e investigaciones sobre calidad de vida. Revisión sistemática. **Revista AVFT - Archivos venezolanos de Farmacología y Terapéutica**. Volumen 39, número 8, 2020, Venezuela. (Pp. 954-969). <https://zenodo.org/record/4543649>
- Recart, Alejandro (2018). Medicina perioperatoria ¿El futuro de la anestesiología? Artículo de reflexión. **Revista Chilena de Anestesia**. 47, Chile. (Pp.166-175). <http://revistachilenadeanestesia.cl/PII/revchilanestv47n03.03.pdf>
- Saborío, Lachiner e Hidalgo, Luis (2015). Síndrome de Burnout. Revisión Bibliográfica. **Medicina Legal de Costa Rica**. Edición Virtual. Vol. 32, Costa Rica. (Pp.1-6). <https://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf>
- Salazar, Edgar (2020). **16 de Octubre Día del Anestesiólogo**. Dirección de estudios Avanzados. Universidad Nacional Experimental de los Llanos, "Ezequiel Zamora" – UNELLEZ. Ministerio del Poder Popular para la Educación Universitaria. Barinas-Venezuela. <https://unellez.edu.ve/portalweb/public/departamentos/281/informacion/2060>
- Varela, Ignacio (2018). La Anestesiología Latinoamericana y su importancia como factor de desarrollo social. Editorial. **Revista Chilena de Anestesia**. Número 1, Volumen 47, Chile. (Pp. 9-14). <https://doi.org/10.25237/revchilanestv47n01.02>
- Vidotti, Viviane; Trevisan, Júlia; Quina, María; Perfeito, Renata; Do Carmo, María (2019). Síndrome de Burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. **Enfermería Global**, Revista electrónica trimestral de enfermería. Nº 55, España. (Pp. 344-364) <http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>