



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin De Grado

La evidencia del Síndrome de Burnout en Terapia
Ocupacional

Evidence for Burnout Syndrome in Occupational
Therapy

Autora

Elena Laborda Bandrés

Directora

María José Iglesias Gozalo

Facultad de Ciencias de la Salud / Universidad de Zaragoza

2021

ÍNDICE

1. RESUMEN	3
2. INTRODUCCIÓN	5
3. OBJETIVOS	7
4. METODOLOGÍA	8
5. RESULTADOS	10
6. CONCLUSIONES	18
7. BIBLIOGRAFÍA	19
8. ANEXOS	21

RESUMEN

Introducción: El Síndrome de Burnout (SB) se define como “el síndrome tridimensional en el que el trabajador presenta cansancio emocional, despersonalización o tratamiento cínico y actitud negativa hacia los clientes, y una baja realización personal”. Las mujeres, jóvenes, solteras y que presentan detonantes potencialmente estresantes están consideradas como poblaciones de especial riesgo.

Objetivos: Identificar las pruebas/evidencias existentes sobre la presencia del Síndrome de Burnout entre los terapeutas ocupacionales e identificar los principales factores que se relacionan con la aparición del SB y lo agravan.

Metodología: Se ha llevado a cabo una búsqueda electrónica en Pubmed, OTSeeker, Cochrane y Dialnet. En la búsqueda se han utilizado los siguientes términos: burnout, burnout syndrome, stress, OT, OTs y sus variantes en español. Se acotó la revisión por fecha de publicación (2015-2021) e idioma, incluyendo solo artículos en inglés y castellano.

Resultados: Se incluyeron 15 artículos que cumplían los criterios de inclusión. Se han descrito la mayoría de los síntomas relacionados con el trastorno, desde el agotamiento emocional, la despersonalización y los sentimientos negativos, hasta la falta de realización, el estrés y la desmotivación generalizada. Todos ellos han coincidido en su aparición, en mayor o menor medida, con algunos factores específicos como el hecho de ser joven, mujer, no estar casada o trabajar en ámbitos específicos como, salud mental, geriatría o pediatría. También se ha relacionado con diferentes condiciones, como unidades específicamente estresantes, como periodos iniciales en la profesión.

Conclusión: Se han mostrado evidencias de la existencia de SB en el ámbito de la TO y de los profesionales que la ejercen. Para valorar su verdadera frecuencia se requieren más estudios, que permitan aumentar el conocimiento y la visibilización de este importante problema de salud.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, Burnout, Estrés laboral, Terapia Ocupacional, Terapeutas ocupacionales.

Abstract

Introduction: Burnout Syndrome (BS) is defined as “the three-dimensional syndrome in which the worker presents emotional fatigue, depersonalization or cynical treatment and a negative attitude towards clients, and low personal fulfillment”. Women, young, single, and those with potentially stressful triggers are considered to be particularly at-risk populations.

Objectives: Identify the existing evidence / evidence on the presence of Burnout Syndrome among occupational therapists and identify the main factors that are related to the appearance of BS and aggravate it.

Methodology: An electronic search was carried out in Pubmed, OTSeeker, Cochrane and Dialnet. The following terms were used in the search: burnout, burnout syndrome, stress, OT, OTs and their variants in Spanish. The review was limited by publication date (2015-2021) and language, including only articles in english and spanish.

Results: 15 articles that met the inclusion criteria were included. Most of the symptoms related to the disorder have been described, from emotional exhaustion, depersonalization and negative feelings, to lack of accomplishment, stress and generalized lack of motivation. All of them have coincided in their appearance, to a greater or lesser extent, with some specific factors such as being young, female, not married or working in specific areas such as mental health, geriatrics or pediatrics. It has also been related to different conditions, such as specifically stressful units, such as initial periods in the profession.

Conclusion: Evidence of the existence of BS has been shown in the field of OT and the professionals who exercise it. To assess its true frequency, more studies are required to increase the knowledge and visibility of this important health problem.

Keywords: Burnout Syndrome, Burnout, Work stress, Occupational therapy, Occupational therapists.

INTRODUCCIÓN

La definición más extendida del Síndrome de Burnout (SB) fue desarrollada por Maslach y Jackson quienes lo describieron como el "síndrome tridimensional en el que el trabajador presenta cansancio emocional, despersonalización o tratamiento cínico y actitud negativa hacia los clientes, y una baja realización personal" (1,3).

La importancia de este síndrome se encuentra, en buena parte, en que además de englobar el daño y la afectación en la calidad de vida y en la salud mental de los profesionales que lo sufren, también puede influir y repercutir en la salud de los pacientes éstos tratan.

Se han identificado distintos factores de riesgo asociados con el posible desarrollo de este trastorno entre los que se encuentran la edad; siendo más frecuente en jóvenes; de género femenino; solteras o casadas con más de un hijo y con elevada sobrecarga laboral. También tienen más posibilidades de padecerlo las personas optimistas, con altas expectativas altruistas o con deseo de prestigio (1).

Como se ha indicado, uno de los síntomas principales que configuran el SB, es el agotamiento emocional. Este se puede describir como la presión que se aprecia en el personal agotado y sobrepasado sobre sus recursos emocionales como consecuencia del trabajo. Como derivada de este agotamiento, es muy frecuente que se presente pérdida de realización personal con sentimientos de fracaso, incapacidad o baja autoestima. Estas percepciones acaban haciendo mella en la resolución del desempeño y, en numerosas ocasiones, se traducen en respuestas frías e impersonales que surgen como respuesta a la presencia de estrés constante (2).

La principal herramienta utilizada para identificar este síndrome es la diseñada por Maslach y Jackson, denominada Inventario de Burnout de Maslach (MBI) (19) (Anexo 1). El cuestionario mide el agotamiento emocional experimentado en el trabajo (9 ítems); la presencia de actitudes y sentimientos negativos hacia los destinatarios de los servicios (5 ítems), y la presencia de sentimientos de bajo

logro y fracaso profesional (8 ítems). Otra evaluación común pero menos recurrente es el Oldenburg Burnout Inventory (OLBI).

En cuanto a la frecuencia de SB en los profesionales sanitarios comentar que si bien se ha descrito su presencia en la mayoría de sectores sanitarios, los más conocidos se han centrado en los profesionales de la medicina, la enfermería y la psicología. En el campo específico de la rehabilitación su prevalencia de este síndrome se ha estimado en torno a un 14% (16). En el ámbito de los terapeutas ocupacionales se ha calculado una prevalencia del 9.52% de SB en grado severo (7).

Existen condiciones y factores que llevan a los profesionales de la terapia a ser un grupo especialmente vulnerable frente al burnout y otros trastornos laborales estresantes. El más relevante es el hecho de que el ejercicio de la profesión no se contempla solo como algo externo, sino como un área que abarca la totalidad de la persona, lo que supone una demanda de compromiso personal y una interacción directa con los pacientes con los que se trata, requiriendo altas cargas de implicación, tanto a nivel físico como psicológico y social, a los profesionales (4).

Esta implicación convierte al colectivo en un grupo con alto riesgo a sufrir cierto desgaste personal y profesional lo que, a su vez, puede conllevar que se provoquen respuestas desfavorables, con actitudes que pongan en peligro el desempeño y la integridad de los pacientes que en el trabajo, reciben su feedback. Estos factores, finalmente, se traducen en la aparición del cansancio emocional y la despersonalización que caracteriza al burnout (3,4).

En este trabajo me he centrado en localizar y reunir los trabajos relacionados con el Síndrome de Burnout en Terapia Ocupacional debido a que, en los contenidos teóricos de la carrera no ha sido objeto específico de estudio. Por otra parte en las prácticas clínicas, al menos en mi caso, no he visto que se le preste especial atención a la posible aparición de la sintomatología ni tampoco a su prevención, a pesar de que, podamos sufrirla durante el ejercicio de la profesión, y más al inicio del desarrollo profesional (7).

Añadir que, desde la aparición del Covid-19, los cambios en nuestro entorno laboral, el estrés laboral, la sobrecarga emocional y la tensión en el entorno de trabajo, se han multiplicado; por lo que la frecuencia con la que nos podemos encontrar este tipo de patologías ha aumentado a gran velocidad y con un agravamiento importante (6). Por todo ello, he considerado que esta revisión cobra más sentido en este tiempo que en cualquier otro.

Por último, y de un modo más personal, señalar que durante mis periodos de prácticas clínicas he tenido la oportunidad de ver de cerca algunos de los diferentes ambientes laborales en los que se desenvuelven los terapeutas ocupacionales. Tras comparar los diferentes periodos he sido consciente de la invisibilización generalizada que existe sobre la presión y la sobrecarga de trabajo, así como sobre las dificultades añadidas que sufrimos, vinculadas al intrusismo laboral y, muchas veces la distinción o prejuicios adquiridos respecto a nuestro papel en el equipo multidisciplinar. Todos estos factores son precedentes en muchos casos de la aparición de trastornos psicológicos y síndromes depresivos como el Síndrome de Burnout.

OBJETIVOS

En esta revisión se ha planteado los siguientes objetivos.

- Identificar las pruebas/evidencias disponibles sobre la presencia del Síndrome de Burnout en el marco de la Terapia Ocupacional y más concretamente, de los profesionales que la ejercen.
- Conocer los principales factores que se han identificado con la aparición del SB y su agravamiento.

METODOLOGÍA

La búsqueda bibliográfica fue realizada entre los meses de febrero a mayo de 2021, buscando localizar los trabajos en los que se describan factores, procesos e incidencia del Síndrome de Burnout y sus consecuencias en el ámbito de la Terapia Ocupacional.

Fuentes de Información

Se llevó a cabo una búsqueda electrónica en las siguientes bases de datos: Pubmed, OTSeeker, Cochrane y Dialnet.

Estrategia de búsqueda

En función de las distintas bases de datos se especificaron distintas variables para acotar la información lo máximo posible, de forma general se incluyeron: (“burnout” OR “burnout syndrom” OR “burnout stress work” OR “SB”) AND (“OT” OR “occupational therapy” OR “occupational therapist” OR “occupational therapists”) AND (“risk factors” OR “treatment”).

En PubMed se añadieron parámetros como “Full text” para que permitiera la completa visualización y dentro de “Publication date” se introdujeron los valores [2010/2015-2021]. También se incluyeron los términos de “risk factors” y “treatment”.

En Cochrane y OTSeeker se introdujeron los términos “burnout”, “burnout syndrome” y “stress” junto con “occupational therapy” y “therapists” . El período de publicación considerado fue el mismo [2010/2015-2021] y se filtraron los artículos que permitieran visualizarse por completo.

En Dialnet, al tratarse de una base de datos que recoge artículos en español, se utilizaron los mismos términos de la búsqueda, con su traducción siempre que fue preciso. Así se utilizaron “burnout” y “síndrome de burnout” junto con “terapia ocupacional” y “terapeutas ocupacionales”.

Interesa señalar que si bien la búsqueda, en un primer momento, se acotó a los trabajos publicados desde el 1-01-2010; una vez revisados los artículos y, principalmente, al localizar una revisión sobre este tema, publicada en 2015, finalmente, decidimos, restringir la búsqueda a las publicaciones aparecidas a partir de 2015.

Selección de los estudios

A la hora de seleccionar los estudios se tuvieron en cuenta diferentes criterios. En un primer momento, se seleccionaron con respecto a fecha de publicación y disponibilidad, seleccionando los publicados entre 2015 y 2021, así como aquellos que permitían leer la totalidad del artículo.

Con estos, se procedió a revisar los títulos y resúmenes para recoger aquellos que realmente relacionaban al Síndrome de Burnout con la disciplina o los profesionales de la Terapia Ocupacional.

Criterios de Inclusión

- Fecha de publicación: se incluyeron solo los publicados desde 2015 hasta la actualidad, con la intención de llevar a cabo una actualización de la evidencia.
- Acotación a profesionales terapeutas ocupacionales: aunque se incluyen artículos de comparación con otros profesionales, los estudios deben haberse llevado a cabo, fundamentalmente, con profesionales de la terapia ocupacional.
- Acotación al Síndrome de Burnout: se incluyeron estudios que estuvieran relacionados con los TOs y el Síndrome de Burnout o sus síntomas y factores de riesgo específicamente.

Criterios de Exclusión

- Haber sido publicados en años anteriores al 2015
- No haber sido realizados sobre terapeutas ocupacionales o en su defecto sobre comparaciones en las que se les incluya de forma específica.

- No estar relacionados con la sintomatología específica y reconocida como Síndrome de Burnout, y/o no reflejar que se hayan utilizado herramientas de evaluación específicas como el Maslach Burnout Inventory.
- Estar publicado en otro idioma diferente a inglés o español.

RESULTADOS

Selección de estudios

Tras realizar una búsqueda mediante las estrategias indicadas, se localizaron 577 artículos en las 4 bases de datos. Se introdujeron en el gestor bibliográfico Mendeley, y se eliminaron los artículos duplicados, un total de 16 artículos. Se realizó una lectura específica de los títulos para escoger aquellos que respondiesen a los intereses de este trabajo.

Completada esta lectura se seleccionan 44 para su revisión. Se descartaron 19, ya que únicamente permiten la lectura completa si se compra el artículo. Así disponemos de 25 trabajos sobre los que se efectúa una lectura y análisis completo y, finalmente, eligiéndose 15. Una vez revisados son los que se han incluido en los resultados finales de esta revisión.

En el siguiente diagrama se refleja el proceso descrito, en el que se incluyen las bases con sus respectivos resultados, así como el proceso que se ha llevado a cabo hasta obtener los artículos incluidos.

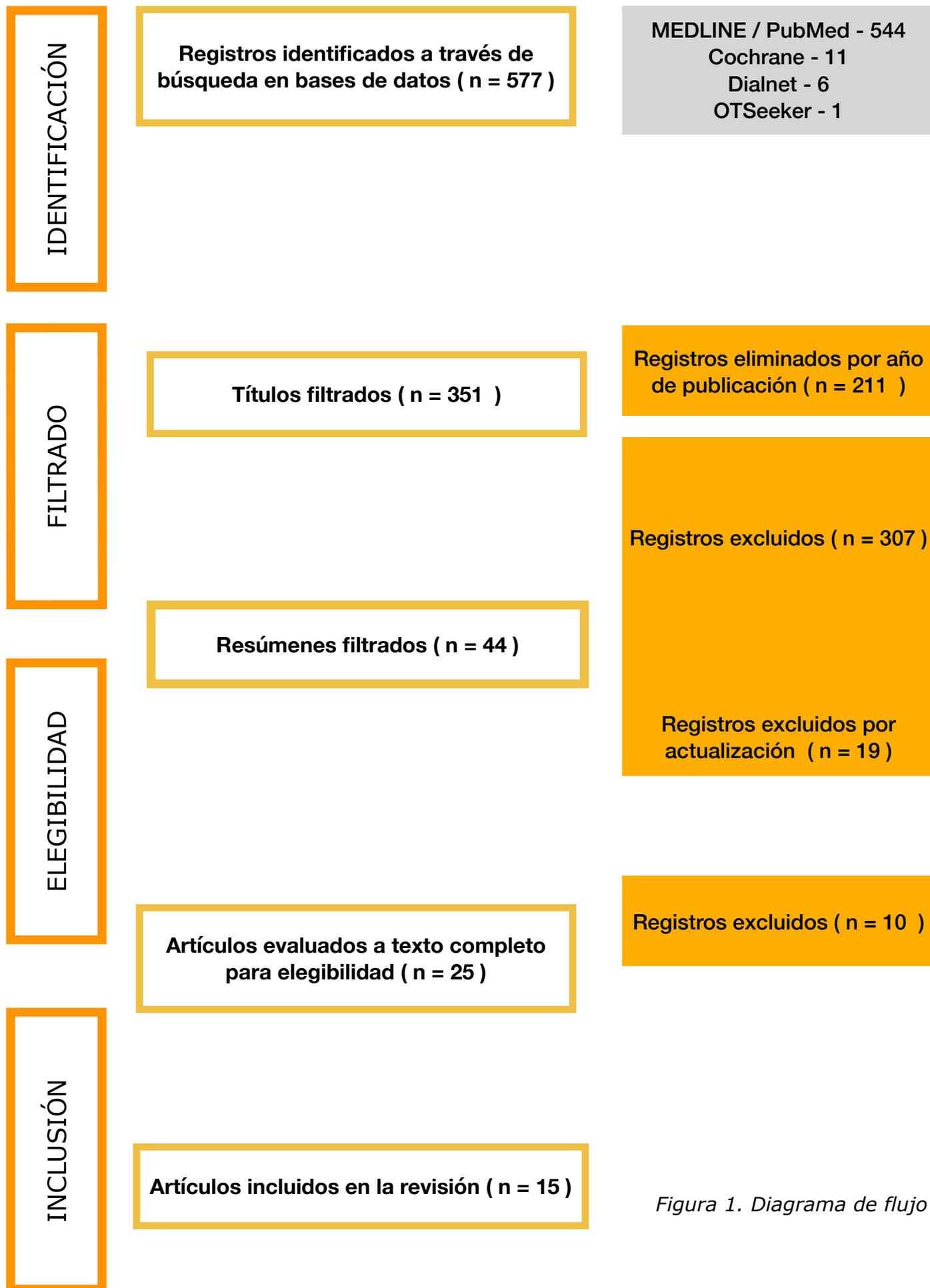


Figura 1. Diagrama de flujo

Evidencias de los Resultados

Se muestra una tabla resumen sobre los artículos incluidos, junto con su lugar y fecha de publicación.

Fecha de publicación	Autor/a	Título	Publicación
2015	M ^a Isabel Vidal Sanchez (5)	Revisión bibliográfica sobre burnout y terapia ocupacional. Entre la vulnerabilidad y la oportunidad	Revista electronica de Terapia Ocupacional Galicia
2020	Alcala Cerrillo, Maria (6)	Calidad de vida laboral de los terapeutas ocupacionales durante la pandemia Covid-19	International Journal of Development and Educational Psychology
2017	Maria Fernandez Moreno (2)	Síndrome de Burnout en Terapia Ocupacional	Revista electronica de Terapia Ocupacional Galicia
2018	Helen Devery, Justin Newton Scanlan and Jessica Ross (8)	Factores asociados con la identidad profesional, la satisfacción laboral y el agotamiento para los terapeutas ocupacionales que trabajan en trastornos alimentarios: un estudio de métodos mixtos	Australian Occupational Therapy Journal
2018	Cary A. Brown* and Lisa M. Pashniak (9)	Terapeutas ocupacionales y de salud psicológica: Burnout, engagement y adicción al trabajo	Occupational Therapy In Health Care

2019	Justin Newton Scanlan and Tamoura Hazelton (10)	Relaciones entre la satisfacción laboral, el agotamiento, la identidad profesional y el significado de las actividades laborales para los terapeutas ocupacionales que trabajan en salud mental	Australian Occupational Therapy Journal
2019	Seyed Alireza Derakhshanrad, Emily Piven & Bahareh Zeynalzadeh Ghoochani (18)	Las relaciones entre resolución de problemas, creatividad y agotamiento laboral en terapeutas ocupacionales iraníes	Occupational Therapy In Health Care
2021	Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública (11)	Los factores que influyen en las diferencias de género sobre las cargas mentales en fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales jóvenes	International Journal of Environmental Research and Public Health
2021	Ana Cristina Escudero-Escudero, Antonio Segura-Fragoso, and Pablo A. Cantero-Garlito (12)	Síndrome de Burnout en terapeutas ocupacionales en España: prevalencia y factores de riesgo	International Journal of Environmental Research and Public Health
2020	Hatice Abaoğlu, Tarık Demirok & Hülya Kayıhan (13)	Burnout y su relación con factores relacionados con el trabajo entre los terapeutas ocupacionales que trabajan en el sector público en Turquía	Scandinavian Journal of Occupational Therapy

2018	Helena I. S. Reis, Catarina Vale, Catarina Camacho, Cátia Estrela & Maria dos Anjos Dixe (14)	Burnout entre terapeutas ocupacionales en Portugal: un estudio de factores específicos	Occupational Therapy in Health Care
2021	Ju-Hyun Kim, Ae- Ryoung Kim, Myung- Gwan Kim, Chul- Hyun Kim, Ki-Hoon Lee, Donghwi Park, Jong-Moon Hwang (15)	Síndrome de Burnout y estrés laboral en fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales que trabajan en diferentes tipos de hospitales	International Journal of Environmental Research and Public Health
2017	Marco Bruschini, Antonella Carli* and Franco Burla (16)	Burnout y estrés relacionado con el trabajo en los profesionales de la rehabilitación italianos: una comparación de fisioterapeutas, logopedas y TO	Occupational Therapy in Health Care
2019	Morales-Rodriguez F, Perez-Marmol J, Brown T. (17)	El agotamiento educativo y la participación en estudiantes de pregrado de terapia ocupacional y sus factores asociados	Frontiers in Psychology

Encontramos que, tomando como referencia la revisión realizada entre 2001 a 2014 por Vidal Sánchez (5), los artículos relacionados con este síndrome han aumentado, muy considerablemente, en los últimos cinco años.

La totalidad de estudios incluidos muestran la existencia de SB en TOs; algunos autores han estudiado la presencia de los síntomas que forman parte de este síndrome, directamente, en los profesionales. Así Alcalá M y Escudero A et al. han investigado la presencia de este síndrome en España y han cuantificado su prevalencia en diferentes entornos laborales (6,12).

Por otra parte, un campo muy inexplorado respecto al tema, fue investigado por Devery H et al (8), quienes desarrollaron su trabajo entre TOs en Australia. La muestra estudiada fue un grupo concreto, los terapeutas dedicados a los trastornos alimenticios, campo que, a priori, demanda aún más implicación emocional, y que genera más estrés.

Brown y cols y Scanlan y cols (9,10), estudiaron de forma más específica la prevalencia de los diferentes síntomas y cuantificaron los porcentajes de presencia de agotamiento emocional (EE), despersonalización (DP), realización personal (PA) y estrés.

En una muestra de 758 TOs, se obtuvieron datos preocupantes, ya que reflejan un 69,4% positivo en burnout. En concreto los niveles de sintomatología se reflejaban en: fatiga emocional (63,5%), despersonalización (33,9%) y reducción de la satisfacción personal (2,1%). Superior al 70% en menores de 40 años, y el 57,9% en los mayores. Los que eran solteros tenían una prevalencia más alta (70-75%) que los casados (50-58%). Las personas sin hijos tuvieron mayor prevalencia (73,7%). En relación al ámbito laboral se observó una menor prevalencia entre quienes trabajaron en rehabilitación física (59,1%) o discapacidad intelectual (63%) y la mayor entre adultos mayores (72,2%) pediatría (71%)(12).

La investigación de McCombie RP tiene una especial relevancia, ya que valora la prevalencia, pero se centra en una muestra de TOs muy específica, la de estudiantes transicionando hacia profesionales, mientras desarrollan los síntomas concretos (7).

El estudio llevado a cabo en Australia corrobora los resultados de los anteriores artículos. Los participantes fueron 225 estudiantes australianos de terapia ocupacional de la Universidad de Monash (AUS) y que completaron el MBI. Los

resultados muestran que el agotamiento se correlacionó con la edad, el año de inscripción y las horas dedicadas directamente a trabajar en estudios de terapia ocupacional. Aunque el trabajo se basó en personal realizando prácticas clínicas, se valoró de igual forma el entorno laboral de los estudiantes (17).

En lo que se relaciona con los factores relevantes a la aparición del SB también se recopilan investigaciones más generales (11) y otras específicas relacionadas con los TOs en España (12). Así en un estudio general realizado en profesionales rehabilitadores, con un total de 325 fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales y datos recopilados mediante el Maslach Burnout Inventory (MBI), se asociaron los síntomas con datos sobre factores sociodemográficos, factores relacionados con el trabajo, factores relacionados con la salud y la satisfacción laboral subjetiva.

Las terapeutas mujeres mostraron niveles más altos de agotamiento que los terapeutas masculinos. Además, la experiencia de discriminación personal y el estrés laboral contribuyeron significativamente al agotamiento en las terapeutas más jóvenes, mientras que el estrés laboral fue la variable predictora más relevante del agotamiento para los hombres (11).

Kim JH et al, muestran la prevalencia dentro de diferentes tipos de hospitales (15) o diferentes ámbitos, y funciones dentro la propia profesión, así como el género, edad o estado civil, en diferentes países como Portugal (14), Italia (16) o Australia (17). En el estudio desarrollado en Portugal, llegaron a la conclusión de que el agotamiento relacionado con problemas personales aumenta con la edad del terapeuta y los terapeutas que trabajan con niños tienen índices más altos en las escalas que identifican el síndrome. Además cuantos más años de trabajo se denota mayor fatiga física y psicológica autoevaluada, así como agotamiento relacionado con el trabajo con los clientes (14).

Por otro lado, en el estudio llevado a cabo en Italia, participaron 391 profesionales (98 hombres y 293 mujeres) y en concreto, 80 terapeutas ocupacionales (edad media 34,9), evaluados con la administración del MBI. Los resultados generales indican que el 14% del total de 391 sujetos estaban en riesgo de agotamiento, en concreto, el análisis de los factores mostró una correlación significativa entre el riesgo de burnout y las horas de trabajo

semanales, señalando que los individuos con mayor riesgo trabajan más horas (16).

Por último, aunque no se han incluido estudios referentes únicamente al tratamiento específico en TOs, sí que aparecen de forma puntual referencias, como Derakhshanrad S, quien desarrollo evidencias acerca de como recursos cognitivos como la creatividad y la resolución de problemas se asocian inversamente con el SB (18).

Limitaciones del estudio

Las principales limitaciones de este trabajo derivan de la propia selección de los artículos finalmente incluidos. Así uno de los mayores problemas con los que nos hemos encontrado ha sido la falta de investigación documentada sobre el SB en el ámbito específico de la Terapia O y de su prevalencia en los profesionales que la ejercen.

Señalar que si bien existen numerosas publicaciones sobre el SB en otras profesiones sanitarias y revisiones que hacen alusión a la terapia como posible herramienta para compensar el desequilibrio que supone la enfermedad. Sin embargo, no son numerosos los artículos que se centran propiamente en la evidencia del síndrome entre los TOs.

Otra limitación, es la heterogeneidad en cuanto a la evaluación del síndrome entre los profesionales; por ello solo hemos incluido aquellos que valoraban su existencia mediante herramientas e instrumentos estandarizados como el MBI o el OLBI.

Por último también hay que señalar un posible sesgo debido al hecho de haber incluido, exclusivamente, artículos en formato "open access".

Calidad metodológica de los artículos

La mayoría de los estudios, exceptuando una revisión bibliográfica, son estudios descriptivos transversales por lo que se trata de estudios no experimentales, observacionales, en los que no se realiza seguimiento y las variables se recogen en un único momento.

Por ello no podemos valorar la evolución en el tiempo y en diferentes circunstancias sobrevenidas en relación a la prevalencia del síndrome en los profesionales. Sin embargo, hay que señalar que, al tratarse de una revisión cuyo objetivo es identificar y cuantificar la existencia del SB, los estudios transversales son los adecuados para conocer el número de profesionales afectados por este síndrome y cuantificar su prevalencia.

CONCLUSIONES

A pesar de que en las últimas décadas no se había documentado demasiados trabajos acerca de la existencia del SB en los profesionales de terapia ocupacional, en los últimos años han aumentado considerablemente los estudios realizados en diferentes ámbitos y países.

En los estudios analizados se relaciona la presencia de SB con algunos factores como ser joven, mujer, no estar casada o trabajar en ámbitos específicos como la salud mental, la geriatría o la pediatría. La mayoría de los síntomas que presentan relacionados con el trastorno abarcan desde el agotamiento emocional, la despersonalización y los sentimientos negativos, hasta la falta de realización, el estrés y la desmotivación generalizada. Los porcentajes de las características varían además según las características de las poblaciones estudiadas.

Se asocia además como indicadores relevantes de influencia positiva, el hecho de trabajar y potenciar en los profesionales los recursos cognitivos y la creatividad, que forman parte de los posibles factores asociados con la prevalencia, y podrían verse como una posible alternativa para trabajar en la reducción de la patología.

Para valorar la importancia del Síndrome de Burnout en el ámbito de la TO y de los profesionales que la ejercen se requiere realizar más estudios, que permitan aumentar el conocimiento y la visibilización de este importante problema de salud.

BIBLIOGRAFÍA

1. Souza E, Barroso B. Síndrome de Burnout. Rev Ter Ocup Univ Sao Paulo. 2019;20(2):104-10.
2. María A, Moreno F. Original Síndrome de Burnout en Terapia Ocupacional. Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG. 2017; 14(26).
3. Maslach C, Jackson SE. Maslach Burnout Inventory Manual. 10a Ed. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press. 1981.
4. Maslach C, Jackson SE. Burnout in health professions: a social Psychological analysis. In G. Sanders and J. Suls (Eds.). Social Psychology of Health and Illness. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum. 1982; 227-251.
5. Vidal Sánchez M.I. Bibliographic review on burnout and occupational therapy. Vulnerability facing opportunity. Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG. 2015; 15.
6. Alcalá Cerrillo, M. Calidad de vida laboral de los terapeutas ocupacionales durante la pandemia Covid-19. Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology. 2021; 101-112.
7. McCombie RP, Antanavage ME. Transitioning From Occupational Therapy Student To Practicing Occupational Therapist: First Year of Employment. Occup Ther Health Care. 2017 Apr;31(2):126-142.
8. Devery H, Scanlan JN, Ross J. Factors associated with professional identity, job satisfaction and burnout for occupational therapists working in eating disorders: A mixed methods study. Aust Occup Ther J. 2018 Dec;65(6):523-532.
9. Brown CA, Pashniak LM. Psychological health and occupational therapists: Burnout, engagement and work addiction. Work. 2018;60(4):513-525.

10. Scanlan JN, Hazelton T. Relationships between job satisfaction, burnout, professional identity and meaningfulness of work activities for occupational therapists working in mental health. *Aust Occup Ther J*. 2019 Oct;66(5):581-590.
11. Lee SJ, Jung SI, Kim MG, Park E, Kim AR, Kim CH, Hwang JM, Jung TD. The Influencing Factors of Gender Differences on Mental Burdens in Young Physiotherapists and Occupational Therapist. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Mar 11;18(6):2858.
12. Escudero-Escudero AC, Segura-Fragoso A, Cantero-Garlito PA. Burnout Syndrome in Occupational Therapists in Spain: Prevalence and Risk Factors. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 May 2;17(9):3164.
13. Abaoğlu H, Demirok T, Kayıhan H. Burnout and its relationship with work-related factors among occupational therapists working in public sector in Turkey. *Scand J Occup Ther*. 2020 Mar 17:1-10.
14. Reis HIS, Vale C, Camacho C, Estrela C, Dixe MDA. Burnout among Occupational Therapists in Portugal: A Study of Specific Factors. *Occup Ther Health Care*. 2018 Jul;32(3):275-289.
15. Kim JH, Kim AR, Kim MG, Kim CH, Lee KH, Park D, Hwang JM. Burnout Syndrome and Work-Related Stress in Physical and Occupational Therapists Working in Different Types of Hospitals: Which Group Is the Most Vulnerable? *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Jul 11;17(14):5001.
16. Bruschini M, Carli A, Burla F. Burnout and work-related stress in Italian rehabilitation professionals: A comparison of physiotherapists, speech therapists and occupational therapists. *Work*. 2018;59(1):121-129.
17. Morales-Rodríguez FM, Pérez-Mármol JM, Brown T. Education Burnout and Engagement in Occupational Therapy Undergraduate Students and Its Associated Factors. *Front Psychol*. 2019 Dec 20;10:2889.

18. Derakhshanrad SA, Piven E, Zeynalzadeh Ghoochani B. The Relationships between Problem-Solving, Creativity, and Job Burnout in Iranian Occupational Therapists. *Occup Ther Health Care*. 2019 Oct;33(4):365-380.
19. C. Maslach, S.E. Jackson, M.P. Leiter (Eds.), *Maslach Burnout Inventory manual* (3rd ed.), Consulting Psychologists Press. 1996.
20. Gómez J, Monsalve C, SanLuis C, Fernández R, Aguayo R, Cañadas G. Factores de riesgo y niveles de burnout en atención primaria: una revisión sistemática. 2016; 49: 77.

ANEXOS - CARACTERÍSTICAS DE LOS ESTUDIOS

En base a los estudios seleccionados destaca la siguiente revisión bibliográfica en la que se recopilan de forma detallada los avances sobre la investigación del SB en TOs hasta 2015.

Título	Psychological health and occupational therapists: Burnout, engagement and work addiction Terapeutas ocupacionales y de salud psicológica: Burnout, engagement y adicción al trabajo (9)
Autor/a y Publicación	Cary A. Brown* and Lisa M. Pashniak Department of Occupational Therapy, University of Alberta, Edmonton, AB, Canada 2018
Metodología y Resultados	<p>Se utilizaron tres herramientas diferentes: Maslach burnout inventory (MBI) , Utrecht work engagement scale (UWES-9) y Bergen work addiction scale (BWAS)</p> <p>La puntuación media de MBI-EE 497 en el estudio (16,8) fue notablemente más baja en comparación con otros. Dentro de esta destacan los TO menores de 40, quienes prevalecen con signos de Burnout respecto a los más mayores. Sin embargo, el riesgo de adicción al trabajo pareció ser particularmente alto en terapeutas ocupacionales con 10 a 15 años de edad.</p>
Conclusiones	Los hallazgos ilustran un riesgo potencial para el lugar de trabajo, la salud psicológica y la seguridad en el mismo, para los terapeutas ocupacionales que participaron en este estudio.

Título	<p>Factors associated with professional identity, job satisfaction and burnout for occupational therapists working in eating disorders: A mixed methods study</p> <p>Factores asociados con la identidad profesional, la satisfacción laboral y el agotamiento para los terapeutas ocupacionales que trabajan en trastornos alimentarios: un estudio de métodos mixtos (8)</p>
Autor/a y Publicación	<p>Helen Devery, Justin Newton Scanlan and Jessica Ross Australian Occupational Therapy Journal (2018) Revista Australiana de Terapia Ocupacional (2018)</p>
Metodología y Resultados	<p>Se recibió la aprobación ética del Comité de Ética en Investigación en Humanos de la Universidad de Sydney.</p> <p>La fase cuantitativa inicial (mediante una encuesta) se diseñó para explorar el agotamiento, la identidad profesional y la satisfacción laboral y las relaciones estadísticas entre estos factores.</p> <p>A continuación, se diseñó la fase cualitativa (mediante entrevistas semiestructuradas) para explorar estas relaciones con mayor profundidad y descubrir las experiencias únicas de los participantes sobre los desafíos y recompensas relacionados con el trabajo en esta área especializada.</p> <p>Debido al pequeño tamaño de la muestra, los datos de la encuesta se analizaron mediante pruebas no paramétricas.</p> <p>Diez terapeutas ocupacionales participaron en el estudio. Esto representa una tasa de respuesta de aproximadamente el 50% del número estimado de terapeutas ocupacionales que trabajan en trastornos alimentarios en Australia.</p> <p>Hubo una correlación significativa entre niveles más altos de agotamiento y un sentido más fuerte de identidad profesional. Hubo otras correlaciones entre el agotamiento y la presión para utilizar enfoques de terapia no ocupacional, así como una variedad de desafíos relacionados con las características de las personas con trastornos alimentarios.</p>
Conclusiones	<p>Los terapeutas ocupacionales en trastornos alimentarios enfrentan numerosos desafíos laborales.</p> <p>El estudio también sugirió la importancia de la supervisión y socialización profesional, así como de mantener un adecuado equilibrio entre la vida laboral y personal para promover el bienestar en el trabajo.</p>

Título	<p>The Relationships between Problem-Solving, Creativity, and Job Burnout in Iranian Occupational Therapists</p> <p>Las relaciones entre resolución de problemas, creatividad y agotamiento laboral en terapeutas ocupacionales iraníes (18)</p>
Autor/a y Publicación	<p>Seyed Alireza Derakhshanrad, Emily Piven & Bahareh Zeynalzadeh Ghoochani</p> <p>Occupational Therapy In Health Care 2019</p>
Metodología y Resultados	<p>Este fue un estudio preliminar transversal no experimental con fines predictivos para determinar qué tan bien un conjunto de variables independientes podría predecir el nivel de burnout como fenómeno de interés que se ha producido.</p> <p>Participaron 50 miembros de la Asociación de Terapia Ocupacional de Irán.</p> <p>Los niveles de agotamiento se midieron con el Maslach Burnout Inventory (MBI), el Rendsip Creativity Questionnaire (RCQ) y el Social Problem-Solving Inventory-Revised Short-Form (SPSI-R)</p> <p>En este estudio, se encontró que los recursos cognitivos se asocian inversamente con el nivel de desgaste laboral en una muestra de terapeutas ocupacionales iraníes. Esto se traduce en una asociación entre altos niveles de recursos internos para la resolución de problemas y niveles más bajos de fatiga.</p>
Conclusiones	<p>Este estudio ha demostrado que la resolución de problemas y la creatividad requieren atención porque es probable que el fortalecimiento de estas competencias pueda amortiguar la influencia negativa de las demandas laborales sobre los terapeutas ocupacionales, permitiéndoles evitar el agotamiento laboral.</p>

Título	<p>The Influencing Factors of Gender Differences on Mental Burdens in Young Physiotherapists and Occupational Therapist</p> <p>Los factores que influyen en las diferencias de género sobre las cargas mentales en fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales jóvenes (11)</p>
Autor/a y Publicación	<p>International Journal of Environmental Research and Public Health 2021</p> <p>Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública 2021</p>
Metodología y Resultados	<p>Un total de 325 fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales fueron parte de este estudio (n = 325; hombres n = 131; mujeres n = 194. Edad: 20-29 años, n = 178; ≥30 años, n = 147). Los datos se recopilaron mediante un cuestionario que incluía el Maslach Burnout Inventory (MBI). Además, también se recopilaron datos sobre factores sociodemográficos, factores relacionados con el trabajo, factores relacionados con la salud y satisfacción laboral subjetiva.</p> <p>Las terapeutas mujeres mostraron niveles más altos de agotamiento que los terapeutas masculinos. La experiencia de discriminación personal y el estrés laboral contribuyeron significativamente al agotamiento en las terapeutas más jóvenes, mientras que el estrés laboral fue la variable predictora más relevante del agotamiento para los hombres.</p>
Conclusiones	<p>Para las fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales jóvenes, deben crearse entornos de trabajo seguros para reducir las cargas mentales relacionadas con el trabajo</p>

Título	<p>Burnout Syndrome in Occupational Therapists in Spain: Prevalence and Risk Factors</p> <p>Síndrome de Burnout en terapeutas ocupacionales en España: prevalencia y factores de riesgo (12)</p>
Autor/a y Publicación	<p>Ana Cristina Escudero-Escudero, Antonio Segura-Fragoso, and Pablo A. Cantero-Garlito</p> <p>International Journal of Environmental Research and Public Health 2021</p> <p>Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública 2021</p>
Metodología y Resultados	<p>El objetivo de esta investigación fue evaluar los niveles potenciales de burnout entre los terapeutas ocupacionales en España y los factores de riesgo implicados en su prevalencia. Los datos se obtuvieron a través de un cuestionario en línea a TOs por toda España.</p> <p>La herramienta utilizada fue la Encuesta General del Inventario de Burnout de Maslach (MBI-GS)</p> <p>La muestra del estudio incluyó a 758 TOs, 688 eran mujeres (90,8%) y 70 hombres (9,2%) 327 (43,1%), trabajaban con adultos mayores, y 122 (16,1%) en salud mental.</p> <p>El 69,4% del total fue positivo en burnout, los niveles de sintomatología se reflejaban en: fatiga emocional (63,5%), despersonalización (33,9%) y reducción de la satisfacción personal (2,1%). Superior al 70% en menores de 40 años, y el 57,9% en los mayores. Los que eran solteros tenían una prevalencia más alta (70-75%) que los casados (50-58%). Los que no tenían hijos tuvieron mayor prevalencia (73,7%). Sobre el ámbito laboral, la menor prevalencia se observó entre quienes trabajaron en rehabilitación física (59,1%) o discapacidad intelectual (63%), y la mayor entre adultos mayores (72,2%) pediatría. (71%).</p>
Conclusiones	<p>Los terapeutas ocupacionales en España presentan niveles de burnout muy elevados. Este trabajo puede ayudar a crear conciencia sobre esta realidad y los factores que la provocan frente a su abordaje y el riesgo para la salud que implica.</p>

Título	<p>Burnout and its relationship with work-related factors among occupational therapists working in public sector in Turkey</p> <p>Burnout y su relación con factores relacionados con el trabajo entre los terapeutas ocupacionales que trabajan en el sector público en Turquía (13)</p>
Autor/a y Publicación	<p>Hatice Abaoğlu, Tarık Demirok & Hülya Kayıhan Scandinavian Journal of Occupational Therapy 2020 Revista Escandinava de Terapia Ocupacional 2020</p>
Metodología y Resultados	<p>El diseño del estudio fue un estudio de encuesta transversal. 73 de 125 TOs registrados en la Asociación Turca de Terapia Ocupacional en el sector público. Se utilizaron los The Burnout Measure (BM), The short form Minnesota Satisfaction Questionnaire (MSQ) y the Utrecht Work Engagement Scale (UWES).</p> <p>El análisis de los resultados del burnout mostró que el 38% de los participantes tenían riesgo de desarrollar agotamiento físico, emocional y mental con una puntuación entre 3 y 4, y el 26% tenía síntomas de burnout con una puntuación superior a 4.</p> <p>Las condiciones de trabajo y el componente de dedicación del compromiso laboral fueron los factores más influyentes del agotamiento, respectivamente, y representaron el 43,1% de la varianza.</p> <p>Las oportunidades para el desarrollo y la promoción de habilidades, las licencias semanales y anuales, la estructura de gestión y las capacitaciones, la actitud de apoyo y la importancia que el supervisor da a la terapia ocupacional se correlacionó significativamente con el agotamiento.</p>
Conclusiones	<p>Es necesario establecer estrategias de intervención que puedan mejorar los entornos laborales y promover la satisfacción laboral y el compromiso laboral.</p>

Título	Burnout among Occupational Therapists in Portugal: A Study of Specific Factors Burnout entre terapeutas ocupacionales en Portugal: un estudio de factores específicos (14)
Autor/a y Publicación	Helena I. S. Reis, Catarina Vale, Catarina Camacho, Cátia Estrela & Maria dos Anjos Dixe Occupational Therapy in Health Care 2018
Metodología y Resultados	<p>Se utilizó el Copenhagen Burnout Inventory (CBI), el cual fue desarrollado por Kristensen, Borritz, Villadsen y Christensen (2005). Evalúa tres dimensiones: agotamiento personal (PB), agotamiento relacionado con el trabajo (WB) y agotamiento relacionado con el cliente (CB). Permiten evaluar a los participantes del estudio en función de su edad (menor o mayor); el grado de fatiga y agotamiento físico / psicológico en función de su trabajo; y el grado de fatiga y agotamiento que percibe el profesional en función de sus clientes.</p> <p>Los resultados de esta investigación muestran que los TO en Portugal tienen una alta probabilidad de sufrir agotamiento, especialmente en relación con el Burnout laboral y el PB. Los resultados muestran que el agotamiento relacionado con problemas personales aumenta con la edad del terapeuta.</p> <p>También podríamos concluir que los terapeutas que trabajan con niños tienen índices más altos de PB. Además cuantos más años de trabajo se denota mayor fatiga física y psicológica autoevaluada, así como agotamiento relacionado con el trabajo con los clientes.</p>
Conclusiones	El agotamiento es un riesgo grave entre las personas que trabajan en profesiones emocionalmente exigentes. Este estudio representó una oportunidad para que los profesionales de la terapia ocupacional tomaran conciencia de sus necesidades y reflexionaran sobre cómo mantener el equilibrio y el bienestar ocupacional.

Título	<p>Burnout Syndrome and Work-Related Stress in Physical and Occupational Therapists Working in Different Types of Hospitals: Which Group Is the Most Vulnerable?</p> <p>Síndrome de Burnout y estrés laboral en fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales que trabajan en diferentes tipos de hospitales: ¿Qué grupo es el más vulnerable? (15)</p>
Autor/a y Publicación	<p>Ju-Hyun Kim, Ae-Ryoung Kim, Myung-Gwan Kim, Chul-Hyun Kim, Ki-Hoon Lee, Donghwi Park, Jong-Moon Hwang</p> <p>International Journal of Environmental Research and Public Health 2021 Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública 2021</p>
Metodología y Resultados	<p>Se prepararon 377 profesionales que cumplieron con los criterios de inclusión y se analizaron 325 (131 hombres y 194 mujeres), con excepción de 42 que se negaron a responder o los datos no pudieron ser analizados por mala respuesta.</p> <p>Se trabajó con tres evaluaciones distintas: Maslach Burnout Inventory (MBI), para evaluar la evidencia de SB, Job Content Questionnaire (JCQ), para evaluar el riesgo de desarrollar estrés laboral y Short Form 36 (SF-36) para evaluar la calidad de vida. Las diferencias en el estrés laboral y el agotamiento según el género en los hospitales grandes no fueron tan prominentes, sin embargo en los hospitales pequeños los niveles de estrés laboral de las mujeres fueron más altos en comparación con los de los hombres, acentuándose las mayores de 30 años.</p> <p>La importancia de este estudio radica en el hecho de que examinó el estrés y el agotamiento laboral en fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales en varios hospitales simultáneamente e identificó un grupo vulnerable de participantes</p>
Conclusiones	<p>Para reducir este riesgo en grupos vulnerables, es necesario comprender la naturaleza del trabajo del terapeuta, que inevitablemente aumenta el riesgo de estrés laboral y agotamiento; reducir las cargas de trabajo; mejorar la eficiencia del trabajo y crear entornos de trabajo adecuados</p>

Título	<p>Burnout and work-related stress in Italian rehabilitation professionals: A comparison of physiotherapists, speech therapists and occupational therapists</p> <p>Burnout y estrés relacionado con el trabajo en los profesionales de la rehabilitación italianos: una comparación de fisioterapeutas, logopedas y terapeutas ocupacionales (16)</p>
Autor/a y Publicación	<p>Marco Bruschini, Antonella Carli* and Franco Burla Department of Neurology and Psychiatry, Sapienza University of Rome, Rome, Italy 2017</p>
Metodología y Resultados	<p>Participaron 391 profesionales (98 hombres y 293 mujeres; edad media 38,49 años). La distribución según los grupos profesionales de interés fue la siguiente: 210 fisioterapeutas (edad media 40,8), 101 logopedas (edad media 36,6) y 80 terapeutas ocupacionales (edad media 34,9). El riesgo de agotamiento se evaluó mediante la administración del Maslach Burnout Inventory (MBI)</p> <p>No encontramos diferencias significativas entre las tres categorías profesionales. Los resultados generales de MBI indicaron que el 14% del total de 391 sujetos estaban en riesgo de agotamiento. El análisis de los factores mostró una correlación significativa entre el riesgo de burnout y las horas de trabajo semanales: los individuos con mayor riesgo de burnout trabajan más horas</p>
Conclusiones	<p>Se necesita más investigación sobre la detección del agotamiento y el estrés relacionado con el trabajo. La prevención, el seguimiento y las intervenciones psicológicas podrían disminuir las consecuencias derivadas del estrés laboral, a pesar de ello no se encontraron diferencias estadísticas entre los grupos profesionales investigados.</p>

Título	<p>Education Burnout and Engagement in Occupational Therapy Undergraduate Students and Its Associated Factors</p> <p>El agotamiento educativo y la participación en estudiantes de pregrado de terapia ocupacional y sus factores asociados (17)</p>
Autor/a y Publicación	<p>Morales-Rodriguez F, Perez-Marmol J, Brown T. Frontiers in Psychology 2019</p>
Metodología y Resultados	<p>Los participantes fueron 225 estudiantes australianos de terapia ocupacional de la Universidad de Monash (Australia) que completaron el MBI-SS y el UWES para estudiantes. Se realizaron análisis descriptivos, bivariados y de regresión lineal múltiple.</p> <p>Los resultados han demostrado que el agotamiento se correlacionó con la edad, el año de inscripción y las horas dedicadas directamente a trabajar en estudios de terapia ocupacional; el agotamiento y la inestabilidad se relacionaron con la edad, (según en qué nivel o año está matriculado el alumno) y las horas de tiempo indirecto.</p>
Conclusiones	<p>Los resultados indican que una serie de factores de estudio demográficos y académicos se asociaron significativamente con las tres dimensiones del agotamiento informado por los estudiantes de terapia ocupacional.</p>

Título	Revisión bibliográfica sobre burnout y terapia ocupacional. Entre la vulnerabilidad y la oportunidad (5)
Autor/a y Publicación	M ^a Isabel Vidal Sanchez "Revista electronica de Terapia Ocupacional Galicia, TOG" 2015
Metodología y Resultados	<p>Los documentos analizados en esta revisión han sido 14 artículos de los cuales 3 son de revisión y 11 son estudios no aleatorizados y 1 capítulo de libro.</p> <p>En esta revisión queda demostrado que el burnout es un problema al que están expuestos los terapeutas ocupacionales como profesionales sanitarios y que no ha sido lo suficientemente estudiado, sobre todo en nuestro país, como corrobora la escasez de publicaciones encontradas.</p> <p>Salud Mental es identificado como uno de los campos que pueden provocar mayor estrés y donde los terapeutas ocupacionales están más expuestos al burnout</p> <p>Se han señalado grupos con duplicidad de factores de riesgo como son las personas que son a la vez docentes y terapeutas ocupacionales.</p>
Conclusiones	Todavía queda por desarrollar la potencialidad de la intervención de la Terapia Ocupacional para promover la salud y la resiliencia de los y las profesionales y prevenir el síndrome de burnout.

Título	Calidad de vida laboral de los terapeutas ocupacionales durante la pandemia Covid-19 (6)
Autor/a y Publicación	Alcala Cerrillo, Maria "International Journal of Development and Educational Psychology" 2020
Metodología y Resultados	<p>En un estudio descriptivo de corte transversal, se recopiló información mediante un cuestionario compuesto por 20 preguntas que recogía información sobre el estrés laboral, datos sociodemográficos y de la entidad. La muestra de estudio quedó conformada por 50 T.O que quisieron formar parte del estudio de forma voluntaria y anónima.</p> <p>Se obtuvieron síntomas de nerviosismo en un 70% y de fatiga en un 80% en al menos 1 o 2 días laborables a la semana.</p> <p>Los trabajadores presentan diferentes etapas de estrés, predominando la etapa de entusiasmo y la de estancamiento del Síndrome de Burnout.</p>
Conclusiones	Este trabajo muestra que los Terapeutas Ocupacionales que están trabajando en el área de Geriátrica de Residencias de Mayores están experimentando el Síndrome de Burnout, lo cual afecta a su trabajo y a su vida personal

Título	Síndrome de Burnout en Terapia Ocupacional (2)
Autor/a y Publicación	Maria Fernandez Moreno " Revista electronica de Terapia Ocupacional Galicia, TOG " 2017

Título	Síndrome de Burnout en Terapia Ocupacional (2)
Metodología y Resultados	<p>En un estudio transversal descriptivo, realizado a través de encuestas, se escoge un grupo de 29 terapeutas ocupacionales, y se pasa un cuestionario MBI (específico para identificar sintomatología del SB)</p> <p>Se demuestra que existe una relación, estadísticamente significativa entre el grado de agotamiento emocional y la falta de realización personal.</p>
Conclusiones	.El estudio muestra una elevada prevalencia de Síndrome de Burnout en terapeutas ocupacionales, siendo un 9.52% de grado severo. Dado que ésta patología ha sido poco estudiada en la población española de terapeutas ocupacionales, a pesar de las limitaciones de éste estudio, los resultados ofrecen una base para futuras investigaciones.

Título	Transitioning From OT Student To Practicing OTs: First Year of Employment Transición de estudiante de TO a terapeuta ocupacional en ejercicio: primer año de empleo (7)
Autor/a y Publicación	Randy P. McCombie & Meredith E. Antanavage Occupational Therapy In Health Care 2017 Terapia Ocupacional en el Cuidado de la Salud 2017

Metodología y Resultados

Los participantes en este estudio incluyeron a 500 TOs que fueron seleccionados al azar de la lista de miembros de la AOTA. El instrumento de la encuesta fue un cuestionario de varias preguntas, 202 fueron devueltas.

Los empleados inicialmente en entornos psiquiátricos calificaron el proceso de transición como más positivo que aquellos en centros de rehabilitación especializada.

Incluyeron problemas relacionados con la administración del tiempo, la tutoría, la necesidad de confianza y la "novedad" general en el papel del TO, como se tipifica en la respuesta de un terapeuta que describió la transición como un "impacto de la práctica" con "falta de realidad de las expectativas de la práctica".

En comparación con aquellos que no tenían mentores, aquellos con mentores eran más propensos a estar de acuerdo en que su posición inicial era un buen ajuste clínico combinado con una experiencia de transición positiva, así como una alta satisfacción laboral y un estrés laboral mínimo, en el que fueron capaces de desarrollar resultados positivos

Al contrario, un factor negativo en el proceso de transición era tener la obligación de supervisar a otros provocó que estos TOs tendieran a ver su lugar de trabajo inicial como más angustioso junto con bajas calificaciones de satisfacción laboral en comparación con los que no supervisaban a los asistentes de TO.

Conclusiones

los resultados enfatizan que la transición de estudiante a terapeuta fue vista generalmente como positiva y sin incidentes para la mayoría de los nuevos graduados. Para otros, sin embargo, se percibió como un desafío con una variedad de factores estresantes e impedimentos.

Título	<p>Relationships between job satisfaction, burnout, professional identity and meaningfulness of work activities for occupational therapists working in mental health</p> <p>Relaciones entre la satisfacción laboral, el agotamiento, la identidad profesional y el significado de las actividades laborales para los terapeutas ocupacionales que trabajan en salud mental (10)</p>
Autor/a y Publicación	<p>Justin Newton Scanlan and Tamoura Hazelton Australian Occupational Therapy Journal (2019) Revista Australiana de Terapia Ocupacional (2019)</p>
Metodología y Resultados	<p>Este estudio adoptó un enfoque de encuesta transversal con una muestra de conveniencia de terapeutas ocupacionales que trabajan en entornos de salud mental en Australia.</p> <p>Los datos se recopilaron a través de una encuesta en línea. Se registraron un total de 116 respuestas validas. La encuesta incluyó tres cuestionarios, un diario de uso del tiempo y preguntas sobre características demográficas y laborales. Dos de los cuestionarios revelaban datos acerca del agotamiento: The Oldenburg Burnout Inventory y The Professional Identity Questionnaire</p> <p>El elemento de "valor para uno mismo" de la significación de las actividades laborales explicó entre el 12 y el 14% de la variación en la satisfacción laboral, la falta de compromiso y la identidad profesional, aunque sólo explicó el 3% de la variación en el agotamiento.</p>
Conclusiones	<p>Hacer un trabajo que es personalmente significativo se relacionó con niveles más altos de bienestar laboral para los terapeutas ocupacionales en salud mental.</p>

Burnout Self-Test Maslach Burnout Inventory (MBI)

The Maslach Burnout Inventory (MBI) is the most commonly used tool to self-assess whether you might be at risk of burnout. To determine the risk of burnout, the MBI explores three components: exhaustion, depersonalisation and personal achievement. While this tool may be useful, it must not be used as a clinical diagnostic technique, regardless of the results. The objective is simply to make you aware that anyone may be at risk of burnout.

For each question, indicate the score that corresponds to your response. Add up your score for each section and compare your results with the scoring results interpretation at the bottom of this document.

Questions:	Never	A Few Times per Year	Once a Month	A Few Times per Month	Once a Week	A Few Times per Week	Every Day
Section A:	0	1	2	3	4	5	6
I feel emotionally drained by my work.							
Working with people all day long requires a great deal of effort.							
I feel like my work is breaking me down.							
I feel frustrated by my work.							
I feel I work too hard at my job.							
It stresses me too much to work in direct contact with people.							
I feel like I'm at the end of my tether.							
Total score – SECTION A							

Questions:	Never	A Few Times per Year	Once a Month	A Few Times per Month	Once a Week	A Few Times per Week	Every Day
Section B:	0	1	2	3	4	5	6
I feel I deal with my team/ colleagues impersonally, as if they are objects.							
I feel tired when I get up in the morning and have to face another day at work.							
I have the impression that my team/ colleagues make me responsible for some of their problems.							
I am at the end of my patience at the end of my work day.							
I really don't care about what happens to some of my team/ colleagues.							
I have become more insensitive to people in the workplace.							
I'm afraid that this job is making me uncaring.							
Total score – SECTION B							

Questions:	Never	A Few Times per Year	Once a Month	A Few Times per Month	Once a Week	A Few Times per Week	Every Day
Section C:	0	1	2	3	4	5	6
I accomplish many worthwhile things in this job.							
I feel full of energy.							
I am easily able to understand what my team/colleagues feel.							
I look after my team/colleagues problems very effectively.							
In my work, I handle emotional problems very calmly.							

Through my work, I feel that I have a positive influence on people.							
I am easily able to create a relaxed atmosphere with my team/colleagues.							
I feel refreshed when I have been close to my team/colleagues at work.							
Total score – SECTION C							

SCORING RESULTS – INTERPRETATION

Section A: Burnout

Burnout (or depressive anxiety syndrome): Testifies to fatigue at the very idea of work, chronic fatigue, trouble sleeping, physical problems. For the MBI, as well as for most authors, “exhaustion would be the key component of the syndrome.” Unlike depression, the problems disappear outside work.

Total 17 or less: Low-level burnout

Total between 18 and 29 inclusive: Moderate burnout

Total over 30: High-level burnout

Section B: Depersonalisation

“Depersonalisation” (or loss of empathy): Rather a “dehumanisation” in interpersonal relations. The notion of detachment is excessive, leading to cynicism with negative attitudes with regard to colleagues, feeling of guilt, avoidance of social contacts and withdrawing into oneself. The professional blocks the empathy they can show to their colleagues.

Total 5 or less: Low-level burnout

Total between 6 and 11 inclusive: Moderate burnout

Total of 12 and greater: High-level burnout

Section C: Personal Achievement

The reduction of personal achievement: The individual assesses themselves negatively, feels they are unable to move the situation forward. This component represents the demotivating effects of a difficult, repetitive situation leading to failure despite efforts. The person begins to doubt their genuine abilities to accomplish things. This aspect is a consequence of the first two.

Total 33 or less: High-level burnout

Total between 34 and 39 inclusive: Moderate burnout

Total greater than 40: Low-level burnout