

BURN OUT EN EL MÉDICO. UN ENFOQUE INTEGRAL PARA SU COMPRENSIÓN Y MANEJO

20 MARZO 2025

Salón de Actos del Colegio
de Médicos de Ávila

17:00 h a 20:00 h

PONENTES:

Dra. Dña. Arancha Duque Domínguez.
Psiquiatra del Complejo Asistencial de Ávila

Dra. Dña. Sonsoles Sánchez Grande.
Médico del Trabajo del Complejo
Asistencial de Ávila.

*** ENTRADA LIBRE HASTA COMPLETAR AFORO.**



La medicina es una profesión que exige altos niveles de compromiso, empatía y dedicación, pero también es un entorno que puede llevar a un desgaste físico, emocional y mental significativo.

El burnout no es sólo una cuestión de fatiga; es un fenómeno complejo que puede afectar a nuestra salud, nuestra calidad de vida y, en última instancia, nuestra capacidad para ofrecer un cuidado adecuado a quienes confían en nosotros. Tenemos que aprender a cuidarnos a nosotros mismos.

Les invitamos a participar activamente, a reflexionar y a aprovechar este momento para priorizar su salud y su bienestar. En este espacio, exploraremos qué es el burnout, cómo identificarlo y reconocer sus señales en nosotros mismos y en nuestros colegas, y, sobre todo, cómo enfrentarlo.

PROGRAMA

1. Definición del burnout. Historia y origen del término
2. Factores de riesgo específicos para los médicos. Aumento de prevalencia.
3. Consecuencias del burnout: Efectos en la salud física y mental del médico y en la calidad de atención al paciente. Impacto en el equipo de trabajo y el entorno laboral.
4. Identificación de síntomas de burnout. Síntomas comunes en los médicos. Cuestionarios de autoevaluación.
5. Estrategias de prevención y manejo del burnout. Autocuidado. Apoyo social y profesional. Mejoras en el entorno laboral. Intervenciones organizacionales.
6. Casos prácticos y discusión grupal.