

**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA AGRARIA DE COLOMBIA
FACULTAD DE CIENCIAS AGRARIAS
PROGRAMA DE MEDICINA VETERINARIA**



**FACTORES DE RIESGO DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES Y
PROFESIONALES DE MEDICINA VETERINARIA**

**Preparado por:
JUANA VALENTINA ALFONSO ROA
FELIPE PERILLA CELY**

ID: 21255-24761

**Tutor:
VICTOR MANUEL ACERO PLAZAS, M.V., M.Sc.**

2024

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	5
ABSTRACT.....	6
1.INTRODUCCIÓN.....	7
2.OBJETIVOS.....	9
2.1GENERAL.....	9
2.2 ESPECÍFICOS.....	9
3.MARCOS DE REFERENCIA	10
4.1 Marco conceptual.....	10
4.1.1 Síndrome de burnout.....	10
4.1.2 Síndrome burnout académico.....	10
4.1.3 Depresión.....	10
4.1.4 Estrés moral.....	10
4.2 Marco teórico.....	11
4.2.1 Antecedentes síndromes de burnout.....	11
4.2.2 Factores influyentes en la presentación del síndrome de burnout y estrategias preventivas en veterinarios.....	11
4.2.2 Factores que influyen en la presentación del síndrome de burnout académico y estrategias preventivas en estudiantes de medicina veterinaria.....	11
4.2.3 Suicidio en profesionales de las ciencias veterinarios.....	11
4.2.4 Estrés en profesionales de la medicina veterinaria.....	11
4.2.4.1 Estresores biológicos.....	11
4.2.4.2 Estresores psicológicos.....	11
4.2.4.3 Estresores sociales y ambientales.....	11
4.3 Marco legal.....	24

4.3.1 Antecedentes Legales en Colombia.....	24
5. METODOLOGÍA.....	27
5.1 Criterios de inclusión.....	27
5.2 Criterios de exclusión.....	27
6. RESULTADOS.....	28
7. DISCUSIÓN.....	35
8. CONCLUSIONES	38
9.REFERENCIAS.....	39
10.ANEXOS.....	47

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Legislación nacional: leyes, decretos y resoluciones sobre el síndrome de <i>burnout</i> en Colombia	24
Tabla 2. Componentes del síndrome de burnout.....	29
Tabla 3. Estudios sobre los factores de riesgo del síndrome burnout en estudiantes.....	31

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Diagrama de búsqueda y selección de artículos	28
Figura 2. Componentes del síndrome de burnout.....	30
Figura 3. Factores de riesgo del síndrome de burnout en médicos veterinarios.....	31
Figura 4 Factores de riesgo del síndrome de burnout en estudiantes de medicina veterinaria.....	32
Figura 5 Aportes sobre estrategias preventivas del síndrome de burnout en médicos estudiantes veterinarios.....	34

ANEXO

Anexo 1	47
Anexo 2.....	48

RESUMEN

El síndrome de burnout es un problema social y de salud pública, que se presenta con mayor frecuencia entre los médicos veterinarios de todo el mundo. Es de tanta relevancia que ha sido descrito por la OMS como un riesgo laboral. **Objetivos:** determinar los factores de riesgo del síndrome de burnout en estudiantes y profesionales de medicina veterinaria. **Métodos:** se realizó una revisión de literatura donde se analizó la literatura científica, se realizó una búsqueda en las bases de datos Scopus, Science Direct, Pub Med y Biomed Central y se seleccionaron 38 estudios teniendo en cuenta los criterios de inclusión. **Resultados:** los resultados indican que los 3 componentes del síndrome de burnout son agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal, existe convergencia de la totalidad de estudios previos. De igual forma, se observó que existen tres riesgos fundamentales que impactan a los estudiantes de medicina veterinaria, un 100% son problemas académicos, 88% problemas financieros y 63% consumo de alcohol. Otros aspectos más bajos con 25% incluyen problemas personales y adicción a internet, por otro lado, los riesgos que enfrentan los profesionales veterinarios son carga laboral (100%), problemas financieros (93%) y estrés psicológico (57%) y mal ambiente laboral (57%) dejando sin poca relevancia la depresión, bajos salarios, falta de apoyo social. Por último, dentro de las estrategias para prevenir el síndrome de burnout presentados con frecuencia fueron programas de capacitación psicológica con 71% y apoyo profesional psicológico con 59%. **Conclusiones:** los efectos negativos son múltiples, es importante reconocer y profundizar para tomar las medidas de prevención y corrección necesarias.

Palabras clave: suicidio, medicina veterinaria, burnout profesional, burnout psicológico, educación veterinaria, agotamiento emocional, estrés laboral

ABSTRACT

Burnout syndrome is a social and public health problem, which occurs most frequently among worldwide veterinarians . It is of such relevance that it has been described by the World Health Organization(WHO) as an occupational hazard.

Objectives: to determine the risk factors for burnout syndrome in veterinary medicine students and professionals.

Methods: a literature review was carried out where the scientific literature was analyzed, a search was carried out in the Scopus, Science Direct, Pub Med and Biomed Central databases and 38 studies were selected taking into account the inclusion criteria. Results: the results indicate that the 3 components of burnout syndrome are emotional exhaustion, depersonalization and reduction of personal fulfillment, there is convergence of all previous studies. Similarly, it was observed that there are three fundamental risks that impact veterinary medicine students: 100% are academic problems, 88% financial problems and 63% alcohol consumption. Other lower aspects with 25% include personal problems and internet addiction, on the other hand, the risks faced by veterinary professionals are workload (100%), financial problems (93%) and psychological stress (57%) and poor work environment (57%) lagging behind the relevance of depression, low salaries, lack of social support.

Finally, among the strategies to prevent burnout syndrome, psychological training programs were frequently presented with 71% and professional psychological support with 59%.

Conclusions: the negative effects are multiple, it is important to recognize and deepen to take the necessary preventive and corrective measures.

Key words: suicide, veterinary medicine, professional burnout, psychological burnout, veterinary education, emotional exhaustion, work stress.

INTRODUCCIÓN

El síndrome de burnout, un estado de agotamiento emocional y despersonalización ha surgido como un tema crítico en el ámbito de la medicina veterinaria. En el contexto de una profesión caracterizada por una alta demanda emocional, largas horas de trabajo, la inequidad entre los médicos humanos y veterinarios, alta competencia interdisciplinaria (Weinborn *et al.*, 2019) y una dedicación inquebrantable al bienestar animal, los veterinarios enfrentan desafíos únicos que los hace propensos a experimentar el burnout. La medicina veterinaria al ser una profesión esencial para el cuidado de la salud animal y la protección de la salud pública resalta aún más la importancia de abordar este problema de agotamiento en la comunidad veterinaria (Elelu *et al.*, 2019).

Además, la bibliografía existente ha destacado preocupantes problemas ligados, como el abuso de sustancias y el suicidio, tanto en médicos veterinarios como en estudiantes de veterinaria (Elelu *et al.*, 2019). Los autores Ozturk *et al.*, (2021) señalan que la profesión de ciencias veterinarias tiene los índices más altos en suicidio en comparación a los índices de otras profesiones, en concordancia con esto Weinborn *et al.*, (2019) subrayan la relevancia de esta profesión y la necesidad de abordar de manera efectiva estos desafíos.

Asimismo, Traunmüller *et al.*, (2019), sostienen que la exposición del suicidio entre los veterinarios es tres veces superior que la población en general. La Organización Mundial de la Salud (2014) reconoció el suicidio como una prioridad de salud pública, en dicho año también se realizó la publicación del primer informe mundial titulado “prevención el suicidio: un imperativo global” donde se estima que alrededor de 700.000 personas al año se

suicidan (Organización Mundial de la Salud, 2021). Por consiguiente (Acero, 2013) resalta que, en estas cifras, se pueden llegar a encontrar diferentes casos de suicidios tanto en estudiantes como en profesionales veterinarios.

Un estudio adelantado por Brscic *et al.*, (2021) identificó que el agotamiento se acentúa especialmente en los estudiantes en formación veterinaria al sustentar que estos alumnos presentan estrés académico que desencadena en problemas de depresión, ansiedad, rendimiento académico bajo y dificultad para adaptarse. Adicionalmente, Puertas-Neyra *et al.*, (2020) identificaron una prevalencia del 32.3% del síndrome de burnout en los estudiantes de veterinaria de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. Ahora bien, la pandemia de COVID-19 afectó en los últimos dos años el bienestar y la salud mental de algunos médicos veterinarios (Volk *et al.*, 2022).

Esta revisión de literatura tiene como objetivo abordar las cuestiones relacionadas con el síndrome de burnout en veterinarios profesionales y estudiantes de esta materia, de manera que se describen los componentes del síndrome, se identifican sus riesgos y factores desencadenantes, por último, se proponen estrategias de prevención y mitigación. A medida que la profesión veterinaria evoluciona enfrenta desafíos cada vez mayores, es fundamental comprender el síndrome de burnout y el impacto en la salud pública.

3. OBJETIVOS

3.1. GENERAL:

Determinar los factores de riesgo del síndrome de burnout en estudiantes y profesionales de la medicina veterinaria.

3.2 ESPECÍFICOS:

- Describir los componentes del síndrome burnout.
- Identificar los diferentes factores que influyen en la presentación del síndrome de Burnout en estudiantes y profesionales de medicina veterinaria.
- Establecer estrategias para prevenir el síndrome de Burnout en estudiantes y profesionales de medicina veterinaria.

4. MARCOS DE REFERENCIA

4.1 MARCO CONCEPTUAL

4.1.1 Síndrome de burnout: el síndrome de Burnout, también llamado síndrome de desgaste profesional es un problema laboral que puede afectar gravemente la calidad de vida, la salud mental e incluso poner en riesgo la vida de quienes lo padecen (Saborío y Hidalgo, 2015).

4.1.2 Síndrome burnout académico: el burnout académico, también conocido como síndrome de agotamiento académico, se caracteriza por una respuesta inapropiada de malestar que afecta negativamente el desempeño en el ámbito académico, así como la salud física y mental de las personas (Puertas-Neyra *et al.*, 2020).

4.1.3 Depresión: es un trastorno mental común, que afecta el estado de ánimo de las personas y se manifiesta como una sensación persistente de tristeza o la pérdida de interés en actividades durante largos períodos de tiempo (Organización Mundial de la Salud, 2023). De acuerdo con la OMS (2023) la depresión es causada por una combinación de factores genéticos, biológicos, ambientales y psicológicos. La depresión está relacionada con estrés psicológico, es una enfermedad crónica que se determina por síntomas como dolor, fatiga y alteraciones en el sueño (Monticelli *et al.*, 2023).

4.1.4 Estrés moral: el estrés moral se manifiesta cuando una persona se encuentra ante dilemas éticos en su entorno laboral, es la tensión que surge al enfrentar situaciones en las que los valores personales y éticos chocan con las demandas de la empresa o la supervivencia profesional (Thurston *et al.*, 2021).

4.2 MARCO TEÓRICO

4.2.1 Antecedentes del síndrome de burnout

Posteriormente, en 1976 la psicóloga Cristina Maslach usó el mismo término para referirse a la pérdida de responsabilidades y desinterés entre su grupo de trabajo, su investigación se centra en comprender y abordar los factores psicosociales que contribuyen al agotamiento y al estrés ocupacional, el burnout es la consecuencia de elementos como baja realización personal en el trabajo, agotamiento emocional y despersonalización (Carlín y Garcés, 2010).

En 1980, cada persona que padece síndrome de burnout tiene que pasar por cuatro etapas: entusiasmo, estancamiento, frustración y apatía más adelante en 1981, se describe el síndrome de burnout como un agotamiento emocional, físico y mental (Carlín y Garcés, 2010).

Uno de los enfoques pertinentes para evaluar el síndrome de burnout en diversas ocupaciones, incluida la práctica veterinaria, se encuentra la aplicación del Maslach Burnout Inventory (MBI), hoy en día persiste como el instrumento más ampliamente reconocido y empleado, su prominencia se justifica en su extenso uso en múltiples investigaciones, desempeñando un papel fundamental al proporcionar una estructura de referencia (Carlín y Garcés, 2010).

4.2.2. Salud mental en profesionales de las ciencias veterinarias

El estudio realizado por Volk *et al.*, 2022, concluyó que la salud mental en la medicina veterinaria se vio afectada por la pandemia de COVID-19 y por la escasez de personal apto para el trabajo, este estudio se realizó por medio de un cuestionario con diferentes métodos de medición de salud mental y el bienestar, fue diligenciado por 2.495 veterinarios y 448 miembros del personal de apoyo veterinario los cuales pertenecían a la asociación de

veterinarios de Estados Unidos. A pesar de esto, se ha documentado que este síndrome persiste a través del tiempo.

De acuerdo con Connolly *et al.*, (2022) la salud mental es un tema esencial para los profesionales de la medicina veterinaria, quienes frecuentemente experimentan altos índices de depresión y ansiedad, así como agotamiento y tendencias suicidas. Además, según los autores Schunter *et al.*, (2022) los médicos veterinarios presentan un mayor riesgo de idea suicida en comparación a la población en general. De acuerdo con la AVMA (2015) el índice de ideas suicidas en médicos veterinarios es tres veces mayor a la de la población en general. Asimismo, Ozturk *et al.*, (2021) observaron altas tasas de pensamientos suicidas puntualmente en EE. UU donde se encuestaron 11.627 veterinarios, de estos el 17% han tenido ideas suicidas, para el caso de Reino Unido 14 de 15 estudios afirman que los profesionales veterinarios están en riesgo de suicidio y un estudio realizado Australia entre los años 2001 y 2012 comprueban que las tasas de suicidio en medico veterinarios fue casi el doble en comparación a la población en general.

Adicionalmente, un estudio demostró que las mujeres médicas veterinarias son más propensas en buscar ayuda profesional en comparación con los médicos veterinarios, se observa que $\frac{1}{3}$ de la población de médicos veterinarios han llegado a desarrollar episodios depresivos y $\frac{1}{4}$ de la población de médicos veterinarios han tenido ideas suicidas (Stetina y Krouzecky, 2022).

La teoría psicosocial interpersonal del comportamiento suicida define 3 aspectos, los cuales contribuyen al suicidio, el primero, la sensación de desconexión y aislamiento de los demás, el segundo, la percepción de peso que se relaciona con las diferentes series de acontecimientos entre los que también se incluye la acumulación de deudas estudiantiles elevadas y aspectos personales como la capacidad, es decir el acceso a los medios, por último

la vergüenza, que hace referencia a la señal de alarma temprana de riesgo de suicidio (Hamood, 2020).

Un estudio realizado por la AVMA (American Veterinary Medical Association, 2015) de salud mental demostró que los médicos veterinarios tienen una mayor probabilidad de sufrir trastornos psicológicos en comparación con la población adulta, dentro de los resultados encontrados por los autores los más relevantes son que tanto hombres como mujeres presentan mayores problemas psicológicos graves frente a la población en general.

Un estudio realizado por los autores Zimmermann *et al.*, (2023) en Austria sobre la comparación de la mortalidad a causa del suicidio de diferentes profesiones del sector salud: odontología, farmacéutica, medicina humana y medicina veterinaria frente a otras profesiones como lo son derecho, notario y fiscal. En el resultado de este estudio se observó que tanto las mujeres y los hombres médicos veterinarios tienen un mayor riesgo de suicidio que la población en general, se menciona que las mujeres profesionales de la salud tienen un mayor riesgo de suicidio y se observa que el método empleado con mayor frecuencia para el suicidio en los profesionales de la salud es el envenenamiento.

Nett *et al.*, en 2015 realizaron una investigación donde se busca evaluar la prevalencia de los factores de riesgo de suicidio y actitudes sobre enfermedades mentales mediante una encuesta a 11.627 a profesionales y estudiantes de medicina veterinaria en EE. UU, la cual mostro un resultado uno de cada 11 veterinarios mostro angustia psicológica grave, 1 de cada 6 mostró ideas suicidas.

4.2.3 Factores influyentes en la presentación del síndrome de burnout y estrategias preventivas en veterinarios

Múltiples factores, como la carga de trabajo y la asistencia profesional, la ubicación y la falta de información impiden que muchos tomen medidas debido al tiempo (Connolly *et al.*, 2022). De manera similar, otra encuesta realizada de manera complementaria hacia el personal de apoyo veterinario demostró puntuación más baja en bienestar y salud mental, y más alto en agotamiento que los veterinarios (Connolly *et al.*, 2022). Según Hummer *et al.*, (2023) el trastorno de salud mental en los estudiantes de medicina veterinaria no solo involucra su bienestar si no también el ámbito académico, es importante diferenciar estos factores que como depresión, ansiedad, insomnio, estrés que puedan poner en riesgo la vida de los estudiantes. Además, los médicos veterinarios jóvenes suelen presentar falta de preparación y práctica esto genera agotamiento y puede afectar su salud mental (Mastenbroek, 2017).

Un estudio realizado por Vande *et al.*, (2018) describen los diferentes factores estresantes relacionados con la profesión veterinaria por medio de unas encuestas realizadas a 1422 médicos veterinarios en EE. UU. donde se observa una división entre categorías y subcategorías.

Son 14 categorías: Inseguridad financiera, clientes, problemas interpersonales o de compañeros de trabajo, equilibrio entre la vida personal y laboral, cuestiones de gestión, presión laboral, sector público y privado, capacitación o dotación del personal, sentimientos de insuficiencia, cuestiones personales, futuro de la profesión, estrés de los animales, percepción pública negativa, altas expectativas personales, academia (Vande *et al.*, 2018).

Por otro lado según (Vande *et al.*, 2018) se encuentran sus subcategorías las cuales son: inseguridad financiera, bajos ingresos, costo de mantener práctica, bajo retorno de la inversión,

deuda, perspectivas laborales y de jubilación; para clientes, aquellos que no quieren o no pueden pagar, expectativas poco realistas para el tratamiento, falta de cumplimiento o responsabilidad por la mascota y expectativas de disponibilidad; para problemas interpersonales o de compañeros de trabajo, falta de apoyo, ambiente de trabajo, compañeros de trabajo abusivos o intimidantes, prácticas poco éticas; para equilibrio entre la vida personal y laboral, estar de guardia; para cuestiones de gestión, falta de apoyo u orientación, manejo abusivo o de intimidación; para presión laboral, otros autores como Vande *et al.*, 2018 mencionan que demasiadas responsabilidades, miedo a los errores o al fracaso, cirugía complejidad; para sector privado o público: políticas gubernamentales o de la junta estatal, competencia, ética; para capacitación o dotación del personal: personal poco calificado o falta de formación, falta de personal; para sentimientos de insuficiencia, saber ayudar pero no poder, subestimado o falta de respeto, sin saber cómo ayudar, los prejuicios de género; para cuestiones personales, familia, enfermedad, aburrimiento o falta de idoneidad laboral; para futuro de la profesión, cambio de enfoque hacia las ganancias, avance de tecnología o método; para estrés de los animales. fatiga por compasión o pena, sufrimiento o maltrato del dueño, riesgo de lesión; para percepción pública negativa, redes sociales e internet; finalmente, las altas expectativas personales y academia que hace referencia a financiación a investigación no poseen subcategorías (Vande *et al.*, 2018).

Los aportes de Ashton *et al.*, (2022) tienen mucho en común con Vande *et al.*, (2018) al considerar que la carga laboral, mala remuneración, trabajo prolongado, falta de reconocimiento de la profesión, expectativas y emociones del cliente como factores que influyen en la presentación de síndrome de burnout.

Según (Kogan y Rishniw, 2023) la angustia moral es un factor desencadenante para la presencia del síndrome de burnout en profesionales de medicina veterinaria, la angustia de este

tipo se puede dar en situaciones donde hay un sentimiento de complicidad en malas acciones al existir determinada creencia personal de lo ético. También, en casos donde hay un sentimiento de falta de voz, falta de poder, o carencia de conocimiento y experiencia. Adicionalmente, malas acciones asociadas con valores profesionales y experiencias repetidas (Kogan y Rishniw, 2023). La angustia moral en los profesionales de medicina veterinaria tiende a tener un impacto psicológico de sentimientos dolorosos, desequilibrio psicológico, impacto negativo en la seguridad del paciente, fatiga por compasión, la salud mental y la calidad de vida profesional (Moses *et al.*, 2018).

Volk *et al.*, (2022) mencionan varios factores que favorecen la presencia de niveles altos de estrés conflictos éticos, limitantes financieras de los clientes que afectan el cuidado e instauración de tratamiento de las mascotas, sobrecarga laboral, quejas y reclamos de los clientes y errores, lidiar con enfermedades y muertes de las mascotas y la atención a clientes inestables emocionalmente o con problemas financieros.

Un detonante del síndrome de burnout que vale la pena considerar es el uso frecuente del internet (Chui *et al.*,2023) dado que puede generar adicción a los juegos de vídeo, mal rendimiento académico, trastornos en la alimentación y esto se convierte en un problema de salud mental generando depresión, ansiedad, los estudiantes universitarios son los más afectados por sus hábitos y estilos de vida, en áreas de ciencias de la salud como medicina veterinaria. Varios factores como falta de tiempo libre, problemas de salud, problemas socioeconómicos, obligaciones académicas como trabajos y exámenes (Živojinović *et al.*, 2020).

Desde la posición de Nicola *et al.*, (2023), el duelo definido como una respuesta a una pérdida de sentimientos como tristeza, comportamientos, retraimiento social que desemboca en síndrome de burnout es un mal que aquejan a los médicos veterinarios puesto que estos viven

en constante lucha, demandas laborales y conflictos a lo largo de su profesión. De acuerdo con (Hamood, 2020) la gestión inadecuada del duelo relacionado con la pérdida de pacientes o situaciones difíciles en la práctica veterinaria puede afectar la salud mental y bienestar al contribuir al desarrollo del síndrome de burnout entre los profesionales de la salud animal. Ahora bien, se puede prevenir el síndrome de burnout tanto en médicos veterinarios y estudiantes de medicina veterinaria por medio de intervenciones dirigidas a aquellos grupos de alto riesgo, estos tienen una mayor probabilidad de sufrir de salud mental tras un acontecimiento adverso. Dada la alta incidencia de síndrome de burnout en veterinarios, se debe cultivar una cultura inclusiva que cree un valor de pertenencia para todos los miembros (Hamood, 2020).

Además, los autores Volk *et al.*, (2022) recomiendan que una manera de reducir la presencia del estrés laboral va de la mano de la manera con que se intente solucionar los problemas que se presentan, también generan algunas recomendaciones a los empleadores dentro de las cuales se pueden contemplar, brindar asesoría financiera para los profesionales veterinarios con deudas estudiantiles u otros problemas financieros, generar entornos más seguros donde los empleados se sientan cómodos buscando ayuda profesional, disminuir el estigma asociado con los problemas relacionados con la salud mental, promover programas de asistencia al empleado y un seguro médico que cubra el tratamiento de salud mental, así como implementar y fomentar una cultura de trabajo saludable.

Así mismo, la terapia de aceptación y compromiso juegan un rol importante en el aprendizaje emocional y posterior a esto el desarrollo de resiliencia. Las organizaciones gubernamentales y facultades juegan un rol importante para ayudar a generar resiliencia frente a la vergüenza en los profesionales y estudiantes de las ciencias veterinarias. Lo cual requiere

de empatía por parte de los demás colegas profesionales en el área de trabajo. El entorno laboral cumple un rol importante ya que en aquellos entornos donde se presencia el acoso, racismo, sexismo o menor capacidad de empatía están asociados a presentar espacios con mejor desarrollo de resiliencia a la vergüenza (Hamood, 2020).

Los autores Ozturk *et al.*, (2021) realizaron un estudio en Estambul dirigido a 447 estudiantes de medicina veterinaria, con el fin de examinar los niveles de burnout y sus determinantes; donde los autores realizaron una relación entre los niveles de burnout y la cantidad de estudiantes que abandonan los estudios donde concluyeron que aquellos estudiantes que padecen el síndrome burnout durante su ciclo académico lo más probable es que a nivel profesional también lo padezcan, dentro de los factores que afectan a los estudiantes está la motivación, problemas interpersonales, económicos y otros como falta de disposición por parte de los estudiantes para ampliar sus conocimientos, complejidad del estudio y también se le recomienda a las facultades tener un poco más interés por la salud mental de sus estudiantes y tener esto en cuenta a la hora de generar los planes de estudios.

De igual manera, es conveniente que desde las instituciones reconozcan las manifestaciones del burnout, los cuales son la negación, aislamiento, ansiedad, miedo o temor, depresión, ira, adicciones, cambios de personalidad, culpabilidad y cargas excesivas de trabajo, se presentan cambios en la alimentación, con pérdida o ganancia de peso, pérdida de memoria y desorganización, dificultad para dormir y puede haber trastornos del sueño (Saborío y Hidalgo, 2015). Otra de las consecuencias del burnout es que se está limitando a los médicos veterinarios para desarrollar su papel en la sociedad como brindar una seguridad alimentaria, velar por la salud de los animales y de las personas (Perret *et al.*, 2020).

Las señales del agotamiento leve son el cansancio, descontento, dificultad para realizar labores personales. Mientras que el nivel moderado se caracteriza por el cinismo, aislamiento, negativismo y el grave consiste en exceso de alcohol y drogas, así como automedicación de psicofármacos. Además, el nivel extremo muestra aislamiento muy marcado, colapso y suicidio (Saborío y Hidalgo, 2015).

Con respecto a los datos relacionados con estudiantes de medicina veterinaria, se observa una tendencia preocupante hacia la manifestación temprana de signos de burnout, señalando la importancia de intervenir en etapas formativas. De acuerdo con Emikpe *et al.*, (2022) el burnout en estudiantes de veterinaria está vinculado a las etapas académicas, siendo mayor en los años preclínicos debido a la adaptación a las nuevas demandas, soportando estos hallazgos Ozturk *et al.*, (2021) sustentan que las etapas preclínicas y clínicas impactan significativamente en el bienestar de los estudiantes, la comunicación directa con propietarios de pacientes y la gestión de situaciones desafiantes contribuyen a la despersonalización y desgaste emocional. Brindar apoyo adecuado durante estas fases críticas puede ayudar a mitigar el burnout.

Tal como lo señalan Puertas-Neyra *et al.*, (2020) quienes realizaron un estudio en Perú en la Universidad Peruana Cayetano Heredia en la facultad de medicina veterinaria y zootecnia, donde el 32.3% de los estudiantes encuestados presentan síndrome de burnout clínico, el estilo de vida de los estudiantes como: las horas de sueño, el consumo de tabaco y bebidas alcohólicas, sedentarismo, semestre actual cursado son factores que influyen para que se presente el síndrome de burnout en estudiantes.

Luego de estas reflexiones debe considerarse también el género de los estudiantes veterinarios puesto que se detectó que los hombres presentan mayor riesgo de consumir

sustancias psicoactivas, en comparación a las mujeres, que tienden a presentar alto estrés académico, ansiedad y depresión (Karaffa y Hancock, 2019). De manera similar, se demostró que los estudiantes de medicina veterinaria poseen tendencias altas al consumo de alcohol, en un estudio realizado, donde se encuestó una población de 210 estudiantes de medicina veterinaria, los cuales contestaron que el 86% habían ingerido bebidas alcohólicas en el último mes, en los resultados del estudio se observa que los estudiantes de las ciencias veterinarias optan por ingerir sustancias alcohólicas como manera de persuadir su angustia en frente a su formación estudiantil y profesional, los encuestados afirman que el ingerir alcohol genera niveles inferiores de angustia y estrés (Diulio *et al.*, 2015).

Los autores Emikpe *et al.*, (2022) realizaron un estudio con una muestra de 185 estudiantes en la Facultad de Medicina Veterinaria de la universidad Kwame Nkrumah - Ghana, la muestra del estudio fueron estudiantes de diferentes semestres donde los encuestados se encuentran ubicados en diferentes escenarios socioeconómicos y étnicos, incluidos estudiantes internacionales, el resultado del estudio se observaron altos niveles de despersonalización donde sus factores de riesgos se encuentran el semestre de carrera cursado, el lugar de residencia del estudiante y las horas que el estudiante dispone para dormir, estos autores recomiendan a la facultad aumentar su atención y así facilitar herramientas para afrontar el aumento de la despersonalización en los estudiantes de dicha facultad.

Pohl *et al.*, (2022) realizaron una investigación donde su objetivo fue poder identificar los factores de estrés relacionados al trabajo en los profesionales de medicina veterinaria, la revisión bibliográfica se llevó a cabo en estudios entre el año 2000 y 2021. Dentro de los factores encontrados se observa que la carga laboral, las horas trabajadas, los problemas éticos por las opciones de tratamiento, desigualdad laboral, presión para desempeñarse, problemas

financieros, demandas/expectativas de los clientes. Estos estresores mencionados anteriormente tienen un impacto a nivel psicológico y se asocian con los trastornos de ansiedad, depresión y demencia. Los autores mencionan que las largas jornadas laborales aumentan la mortalidad hasta un 20%, también los problemas generados en el trabajo pueden llegar a generar conflictos en la vida personal de los profesionales de las ciencias veterinarias, Según (Chan y Wong, 2023), en algunos países los médicos veterinarios sufren de depresión, y ansiedad ya sea por una intensa competencia en el ámbito laboral y por un costo elevado de alquiler de su negocio, aumentó en horas de trabajo, expectativas y quejas de los clientes y críticas públicas, si no se realiza una solución entre veterinario y propietario.

En cuanto a los estresores Stetina y Krouzecky en 2022 los clasificaron de la siguiente manera:

4.2.4.1 Estresores biológicos: Jornadas laborales largas, problemas personales, aumento de demandas laborales, menores recursos profesionales y personales (Stetina y Krouzecky, 2022).

4.2.4.2 Estresores psicológicos: Sospecha de abuso de mascotas, interacción con propietarios de las mascotas, limitaciones financieras para instauración de tratamientos y aplicación de eutanasia, en la revisión bibliográfica los autores nombran que estos estresores están ligados a la presencia de angustia psicológica, ansiedad, depresión, agotamiento y riesgo de suicidio (Stetina y Krouzecky, 2022).

4.2.4.3 Estresores sociales y ambientales: Carga de trabajo, problemas financieros, interacción con los clientes, equilibrio entre la vida personal y el trabajo (Stetina y Krouzecky, 2022).

Varios autores proporcionan una investigación lúcida del estrés como un factor detonante del burnout, Traunmüller *et al.*, (2019) señala que las largas jornadas de estudio, exámenes, estrés laboral y la dificultad para adaptarse a nuevos entornos. De manera similar, Mastenbroek *et al.*, (2013) sostienen que los veterinarios suelen presentar estrés por algunos aspectos como demandas de trabajo que implican esfuerzo mental y físico constante por el empleado asociado a costos psicofisiológicos, como problemas en el hogar, la carga de trabajo, la inseguridad laboral, por otro lado los recursos laborales son aspectos para alcanzar logros los cuales es responsabilidad de cada empleado cumplirla para poder alcanzar las metas propias y su transformación profesional.

De acuerdo con (Mastenbroek *et al.*, 2013), los grupos de interés pueden establecer estrategias para mitigar el burnout en estudiantes de veterinaria. A través de la creación de políticas y programas de apoyo específicos para estudiantes. Adicionalmente conocer estas causas puede llevar a generar cambios en la manera como se gestiona y práctica la medicina veterinaria lo que a su vez generaría bienestar a los animales.

La autoeficacia, se consideró un componente crucial para aumentar el compromiso con el trabajo y reducir la tasa de síndrome de burnout (Spontón *et al.*, 2018).

En la investigación llevada a cabo por Hu *et al.*, 2020, exploraron los factores que contribuyen a la exacerbación del síndrome de burnout. El estudio se centró específicamente en la interconexión entre el compromiso laboral, el liderazgo organizacional y sus implicaciones en la salud mental de los empleados. Los resultados revelaron que la relación

adversa entre el estado de ansiedad y el compromiso con el trabajo disminuye notablemente en situaciones donde la percepción del liderazgo era positiva y destacada. Este hallazgo resalta la importancia del liderazgo percibido como un recurso fundamental para preservar el bienestar y el rendimiento efectivo de los trabajadores.

De acuerdo con Matziari *et al.*, 2017 llegaron a la conclusión de que las prácticas y valores organizacionales descritos como aquel conjunto de apoyos, objetivos, innovación y reglas tienen un impacto en la presentación del síndrome de burnout. De manera complementaria, en el estudio llevado a cabo por Acuña *et al.*, (2021), se identificó una asociación positiva y estadísticamente significativa entre el compromiso laboral, así como la percepción de recibir respaldo por parte de la organización para hacer frente a los desafíos inherentes al trabajo durante la pandemia. Asimismo, se evidenció una relación negativa y significativa entre el apoyo percibido y el síndrome de burnout.

Por otro lado, Capone *et al.*, 2019, dice que el liderazgo a nivel organizacional se posiciona como un elemento crucial en el contexto del síndrome de burnout en veterinarios, ya que puede influir de manera significativa en su mejora o exacerbación. La implementación de estrategias dirigidas a mitigar el malestar y optimizar los procesos de evaluación del ambiente laboral tiene un impacto positivo en la eficacia colectiva, el clima laboral y la justicia organizacional

Algunos autores sugieren promover un equipo de trabajo más unido, crear políticas que apoyen al veterinario donde las horas de trabajo no excedan a las establecidas, mejorar prácticas y capacitación del personal (Vande *et al.*, 2018). Asimismo, Volk *et al.*, (2022) menciona que se debe implementar programas de apoyo psicológico, seguros que cubren estos gastos y generar una cultura de trabajo saludable.

4.3 MARCO LEGAL

En esta sección se aborda detalladamente la legislación relevante que incide en la temática objeto de este estudio. El marco legal colombiano ofrece herramientas para abordar el burnout en veterinarios, reconociendo la importancia de su salud mental y bienestar. Estas disposiciones deben ser consideradas en el presente trabajo para comprender el contexto normativo en el que se desenvuelven los profesionales veterinarios en Colombia.

4.3.1 Antecedentes Legales en Colombia

En la Tabla 1 se puede observar la normativa legal vigente en relación con la salud mental donde se recopila y analiza información orientada a la salud mental en profesionales como: Leyes, normas y resoluciones. Cabe aclarar que antes del Decreto 1477 de 2014, se hablaba principalmente de estrés laboral como una consecuencia de las condiciones de trabajo. Con la implementación del Decreto 1477, se amplió la perspectiva para incluir el síndrome de burnout, de esta manera la normativa busca prevenir, diagnosticar y tratar estas condiciones para garantizar un entorno laboral más seguro y saludable.

Tabla 1. Legislación nacional: leyes, decretos y resoluciones sobre el síndrome de burnout en Colombia

Legislación nacional	
Resolución 2646 de 2008	Se instauran disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a

factores de riesgo psicosocial en el trabajo. Algunos de sus conceptos abarcan temas sobre salud mental refiriéndose al estrés ocupacional y sugiere medidas preventivas para mejorar con los factores psicosociales en el trabajo (Ministerio de Salud y Protección Social, 2008).

Se dictan disposiciones de la salud mental en Colombia, prevenir el trastorno mental para una mejor calidad de vida.

Ley 1616 del 2013

Se menciona que las empresas deben garantizar a sus trabajadores programas sobre la prevención de la salud mental. De igual manera los servicios para prevenir los trastornos mentales en adolescentes garantizando atención oportuna y un diagnóstico a tiempo.

El ministerio de salud ajustará los tratamientos de alto costo con la finalidad de introducir patologías de salud mental que requieran atención inmediata. Esta ley se

refiere al estrés (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013).

Decreto 1477 de 2014

En el decreto la jurisprudencia nombra el síndrome de burnout, trastornos mentales y comportamiento donde destaca la importancia de la salud mental y el bienestar del trabajador (Ministerio de Salud y Protección Social, 2014).

Resolución 2764 de 2022

Trata los nuevos instrumentos para la medición del riesgo psicosocial. Presenta el protocolo de prevención del síndrome de trabajador quemado y una guía técnica para determinar el origen de los diagnósticos que pueden ser derivados del estrés, que tiene como objetivo orientar a los empleadores (Ministerio de Trabajo, 2022)

5. METODOLOGÍA

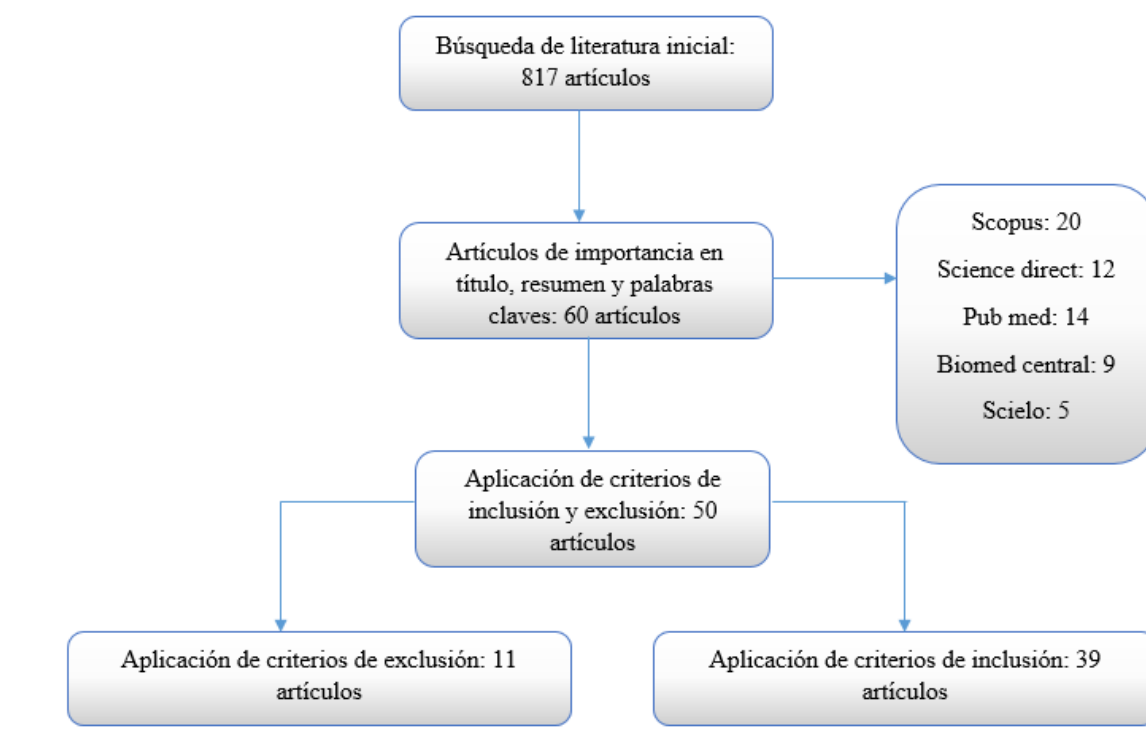
Una revisión de literatura se define como una estrategia de recopilación de evidencias acerca de una intervención o un tema específico. El propósito de una revisión es dar respuesta a una pregunta o problema de investigación, consolidar los hallazgos de la literatura existente en un período de tiempo, identificar vacíos en el conocimiento, aclarar o reforzar conceptos, informar acerca de los tipos de estudios o reunir la literatura existente de un tema. En general, una revisión sistemática se compone de cinco fases para el desarrollo, las cuales son: elaboración de la pregunta de investigación o problema, establecimiento de los criterios de inclusión/exclusión, revisión y selección de estudios (literatura), extracción de los datos y análisis de los resultados (Fernández-Sánchez *et al.*, 2020).

Se realizó una revisión sistemática de la literatura disponible en las siguientes bases de datos como: Scopus, Scielo, Science Direct, Pubmed y Biomed Central, el periodo de búsqueda fue de 2013 al 2023. Los términos MeSH/DeCS que se emplearon para la búsqueda fueron: Suicide, Veterinary Medicine, Burnout Professional, Burnout Psychological, Education, Veterinary (MeSH), Agotamiento emocional, estrés laboral (DeCS). Como criterios de inclusión que se tomaron en cuenta para la selección de la información: artículos científicos publicados entre 2013 y 2023, artículos en idioma español e inglés y artículos que incluyan palabras claves mencionadas anteriormente, artículos donde se mencionan profesionales y estudiantes de medicina veterinaria. Por otro lado, como criterios de exclusión se establecieron: información bibliográfica de fuentes no confiables (tesis, notas, páginas web), artículos científicos sin acceso libre, artículos duplicados, artículos cuyos objetivos estaban enfocados en síndrome de burnout en medicina humana, artículos publicados cuya fecha de publicación es inferior a 2013 y revisiones sistemáticas.

6. RESULTADOS

Para el proceso de búsqueda y clasificación de artículos se resumió utilizando un diagrama de búsqueda y la selección de artículos, como se observa en la Figura 1.

Figura 1. Diagrama de búsqueda y selección de artículos



Objetivo 1: Describir los componentes del síndrome de burnout.

En la tabla 2 se muestran los resultados del análisis de la revisión de literatura con respecto a este objetivo. De acuerdo con los resultados obtenidos en la presente revisión de literatura, en la Figura 2, se representan gráficamente tres componentes del síndrome de burnout, estos componentes son: agotamiento emocional (100%), despersonalización (81%) y reducción de la

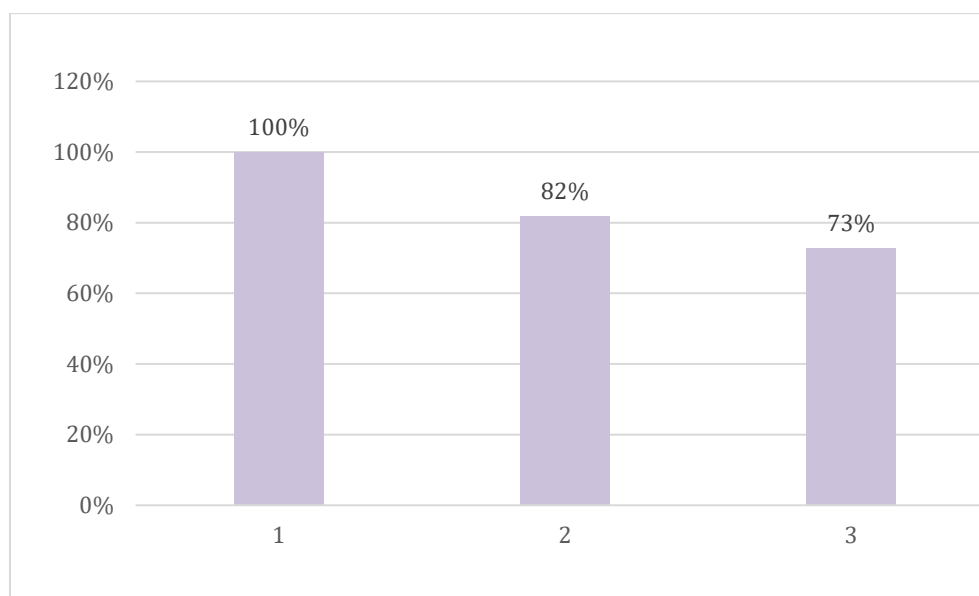
realización personal (72%). Asthon *et al.*, 2022, mencionan que la despersonalización se define como una alteración en la conciencia, sentirse desconectado del entorno, ser una persona distante con menor preocupación hacia sus colegas. De igual manera definen a la reducción de la realización o logro personales, como la falta de control sobre la calidad del trabajo, baja autoestima.

Tabla 2. Componentes del síndrome de burnout

Autor/Año	Agotamiento emocional	Despersonalización	Reducción de la realización personal
(Ashton <i>et al.</i> , 2022)	x	x	
(Emikpe <i>et al.</i> , 2022)	x	x	x
(Ozturk <i>et al.</i> , 2022)	x	x	x
(Mastenbroek <i>et al.</i> , 2017)	x		
(Steffey <i>et al.</i> , 2023)	x	x	x
(Moreira <i>et al.</i> , 2023)	x		
(Perret <i>et al.</i> , 2020)	x	x	x
(Arman <i>et al.</i> , 2023)	x	x	x
(Best <i>et al.</i> , 2020)	x	x	x
(Chigerwe <i>et al.</i> , 2021)	x	x	x
(Weinborn <i>et al.</i> , 2019)	x	x	x

En la figura 2, se evidencian los componentes del síndrome de burnout y el porcentaje clasificado en tres componentes: agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal.

Figura 2. Componentes del síndrome de burnout.



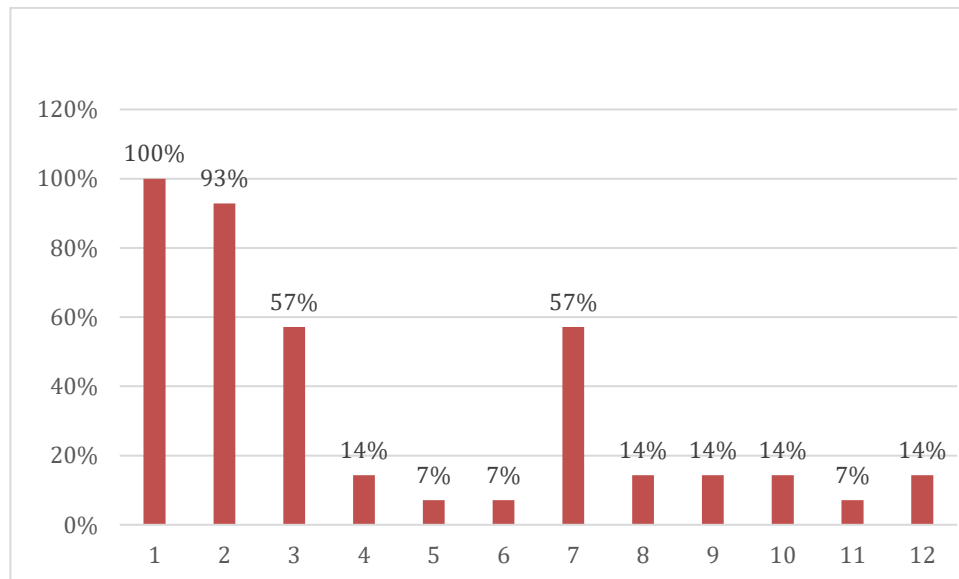
(1) **EE:** Agotamiento Emocional (2) **DP:** Despersonalización (3) **R.R.P:** Reducción de la realización personal

Objetivo 2: Identificar los diferentes factores que influyen en la presentación del síndrome de Burnout en estudiantes y profesionales de medicina veterinaria

Los factores de riesgo para el síndrome de burnout en médicos veterinarios se clasifican en doce evidenciados en el anexo 1. En la Figura 3, se observan los 4 principales factores asociados al síndrome de burnout que son: carga laboral (100%), problemas financieros (92%), estrés psicológico (57%), mal ambiente laboral (57%), estos 4 factores que son de gran importancia en el síndrome de burnout en médicos veterinarios. En comparación con: falta de apoyo social, falta de experiencia profesional, perfeccionismo, bajos salarios, mal ambiente laboral, falta de

apoyo profesional en psicología, otros y consumo de sustancia psicoactivas y de alcohol, son menos relevantes de las causas del síndrome de burnout en médicos veterinarios.

Figura 3. Factores de riesgo del síndrome de burnout en médicos veterinarios



(1)**C.L:** Carga Laboral, (2)**P.F:** Problemas financieros, (3)**EP:** Estrés psicológico, (4)**D:** Depresión, (5)**FAS:** Falta de apoyo social, (6)**BS:** Bajos salarios, (7)**M.A.L:** Mal ambiente laboral, (8)**FAP:** Falta de apoyo profesional en psicología, (9)**O:** Otros, (10)**F.E.P:** Falta de experiencia profesional, (11)**P:** Perfeccionismo, (12)**CSSA:** Consumo de sustancias psicoactivas y alcohol.

De acuerdo con los resultados obtenidos en la presente revisión sistemática se identificaron nueve factores de riesgo en estudiantes de medicina veterinaria de los cuales se señalan tres de mayor importancia, que contribuyen a la aparición del burnout en estudiantes (Tabla 3).

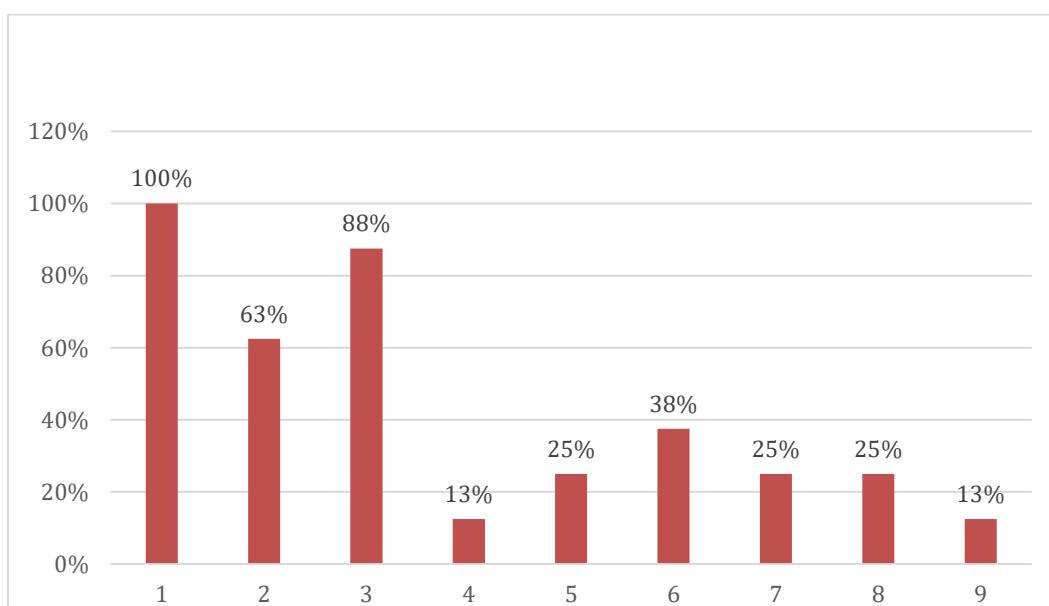
Tabla 3. Estudios sobre los factores de riesgo del síndrome de burnout en estudiantes

Autor/año	PA	CA	DF	PRP	CT	FD	PP	AI	CCS
(Chui <i>et al.</i> , 2023)	x		x			x		x	
(Diuliu <i>et al.</i> , 2023)	x	x	x						

(Emikpe <i>et al.</i> , 2022)	x		x				
(Hummer <i>et al.</i> , 2023)	x		x			x	x
(Karaffa <i>et al.</i> , 2019)	x	x	x	x			
(Ozturk <i>et al.</i> , 2021)	x	x					
(Puertas-Neyra <i>et al.</i> , 2020)	x	x	x		x	x	x
(Živojinović <i>et al.</i> , 2020)	x	x	x		x	x	x

Por otro lado, en la Figura 4 se observan los factores de riesgo del síndrome de burnout en estudiantes, se incluyen problemas académicos (100%), dificultades financieras (88%), consumo de alcohol (63%). Además, se consideran otros aspectos relevantes, falta de descanso, consumo tabaco, problemas personales, adicción al internet, problemas en la relación en pareja y consumo de sustancias psicoactivas.

Figura 4. Factores de riesgo del síndrome de burnout en estudiantes de medicina veterinaria.



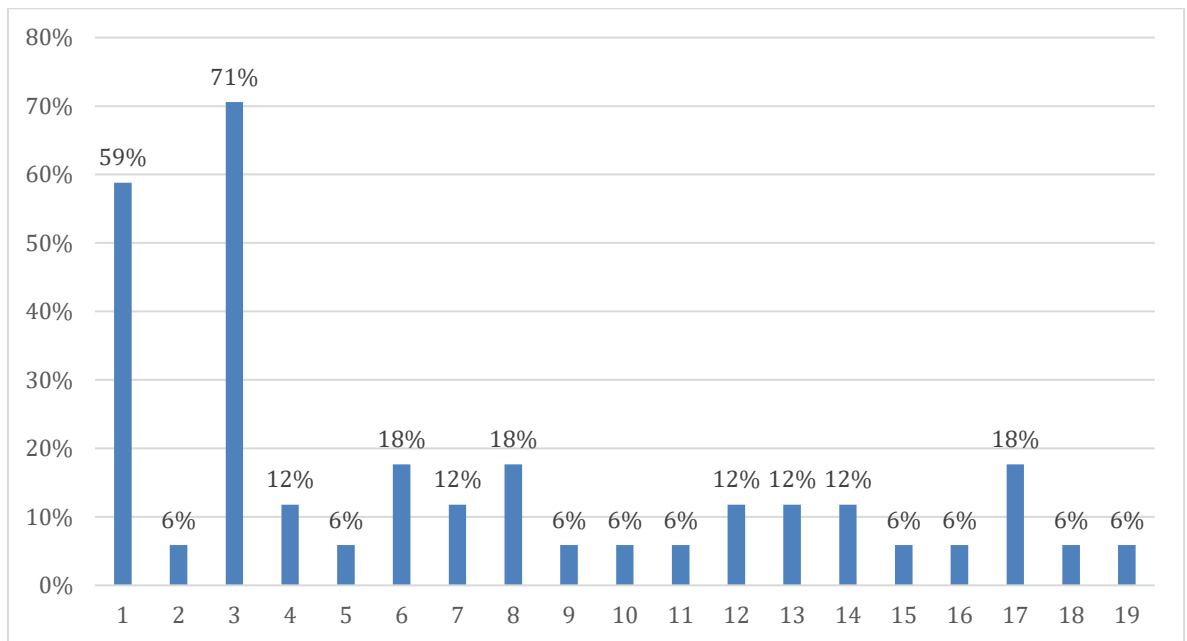
(1) **PA:** Problemas académicos, (3) **DF:** Dificultades financieras (2) **CA:** Consumo alcohol, (6) **FD:** Falta de descanso (7) **CT:** Consumo tabaco, (8) **PP:** Problemas personales (5) **AI:** Adicción a internet, (4) **PRP:** Problemas en la relación en pareja, (9) **CSS:** Consumo de sustancias psicoactivas.

Objetivo 3. Establecer estrategias para prevenir el síndrome de Burnout en estudiantes y profesionales de medicina veterinaria.

De acuerdo con los resultados obtenidos en la presente revisión sistemática se identificaron de treinta y dos artículos que mencionan las estrategias para prevenir el síndrome de burnout en estudiantes y profesionales de medicina veterinaria (Anexo 2).

Así mismo en la Figura 5, se observan los resultados de las estrategias para prevención de burnout, las de mayor importancia son: programas de capacitación psicológica (71%), apoyo profesional psicológico (59%), practicar deporte (18%), implementar medidas de apoyo (18%) tales como: implementar programas de asistencia al trabajador y seguro médico para tratamiento de salud mental, por ultimo empatía en el lugar de trabajo (18%), en comparación de otras estrategias que son menos relevantes como comer sano (12%), comunicación asertiva (12%), acceso a herramientas de políticas públicas de salud mental (12%), limitar agenda laboral (12%), fomento de buenos equipos de trabajo (12%), construcción de una identidad profesional (6%), relacionarse con otras personas (6%), evitar el consumo de alcohol y tabaco (6%), mejorar el hábito o higiene del sueño (6%), acceso al apoyo social (6%), normalizar temas de autocuidado en salud mental (6%), mejorar la comunicación profesional(6%), acceso a herramientas de gestión financiera o asesoría financiera (6%) y mejorar las habilidades de comunicación (6%).

Figura 5. Estrategias preventivas del síndrome de burnout en médicos veterinarios y estudiantes de medicina veterinaria



(3)PCS: Programas de capacitación psicológica, (1)APS: Apoyo profesional psicológico, (6)PD: Practicar deporte, (8)IMA: Implementar medidas de apoyo, (17)ET: Empatía en el lugar de trabajo, (4)AS: Alimentación sana, (7)CA: Comunicación Asertiva, (12)I.P.S.M: Implementación de la política nacional en salud mental, (13)LAL: Limitar agenda laboral, (14)FBT: Fomentar buenos equipos de trabajo, (2)CIP: Construcción de una identidad profesional, (5)R.P: Relaciones sociales o interpersonales, (9)ECAT: Evitar el consumo de alcohol y tabaco, (10)MHS: Mejorar el hábito o higiene del sueño, (11)BAS: Búsqueda de apoyo social, (15)NTASM: Normalizar temas de autocuidado en salud mental, (16)MCP: Mejorar la comunicación profesional, (18)A. H. G. F. acceso a herramientas de gestión financiera o asesoría financiera y (19)HC: Habilidades de comunicación.

7. DISCUSIÓN

De acuerdo con los resultados obtenidos en la presente revisión sistemática de literatura, los tres principales componentes del síndrome de burnout son agotamiento emocional (100%), despersonalización (82%), baja realización personal (72%). Este hallazgo muestra que el nivel de agotamiento de estudiantes y profesionales de medicina veterinaria es catalogado de alta presentación. Estos resultados son consistentes con los de Monticelli *et al.*, 2023, quienes en sus resultados demostraron niveles de agotamiento emocional (64%), despersonalización (59%) y baja realización personal (74%), esto podría atribuirse a hechos como: trabajar más de 60 horas semanales y altos niveles de depresión en profesionales de medicina veterinaria. Sin embargo, los hallazgos de esta revisión también coinciden con los autores Chigerwe *et al.*, 2014, quienes mencionan los estudiantes de medicina veterinaria presentan agotamiento emocional y despersonalización alta debido a cambios psicológicos y fisiológicos que los estudiantes experimentan en el primer y segundo año de estudio de su carrera.

En los resultados de esta revisión se identificaron los factores que influyen en la presentación del síndrome de Burnout en profesionales de veterinaria, los porcentajes con mayor presentación son: carga laboral (100%), problemas financieros (92%), estrés psicológico (57%) y depresión (57%). Estos resultados coinciden con Blokland *et al.*, 2023, quienes realizaron un estudio en hospitales veterinarios canadienses donde identificaron un alto porcentaje de factores tales como: mayor demanda de tiempo en el lugar de trabajo (carga laboral), problemas con sus compañeros de trabajo y tasas elevadas de agotamiento. Contrario a esto, Moore *et al.*, 2014, no coinciden con lo encontrado en esta revisión, dado que estos autores evidencian que el 83% de los participantes estaban satisfechos con sus trabajos y el 13,5% estaban insatisfechos, probablemente esto se debe a un buen equipo de trabajo veterinario el cual influye significativamente en la satisfacción laboral. Por otro lado, Andela

en 2021, coinciden en sus resultados con esta revisión, donde realizaron un análisis acerca de los factores estresantes relacionados con el trabajo más predisponentes para el agotamiento, los cuales fueron: carga de trabajo y problemas financieros.

Del mismo modo Foster y Maples, 2014, coinciden con los hallazgos de esta revisión ya que sugieren que la carga de trabajo y los conflictos con otros médicos veterinarios fueron fuentes importantes de estrés que pueden afectar la salud. De igual manera identifican un gran estrés psicológico que está relacionado con los objetivos de vida de cada persona, la demanda de profesionales versus las ofertas laborales, y el entorno (variables como el ruido, por ejemplo de los profesionales que laboran en albergues, o refugios; o ver pacientes que necesitan atención y no poder ayudar es otra variable reportada, entre otras) y las exigencias en el trabajo (cuantitativas, cognitivas o mentales, emocionales, de responsabilidad, del ambiente físico laboral y de la jornada de trabajo en sí).

Anteriormente se ha informado en esta revisión los factores que afectan en el síndrome de burnout en estudiantes de medicina veterinaria con una variable encontrada en un 100% (problemas académicos), dificultades financieras (88%) y consumo de alcohol (63%), lo cual es corroborado por Nahm y Chun *et al.*, 2021, quienes mencionan que los factores estresantes académicos fue una variable de gran importancia, lo cual se manifiesta por la preocupación acerca del rendimiento académico, bajas calificaciones, miedo a reprobar exámenes y una elevada gran carga de trabajos académicos.

Los resultados del análisis de esta revisión evidencian que el 70% de los autores incluidos en los resultados encuentran eficaces los programas de capacitación psicológica para mitigar el burnout en veterinarios. Este hallazgo está respaldado por estudios como el de Wells *et al.*,

2021 quienes encontraron resultados similares, demostrando que aumentar un 1% en la inteligencia emocional de los estudiantes veterinarios se asocia con una disminución del 0.45% en depresión. Esto subraya la importancia de considerar la inteligencia emocional en los programas de medicina veterinaria modernos, como un área que se debe incluir para abordar los problemas de salud mental como el síndrome de Burnout. De manera similar, en un estudio realizado por Correia *et al.*, en (2017) se encontró que el 57% de los estudiantes de medicina veterinaria encuestados consideraron que practicar la respiración de forma pausada y relajada era una herramienta que tenía impacto psicológico útil. Además, el 50% de los participantes describieron el escaneo corporal (la práctica de tomar plena atención de las sensaciones corporales) como una herramienta efectiva para reducir el estrés.

En esta revisión se observó como resultado que practicar un deporte funciona como una estrategia de prevención en un 18%, lo cual no coincide con Smith *et al.*, 2023, quienes señalan que un 80% de los profesionales médicos veterinarios expresan que el aumento de la actividad física generalmente ayuda a reducir la ansiedad y la depresión. Por otro lado, los autores Ergon *et al.*, 2017 mencionan que al ejercer la profesión de la medicina veterinaria surgen patologías musculares en la parte baja de la espalda en un 49,8 %, en la espalda con 41,1 %, y en el cuello con 39,1 %, es entonces cuando al desarrollar el hábito del ejercicio se podría disminuir la sobrecarga muscular.

8. CONCLUSIONES

- Los componentes más importantes presentados en el síndrome de burnout se clasifican en 3, dentro de los cuales se encuentran: Agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal.
- Se logró determinar que los principales factores de riesgo de burnout en estudiantes de medicina veterinaria están relacionados con los problemas académicos en un 100%, las dificultades financieras con un 88% y el consumo de alcohol con 63%.
- Se identificó que los principales factores de riesgo son la carga laboral en un 100%, seguido a esto se encuentran los problemas financieros con un 93% y por último negligencia médica con un 57%.
- Se identificaron diferentes estrategias para abordar y prevenir la presencia de síndrome de burnout en médicos veterinarios y estudiantes de medicina veterinaria, donde las más destacadas son: Programas de capacitación psicológica con un 71%, el apoyo profesional psicológico con un 59%.

9. REFERENCIAS

- Acero, V. (2013). El suicidio en profesionales de las ciencias veterinarias: un problema de salud pública. *Revista ACOVEZ*, 42(3), 30-33.
- Acuña, A., Mendoza, R., Olga, P. (2021). Burnout, engagement y la percepción sobre prácticas de gestión en pandemia por COVID-19 que tienen trabajadores del centro sur de Chile. *Estudios Gerenciales*, 37(158), 104-112.
- American Veterinary Medical Association (AVMA). (2015). *Study: 1 in 6 veterinarians have considered suicide*. <https://www.avma.org/javma-news/2015-04-01/study-1-6-veterinarians-have-considered-suicide>
- Andela, M. (2021). Work-related stressors and suicidal ideation: The mediating role of burnout. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 1–21.
- Arman, K., Cayssials, V., Izquierdo, C. (2023). Estrés laboral en médicos veterinarios y estudiantes avanzados dedicados a la clínica de pequeños animales. *Veterinaria (Montevideo)*, 59(219), 201.
- Armitage-Chan, E., May, S. (2018). Identity, environment and mental wellbeing in the veterinary profession. *veterinary Record*, 183(2), 68.
- Ashton, J., McNeilage, A. (2022). A Mixed Methods Investigation of Stress and Wellbeing Factors Contributing to Burnout and Job Satisfaction in a Specialist Small Animal Hospital. *Frontiers in Veterinary Science*, 9 (12), 1-14.
- Best, C., Perret, J., Hewson, J., Khosa, D., Conlon, P., Jones-Bitton, A. (2020). A survey of veterinarian mental health and resilience in Ontario, Canada. *Can Vet J*, 61(2), 166-172.

- Blokland, K., Coe, J., Spitznagel, M. (2023). Veterinary team members experiencing high levels of burden transfer are more likely to report burnout and a less optimal psychosocial work environment. *J Am Vet Med Assoc*, 262(3), 343-351.
- Brscic, M., Contiero, B., Schianchi, A., Marogna, C. (2021). Challenging suicide, burnout, and depression among veterinary practitioners and students: text mining and topics modelling analysis of the scientific literature. *BMC Vet Res*, 17(1), 1-10.
- Capone, V., Joshanloo, M., Park, M. (2019). Burnout, depression, efficacy beliefs, and work-related variables among schoolteachers. *International Journal of Educational Research*, 95, 97-108.
- Carlin, M., Garcés de los Fayos Ruiz, E. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169-180.
- Chan, C., Wong, P. (2023). Predictors of Suicide Risk and Mental Health Outcomes among Hong Kong Veterinarians: A Cross-Sectional Study. *Behavioral Sciences*, 13 (9), 770.
- Chigerwe, M., Boudreaux, K., Ilkiw, J. (2014). Assessment of burnout in veterinary medical students using the Maslach Burnout Inventory-Educational Survey: a survey during two semesters. *BMC Med Educ*, 14 (255).
- Chigerwe, M., Barter, L., Dechant, J., Dear, J., Boudreaux, K. (2021). A preliminary study on assessment of wellbeing among veterinary medical house officers. *PLoS One*, 16(6), 0253111.
- Chui, B., Pérez A., Roque, H., Sumari, M., Roque, H. (2023). Ansiedad, depresión y uso excesivo de Internet en la calidad de sueño de estudiantes de medicina veterinaria y zootecnia. *Revista de Investigaciones Veterinarias del Perú*, 34(3), 254-278.
- Connolly, C., Norris, K., Dawkins, S., Martín, Á. (2022). Barriers to mental health help-seeking in veterinary professionals working in Australia and New Zealand: A preliminary cross-sectional analysis. *Frontiers in Veterinary Science*, 9 (10), 1-11.

- Congreso de Colombia (2013). Ley 1616 del 21 de enero de 2013. Por medio de la cual se expide la ley de Salud Mental y se dictan otras disposiciones. Diario Oficial No. 48.680 de 21 de enero de 2013.
- Correia, H., Smith, A., Murray, S., Polak, L., Williams, B., Cake, M. (2017). The impact of a brief embedded mindfulness-based program for veterinary students. *Journal of Veterinary Medical Education*, 44(1), 125-133.
- Diulio, A., Dutta, N., Guathier, J., Witte, T., Correia, C., Angarano, D. (2015). Associations among depressive symptoms, drinking motives, and risk for alcohol-related problems in veterinary students. *Journal of Veterinary Medical Education*, 42(1), 11-17.
- Elelu, N., Aiyedun, J., Mohammed, I., Oludairo, O., Odetokun, I., Mohammed, K., Bale, J., Nuru, S. (2019). Neglected zoonotic diseases in Nigeria: role of the public health veterinarian. *Pan African Medical Journal*, 32(1), 1-12.
- Emikpe, B., Asare, D., Emikpe, A., Botchway, L., Bonney, R. (2022). Prevalence and associated risk factors of burnout amongst veterinary students in Ghana. *PLoS One*, 17(2), 1-8.
- Ergan, M., Başkurt, F., Başkurt, Z. (2017). The examination of work-related musculoskeletal discomforts and risk factors in veterinarians. *Archives of Industrial Hygiene and Toxicology*, 68(3), 198-205.
- Fernández-Sánchez, H., King, K., Enríquez-Hernández, C.B. (2020). Revisión Sistemática Exploratoria como metodología para la síntesis del conocimiento científico. *Enfermería universitaria*, 17(1), 87-94.
- Foster, S., Maples, E. (2014). Occupational stress in veterinary support staff. *J Vet Med Educ*. 41(1), 102-10.
- Hamood, W. (2020). Imposter syndrome and the veterinary profession. *Vet Record*, 187(7), 268-270.
- Hu, J., He, W., Zhou, K. (2020). The mind, the heart, and the leader in times of crisis: How and when

- COVID-19-triggered mortality salience relates to state anxiety, job engagement, and prosocial behavior. *Journal of Applied Psychology*, 105(11),1218-1233.
- Hummer, E., Neubauer, V., Brühl, D., Dale, R., Pieh, C., Probst, T. (2023). Prevalence of mental health symptoms and potential risk factors among austrian veterinary medicine students. *Scientific Reports*,13(1),13764.
- Karaffa, M., Hancock, T. (2019). Mental Health Experiences and Service Use Among Veterinary Medical Students. *Journal of veterinary medical education*, 46(4),449-458.
- Kogan, L., Rishniw, M. (2023). Veterinarians and moral distress. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 261(5),1-7.
- Mastenbroek, N., Jaarsma, A., Demerouti, E., Muijtjens, A., Scherpbier, A., Van Beukelen, P. (2013). Burnout and engagement, and its predictors in young veterinary professionals: the influence of gender. *Veterinary Record*, 174(6), 144–144.
- Mastenbroek, N. (2017). The art of staying engaged: The role of personal resources in the mental well-being of young veterinary professionals, *Journal of Veterinary Medical Education*, 44(1), 84-94.
- Matziari, A., Montgomery, A., Georganta, K. (2017). The Relationship Between Organizational Practices and Values with Burnout and Engagement. *Curr Psychol*, 36, 276–285.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2008). Resolución 2646 del 2008 Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional. Colombia.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). Ley 1616 del 2013 por medio del cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones. Colombia

- Ministerio Salud y Protección Social. (2014). Decreto 1477 del 2014 por el cual se expide la tabla de enfermedades laborales. Colombia.
- Ministerio de trabajo. (2022). Resolución 2764 Por la cual se adopta la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de Riesgo Psicosocial, la Guía Técnica General para la promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora y sus protocolos específicos y se dictan otras disposiciones.
- Monticelli, P., Seymourb, C., Adami. (2023). Risk of burnout and depression: A survey of veterinary anaesthesia specialists in-training during COVID-19. *Veterinary Anaesthesia and Analgesia*, 50 (4), 325-332.
- Moore, I., Coe, J., Adams, C., Conlon, P., Sargeant, J. (2014). The role of veterinary team effectiveness in job satisfaction and burnout in companion animal veterinary clinics. *J Am Vet Med Assoc*. 245(5), 513-24.
- Moses, L., Malowney, M., Wesley, B. (2018). Ethical conflict and moral distress in veterinary practice: A survey of North American veterinarians, *Journal of Veterinary Internal Medicine*, 32(6), 2115-2122.
- Nahm, S., Chun, M. (2021). Stressors Predicting Depression, Anxiety, and Stress in Korean Veterinary Students. *J Vet Med Educ*. 48(4), 470-476.
- Nett, R. J., Witte, T. K., Holzbauer, S. M., Elchos, B. L., Campagnolo, E. R., Musgrave, K. J., Carter K. K., Kurkjian, K. M., Vanicek, C. F., O'Leary, D. R., Pride, K. R., Funk, R. H. (2015). Risk factors for suicide, attitudes toward mental illness, and practice-related stressors among US veterinarians. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 247(8), 945-55.
- Nicola, K., Suzanne, M., Amy, D. (2023). "A Love–Hate Relationship with What I Do". Protecting the Mental Health of Animal Care Workers. *Anthrozoos*, 36(3), 489-508.

- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Primer informe de la OMS sobre prevención del suicidio*. <https://www.who.int/es/news/item/04-09-2014-first-who-report-on-suicide-prevention>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/suicide>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/depression>
- Ozturk, N., Kilic, H., Ekiz, B. (2021). Investigating burnout levels and its determinants among the veterinary medicine students: the case of Istanbul university. *Journal of research in veterinary medicine*, 40 (1), 43-48.
- Perret, J., Best, C., Coe, J., Greer, A., Khosa, D., Jones-Bitton, A. (2020). Prevalence of mental health outcomes among Canadian veterinarians. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 256 (3), 365-375.
- Pohl, R., Botscharow, J, Böckelmann, I., Thielmann, B. (2022). Stress and strain among veterinarians: a scoping review. *Irish veterinary journal*, 75(15), 1-24.
- Puertas-Neyra, K., Mendoza T, G., Cáceres L, S., Falcón P, N. (2020). Síndrome de Burnout en estudiantes de Medicina Veterinaria. *Revista de Investigaciones Veterinarias del Perú*, 31(2), 1-10.
- Saborío, L., Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124.
- Schunter, N., Glaesmer, H., Lucht, L., Bahramsoltani, M. (2022) Depression, suicidal ideation and suicide risk in German veterinary medical students compared to the German general population. *Plos One*, 17(8), e0270912.
- Smith, E., Barcelos, A., Mills, D. (2023). Links between pet ownership and exercise on the mental health of veterinary professionals. *Vet Rec Open*. 10(1):e62.

- Spontón, C., Castellano, E., Salanova, M., Llorens, S., Maffei, L., Medrano, L. (2018). Evaluación de un modelo sociocognitivo de autoeficacia, burnout y engagement en el trabajo: análisis de invarianza entre Argentina y España. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 12(1), 89-101.
- Steffey, MA., Griffon, DJ., Risselada, M., Buote, NJ., Scharf, VF., Zamprogno, H., Winter, AL. (2023). A narrative review of the physiology and health effects of burnout associated with veterinarian-pertinent occupational stressors. *Front Vet Sci*, 10:1184525
- Stetina, B., y Krouczecky, C. (2022). Reviewing a Decade of Change for Veterinarians: Past, Present and Gaps in Researching Stress, Coping and Mental Health Risks. *Animals*, 12(22), 1-28.
- Moreira, S., Uccheddu, S., Riggio, G., Vilela, M., Mariti, C. (2023). The emotional impact of patient loss on Brazilian veterinarians, *veterinary sciences*, 11(1), 3.
- Thurston, S., Chan, G., Burlingame, L., Jones, J., Lester, P., Martin, T. (2021). Compassion fatigue in laboratory animal personnel during the covid-19 pandemic, *Journal of the American Association for Laboratory Animal Science*, 60(6), 646-654.
- Traunmüller, C., Stefitz, R., Gaisbachgrabner, K., Hofmann, P., Roessler, A., & Schwerdtfeger, A. (2019). Psychophysiological concomitants of Burnout: Evidence for different subtypes. *Journal of psychosomatic research*, 118, 41-48.
- Vande, O., Clark, M., Witte, T., Nett, R., Moeller, A., Stabler, M. (2018). Development of a taxonomy of practice-related stressors experienced by veterinarians in the United States. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 252(2), 227-233.
- Volk, J., Schimmack, U., Hebra, E., Reinhard, A., Vasconcelos, J., Hahn, J., Stiefelmeyer, K., Smith, K. (2022). Executive summary of the Merck Animal Health Veterinarian Wellbeing Study III and Veterinary Support Staff Study. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 260(12), 1547-1553.

- Weinborn, R., Bruna, B., Calventus, J., Sepúlveda, G. (2019). Burnout syndrome prevalence in veterinarians working in Chile. *Austral journal of veterinary sciences*, 51(2), 91-99.
- Wells, J., Watson, K., Davis, R., Siraj, A., Quadri, S., Mann, J., Verma, A., Nahar, V.(2021). Associations among stress, anxiety, depression, and emotional intelligence among veterinary medicine students. *International journal of environmental research and public health*. 18(8), 3934.
- Zimmermann, C., Strohmaier, S., Niederkrotenthaler, T., Thau, K., Schernhammer, E. (2023). Suicide mortality among physicians, dentists, veterinarians, and pharmacists as well as other high-skilled occupations in Austria from 1986 through 2020. *Psychiatry Research*, 323(115170), 1-8.
- Živojinović, J., Backović, D., Belojević, G., Valčić, O., Soldatović, I., Janković, J. (2020). Predictors of burnout among Belgrade veterinary students: A cross-sectional study. *PLoS One*, 5(3),e0230685.

10. ANEXOS

Anexo 1. Factores de riesgo del síndrome de burnout en médicos veterinarios

AUTOR/AÑO	CL	PF	E.S	D	FAS	BS	MA L	FAP P	0	FEP	P	CS SA
(Ashton <i>et al.</i> , 2022)	X	X					X					
(Chan <i>et al.</i> , 2023)	X	X	X									
(Chigwere <i>et al.</i> , 2021)	X	X	X				X		X			
(Connolly <i>et al.</i> , 2022)	X	X				X		X				
(Kogan <i>et al.</i> , 2023)	X	X	X				X					
(Mastenbroek <i>et al.</i> , 2017)	X	X	X		X							
(Mastenbroek <i>et al.</i> , 2013)	X	X					X					X
(Monticelli <i>et al.</i> , 2023)	X		X									
(Net <i>et al.</i> , 2015)	X	X					X					X
(Nicola <i>et al.</i> , 2023)	X	X					X			X		
(Schunter <i>et al.</i> , 2022)	X	X							X			
(Thurston <i>et al.</i> , 2021)	X	X	X	X			X			X		
(Vande <i>et al.</i> , 2018)	X	X	X	X								
(Weinborn <i>et al.</i> , 2019)	X	X	X				X	X			X	

C.L: Carga Laboral, P.F: Problemas financieros, E.P: Estrés psicológico DE: Dilemas éticos, FAS: Falta de apoyo social, EP: Experiencia profesional, P: Perfeccionismo, BS: Bajos salarios , AL: Ambiente laboral, FAP: Falta de apoyo profesional, CSS: Consumo de sustancias psicoactivas , CA: Consumo de alcohol, D: Depresión

Anexo 2. Estrategia en médicos y estudiantes de veterinaria

Autor/año	APS	CIP	PCS	CS	RP	PD	CA	IMA	ECAT
(Ashton <i>et al.</i> , 2022)	x								
(Armitage y May, 2018)		x		x	x	x			
(Brscic <i>et al.</i> , 2021)			x				x		
(Chan <i>et al.</i> , 2023)	x		x						
(Connolly <i>et al.</i> , 2022)	x		x						
(Hummer <i>et al.</i> , 2023)						x			
(Monticelli <i>et al.</i> , 2023)	x		x						
(Moses <i>et al.</i> , 2018)									
(Net <i>et al.</i> , 2015)			x					x	
(Nicola <i>et al.</i> , 2023)	x		x					x	
(Puertas-Neyra <i>et al.</i> , 2020)			x	x		x			x
(Pohl <i>et al.</i> , 2022)	x		x						
(Thurston <i>et al.</i> , 2021)	x		x						
(Vande <i>et al.</i> , 2018)	x								
(Volk <i>et al.</i> , 2022)	x		x					x	
(Weinborn <i>et al.</i> , 2019)	x		x				x		

Autor/año	MHS	BAS	IPSM	LAL	FBT	NTSM	MCP	ET	BAF	HC
(Ashton <i>et al.</i> , 2022)										
(Armitage y May, 2018)										
(Brscic <i>et al.</i> , 2021)										
(Chan <i>et al.</i> , 2023)										
(Connolly <i>et al.</i> , 2022)			x							
(Hummer <i>et al.</i> , 2023)										
(Monticelli <i>et al.</i> , 2023)				x	x					

(Moses <i>et al.</i> , 2018)						
(Net <i>et al.</i> , 2015)						
(Nicola <i>et al.</i> , 2023)						
(Puertas-Neyra <i>et al.</i> , 2020)	X					
(Pohl <i>et al.</i> , 2022)		X				
(Thurston <i>et al.</i> , 2021)					X	X
(Vande <i>et al.</i> , 2018)		X	X			X
(Volk <i>et al.</i> , 2022)				X	X	x
(Weinborn <i>et al.</i> , 2019)						