

Propuesta de intervención grupal para la prevención secundaria del Síndrome de Burnout en profesionales de la salud

BUZZONI, FLORENCIA ANDREA
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
FLORENCIA.BUZZONI@GMAIL.COM

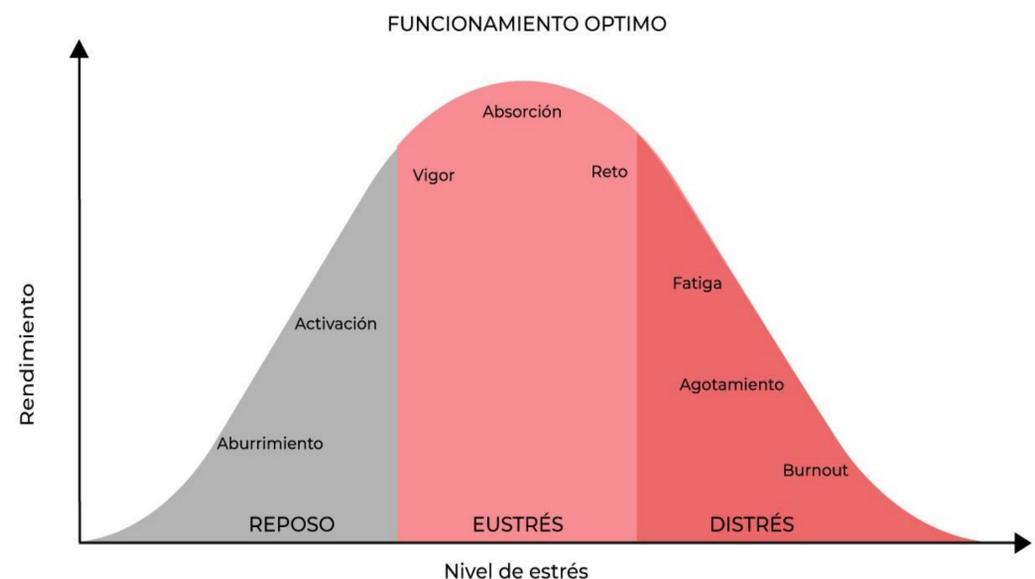
UNIVERSIDAD
SIGLO 21
OPEN LAB 2025

¿Cómo puede una intervención grupal de tipo psicoeducativo contribuir a la prevención del síndrome de burnout en profesionales de salud mental?

El burnout representa una problemática creciente en el ámbito sanitario. Esta propuesta busca abordarlo desde la prevención secundaria, mediante una intervención breve y focalizada.

Objetivo

Conformar un dispositivo grupal en modalidad de taller cuyo objetivo sea la prevención secundaria del Síndrome de Burnout en el Hospital San Antonio de Padua dirigido a los profesionales del Área de Salud Mental.



Método

Se propone una intervención grupal compuesta por cinco encuentros semanales, de entre 1 y 2 horas, dirigidos a 15 profesionales de la salud mental. La modalidad será teórico-práctica, incluyendo técnicas como mindfulness, relajación muscular, comunicación asertiva y reestructuración cognitiva. Se prevé evaluar la efectividad mediante cuestionarios autoadministrados y observación participante.

Principales resultados

Se prevé que la intervención contribuya a:

- Incrementar el conocimiento de los profesionales sobre el burnout.
- Favorecer el desarrollo de estrategias de afrontamiento eficaces.
- Disminuir la vulnerabilidad frente al estrés.
- Promover un clima laboral más saludable.

Discusión

La intervención combinó teoría y práctica para brindar herramientas frente al burnout, propiciando un espacio de contención, aprendizaje y cohesión entre colegas. Esto favorece la construcción de redes de apoyo y puede sentar las bases para estrategias preventivas institucionales. Si bien el formato mostró fortalezas, su corta duración podría limitar el impacto a largo plazo. Futuras intervenciones de prevención primaria permitirían abordar factores de riesgo psicosociales desde su origen, potenciando la eficacia del programa.

