

Es médico de familia en el Centro de Salud de Piedrabuena y coordinador del grupo de trabajo de Salud Mental de SEMERGEN (Sociedad Española de Medicina Rural y Generalista)

“El médico con burnout”, por Ramón G. Correales

El Dr. González ofrece en su libro recursos útiles para desarrollar un método de “autocuidado” y evitar las consecuencias que produce el estrés sanitario.

Colegio Oficial de Médicos de Ciudad Real

RAMÓN GONZÁLEZ CORREALES presentó en el Colegio de Médicos de Ciudad Real el libro “*El médico con burnout: Conceptos básicos y habilidades prácticas para el médico de familia*”.

El síndrome de burnout es un estado en el que se produce un agotamiento emocional, deshumanización con el entorno de trabajo y baja realización personal, que tiene en su origen a un profesional que no ve cumplidas sus expectativas de trabajo. Este síndrome se da sobre todo cuando el trabajo está relacionado con personas, en este sentido el médico es uno de sus principales candidatos.

Sin formación humanística

En medicina cada vez hay más avances técnicos pero se ha abandonado la formación humanística. En una profesión como ésta, un aprendizaje de recursos psicológicos y humanísticos tienen que formar parte de la profesionalidad de todo médico. En ello va la satisfacción personal y parte de la eficacia profesional.

El médico está en contacto con enfermedades, viven en una situación de ansiedad, de incertidumbre, de toma de decisiones, las expectativas sociales cambian constantemente...

“El síndrome de burnout es una respuesta inadecuada a un estrés emocional crónico cuyos rasgos principales son: un agotamiento físico y psicológico o emocional, una actitud fría y despersonalizada en la relación con los demás y un sentimiento de inadecuación para las tareas que se han de realizar”

te... y todo ello genera estrés sanitario, al que cada profesional se enfrenta con sus propios recursos. La idea es que todo médico de cualquier especialidad en sus bagajes de conocimientos tenga ciertos recursos psicológicos que le permitan cuidarse.

Lo que aporta

Lo que RAMÓN GONZÁLEZ aporta en este libro, teniendo como tiene experiencia en psicoterapia cognitiva son algunos recursos que pueden ser útiles para desarrollar un método de “autocuidado” que es, sobre todo, un entrenamiento entre-

tenido. Si a pesar de este aprendizaje hubiera situaciones que desbordasen al profesional y que no puede controlar, llegará el momento de pedir ayuda: los propios compañeros, la familia o los profesionales de la salud mental.

El manual ha surgido de la colaboración entre dos grupos de trabajo de SEMERGEN (Sociedad Española de Medicina Rural y Generalista), uno el de Salud Mental que coordina RAMÓN GONZÁLEZ CORREALES y otro de Neurología que coordina VÍCTOR M. GONZÁLEZ RODRÍGUEZ.

Retos en la salud mental

“El médico con burnout” es el primer libro de una serie que responde al título **Retos en la Salud Mental del siglo XXI en Atención Primaria**, y que aunque con distintos autores están coordinados por los dos profesionales arriba reseñados. El siguiente volumen publicado, a punto de presentarse en público, será referente al mobbing.

La publicación de estos ejemplares, de distribución nacional, forma parte de un proyecto más amplio de la Sociedad Española de Medicina Rural y Generalista. Alrededor de estos manuales se ofertan charlas o sesiones clínicas en centros de salud o colegios profesionales como la que ofreció el Dr. Glez. Correales recientemente en la sede del Colegio de Médicos de Ciudad Real. ▲



El Dr. Ramón González Correales

