

Experiencia en el abordaje del Distrés Moral en grupo de encuentro y reflexión

Salud Médica/Enfermería Servicio de Neonatología del H.I.B.A



El Desgaste (S. Burnout) y el Distress Mo



C. Maslach. Psicóloga estadounidense. Profesora del Departamento de Psicología y vicedirectora de pregrado en la Universidad de California en Berkeley

Escala de medición del síndrome (MBI) sus ejes son:

- Despersonalización, sentimientos negativos, cinismo
- Falta de realización personal, evaluación negativa, insatisfacción laboral, sentimientos de incompetencia y fracaso personal
- Agotamiento emocional, fatiga física y mental se traduce en falta de entusiasmo y pérdida de energía en la actividad laboral

Aspectos del contexto

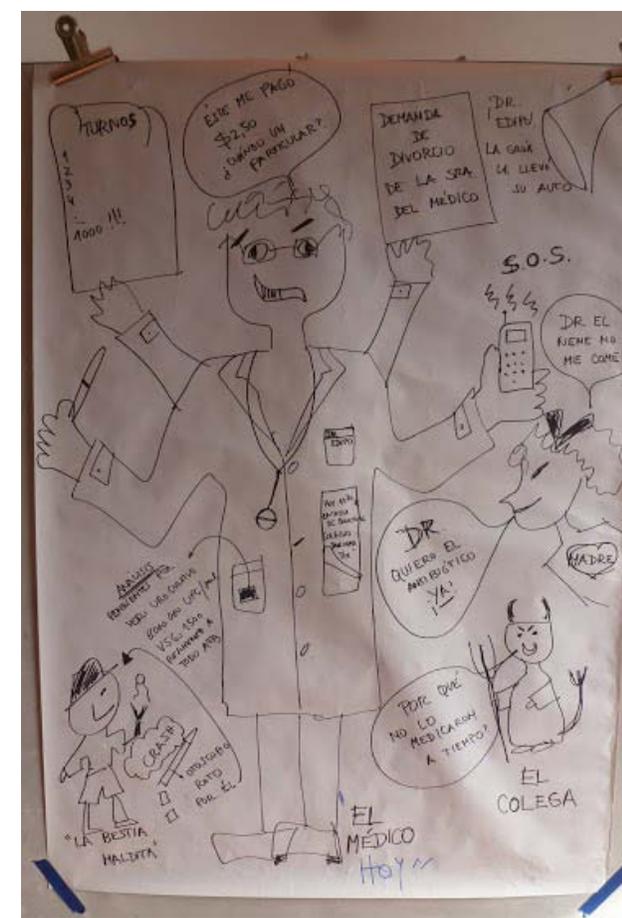


Maslach plantea que el S.B. está asociado con características organizacionales más que personales

- Sobrecarga laboral
- Falta de control en la organización laboral
- Insuficiente reconocimiento laboral
- Sensación de injusticia y fallas en la construcción de la comunidad laboral
- Conflictos de valores personales con el contexto laboral

Estresores inmediatos

- Largas horas de intenso esfuerzo en ambiente restringido en el cuidado de neonatos en condiciones variables que demandan decisiones inmediatas de rápida instrumentación
- Necesidad de adquirir y mantener destrezas técnicas complejas
- Frecuente existencia de situaciones éticas complejas
- Exposición constante e intensa a reacciones emocionales interpersonales entre el equipo y con padres.
- Mortalidad de pacientes



Estresores mediatos : Distres Moral

- Estrés emocional continuo por las características de tareas cotidianas
- Falta de espacios programados de comunicación y contención emocional
- Déficit en los modelos de formación en el desarrollo de habilidades sociales en el equipo de salud
- Exclusión de la dimensión subjetiva de la persona del profesional en la relación interpersonal médico/a, enfermera/o y paciente



Relación entre Burnout y Distres Mora

“Sufrimiento moral y síndrome de Burnout:

¿Están relacionados esos dos fenómenos en los trabajadores de enfermería? “

Rev. Latino-Am. Enfermagem Artículo Original ene.-feb.

2014;22(1):DOI: 10.1590/0104-1169.3102.2393.

www.eerp.usp.br/rlae .Graziele de Lima

Revista Latino-Americana de Enfermagem, es la publicación científica oficial de la Escuela de Enfermería de Ribeirão Preto de la Universidad de São Paulo



Sufrimiento Moral y síndrome de Burnout: ¿Están relacionados esos dos fenómenos en los trabajadores/as de de la salud medicos/as y enfermeras/os?

Las 20 preguntas validadas de D.M fueron agrupadas en cuatro dimensiones:

- Falta de formación en competencias en la comunicación en el equipo de trabajo
- Falta de registro de la autonomía del paciente
- Condiciones de trabajo insuficientes
- Obstinación terapéutica.

El análisis factorial del instrumento de evaluación del Burnout permitió agrupar 22 preguntas propuestas, 17 de acuerdo con las tres dimensiones del Burnout: agotamiento emocional, realización profesional y despersonalización.

Sufrimiento moral y síndrome de Burnout: ¿Están relacionados esos dos fenómenos en los trabajadores/as de enfermería?

- Se destaca que el D.M y Burnout tienen correlación positiva en las temáticas de empoderamiento terapéutico y prestación de cuidados paliativos. Relacionada con dificultades en compartir opiniones sobre las situaciones y decisiones clínicas.
- En los equipos multiprofesionales, comúnmente algunos miembros como los/as médicos/as representan y ejercen mayor poder y los/as trabajadores/as de enfermería, muchas veces tienen sus conocimientos sub-valorizados, limitándose a participar informalmente de los procesos de decisión al costado de la cama de los pacientes, en función de una estructura formal y rígida de la toma de decisiones en las instituciones.

Sufrimiento moral y síndrome de Burnout: ¿Están relacionados esos dos fenómenos en los trabajadores/as de enfermería?

- A ese tipo de experiencias de los trabajadores de enfermería, como son las de toma de decisiones clínicas y preguntas organizacionales, se suman sentimientos de no valorización y no reconocimiento de su trabajo.
- La falta de autonomía para proveer cuidados a los pacientes que consideran de calidad, relacionan con la dificultad en el reconocimiento y aceptación de sus apreciaciones, conocimientos así como su papel en el registro y sondeo del paciente son causales de despersonalización.

Sufrimiento moral y síndrome de Burnout: ¿Están relacionados esos dos fenómenos en los trabajadores/as de enfermería?

- También es posible observar que entre los resultados presentados, existe una correlación de las experiencias de los profesionales en sus acciones actitudinales con los factores predisponentes en el desarrollo del S.M. y del B.
- Se percibió que cuando el/la trabajador/a manifiesta realización profesional en las expectativas laborales esperadas, necesidades y sus valores tienen visibilidad, presenta menor probabilidad de desarrollar cuadros laborales disfuncionales.

Sufrimiento moral y síndrome de Burnout: ¿Están relacionados esos dos fenómenos en los trabajadores/as de enfermería?

- El sufrimiento moral y el síndrome de *Burnout* han aparecido asociados al desempeño del papel de la enfermera como testigo del paciente, identificándose como potenciales fuentes de estrés a:
- Dilemáticas de cuidado versus cura
- Tensiones entre obligaciones laborales y contradicciones éticas
- Percepción de impotencia por la imposibilidad de expresar, comunicar el disconfor
- Diferencias de distribución del poder y responsabilidades en el equipo
- Percepción de tratamiento médico inadecuado
- Estilos agresivos en la comunicación interpersonal del equipo

Salud Médica y Enfermería

Dispositivo de grupos operativos de encuen



Dinámica grupal en experiencia de taller

- Coordinación interdisciplinaria médico psicológica
- Programa en la actividad formativa en el equipo o la residencia
- Frecuencia quincenal de una hora

El diseño de la reunión consta de dos dinámicas:

- Temática, contenidos propuestos por la coordinación
- Abierta, contenidos emergentes en la reunión

Técnicas: conversación colaborativa, ejercicios autopercepción, role playing, medicina narrativa, disparadores filmicos o textos

Salud Médica/ Enfermería

Finalidades



- Contención y expresión emocional de los/las participantes del grupo
- Abordar aspectos conflictivos, dilemáticos y también potentes de la práctica
- Aprendizaje asistemático de habilidades psicosociales en el rol profesional para la comunicación interpersonal en las prácticas
- Estímulo al pensamiento crítico para abordar contenidos naturalizados que requieren revisión
- Incorporación de lenguaje expresivo del arte para enriquecer el campo de las prácticas (teatro espontáneo, arte en salud, corporal)

Contenidos de Salud Médica/Enfermería



Contenidos

- Complejidad de la comunicación en medicina (usos del lenguaje técnico, información crítica)
- Dilemas bioéticos cotidianos (cuidados paliativos, desacuerdos en el equipo, fallecimiento, etc.)
- Medicina narrativa (exploración de las diferentes narrativas de los actores de la unidad de cuidados)
- Equipo de salud (Tensiones intragrupo, lógicas competitivas vs lógicas asociativas, complementariedad de roles, liderazgos, etc.)
- La persona del profesional (vida profesional y vida personal, ideales y modelos disciplinares, etc.)
- Desgaste laboral (registros de alarma)

Reflexiones de una neonatóloga

- Tengo una profesión a la que amo profundamente. Sin dudas, no soy la mejor en mi especialidad, pero trato de hacerlo de la mejor manera que puedo. Tengo un trabajo que me familiariza con los puntos extremos de la vida: nacer y morir. Los dos nos conmueven tal forma que nos ponen la piel de gallina y nos hacen emocionar hasta el llanto. La muerte siempre ha tenido el estigma de ser la mala de la película... pero que pasa cuando vivir de cierta manera es "peor" que morir?
- No es la "historia natural" de la vida, nacer y morir pronto, uno habitualmente muere de viejo o después de haber vivido un tiempo... pero todos nos pasa eso.
- La muerte de un hijo debe ser uno de los momentos más dolorosos experimentados por el ser humano. Es uno de esos eventos bisagras que te parten dos en la vida, el cuerpo, el alma...
- A veces podemos anticipar y otras llega solapada, disfrazada, y nos toma de sorpresa. Algunas madres la tienen que enfrentar cara a cara, mirarla a los ojos, negociar con ella y dejarla llevarse lo más preciado que tiene, y no porque bajen los brazos, ni se den por vencidas, sino porque entendieron que esa pelea no la van a ganar y seguir luchando implica más sufrimiento para ella y sobre todo para su hijo. Con una fortaleza jamás vista, le ceden el paso a la señora muerte y aceptan lo más doloroso....lo aceptan, no lo desean.
- Los sentimientos se encuentran, todos sentados en la misma mesa y todos con una intensidad que desborda el pecho: la bronca de saber que la adversaria se para firme y activa, no da su brazo a torcer... tiene una paciencia infinita la señora muerte. Tristeza profunda frustración, empatía y altruismo. Si altruismo porque hay que soltar a pesar del dolor que invade, porque el bienestar del otro nos hunde en una pesadilla de la cual creemos que no sale.
- Empatía porque hay que pensar en el otro para poder dar un paso al costado y dejar entrar a la señora muerte; y frustración porque si fuera posible se le ofrecería un trueque a la señora para que no cumpla su objetivo. Mientras todo esto sucede, hay muchos alrededor que miran, callan, abrazan, lloran en silencio, que quieren que el tiempo pase rápido porque es muy difícil soltar, aceptar, pero siguen allí literalmente al lado del cañón. Tratamos de sostenerlas pero siempre pienso que no existe el sostén suficientes para estos momentos.... Sigo aprendiendo en lo importante que es acompañar, más importante y más complejo que curar. Sigo pensando en lo equivocados que están los que nos tachan de insensibles o que nos acostumbramos al dolor... lo que tal vez no se ve o no se entiende, es que tenemos una vara que achica los problemas comunes a un tamaño que nos les permite ser trascendentes, porque después de ver estas batallas, quién puede darle cabida a otras tan insignificantes. Sigo aprendiendo....de aquellas que permiten soltar, a intentar acompañar mejor, a reorganizar mis prioridades y a no dejar que la señora inunde mis pensamientos en horarios no laborales...esto último hoy no me salió bien.

Reflexiones de una neonatóloga

- Con una fortaleza jamás vista, le ceden el paso a la señora muerte y aceptan lo más doloroso....lo aceptan, no lo desean.
- Los sentiminetos se encuentran, todos sentados en la misma mesa y todos con una intensidad que desborda el pecho: la bronca de saber que la adversaria se para firme y activa, no da su brazo a torcer... tiene una paciencia infinita la señora muerte. Tristeza profunda frustración, empatía y altruismo. Si altruismo porque hay que soltar a pesar del dolor que invade, porque el bienestar del otro nos hunde en una pesadilla de la cual creemos que no sale.
- Empatía porque hay que pensar en el otro para poder dar un paso al costado y dejar entrar a la señora muerte; y frustración porque si fuera posible se le ofrecería un truco a la señora para que no cumpla su objetivo. Mientrastodo esto sucede, hay muchos alrededor que miran, callan, abrazan, lloran en silencio, que quieren que el tiempo pase rápido porque es muy difícil soltar, aceptar, pero siguen allí literalmente al lado del cañon. Tratamos de sostenerlas pero siempre pienso que no existe el sostén suficientes para estos momentos....

Reflexiones de una neonatóloga

- Con una fortaleza jamás vista, le ceden el paso a la señora muerte y aceptan lo más doloroso...lo aceptan, no lo desean.
- Los sentiminetos se encuentran, todos sentados en la misma mesa y todos con una intensidad que desborda el pecho: la bronca de saber que la adversaria se para firme y activa, no da su brazo a torcer... tiene una paciencia infinita la señora muerte. Tristeza profunda frustración, empatía y altruismo. Si altruismo porque hay que soltar a pesar del dolor que invade, porque el binestar del otro nos hunde en una pesadilla de la cual crremos que no sale.
- Empatía porque hay que pensar en el otro para poder dar un paso al costado y dejar entrar a la señora muerte; y frustración porque si fuera posible se le ofrecería un trueque a la señora para que no cumpla su objetivo. Mientrastodo esto sucede, hay muchos alrededor que miran, callan, abrazan, lloran en silencio, que quieren que el tiempo pase rápido porque es muy difícil soltar, aceptar, pero siguen allí literalmente al lado del cañon. Tratamos de sostenerlas pero siempre pienso que no existe el sostén

Reflexiones de una neonatóloga

- Sigo aprendiendo en lo importante que es acompañar, más importante y más complejo que curar. Sigo pensando en lo equivocados que están los que nos tachan de insensibles o que nos acostumbramos al dolor... lo que tal vez no se ve o no se entiende, es que tenemos una vara que achica los problemas comunes a una tamaño que nos les permite ser trascendentes, porque después de ver estas batallas, quién puede darle cabida a otras tan insignificantes. Sigo aprendiendo....de aquellas que permiten soltar, a intentar acompañar mejor, a reorganizar mis prioridades y a ni dejar que la señora inunde mis pensamietos en horarios no laborales...esto último hoy no me salió bien.
- Dra. Paola Carrascal

Enemigo que acechas ¿dónde estás?



