

Impacto en el bienestar psicológico de profesionales en salud mental derivado del trabajo clínico

Brisa Guadalupe Flores Alanis⁵⁴

Rosa Isabel Garza Sánchez⁵⁵

Griselda de Jesús Granados Udave⁵⁶

Resumen

En la actualidad el cuidado de la salud mental ha tomado gran auge, puesto a las circunstancias y contexto social en el que se desenvuelven las nuevas generaciones. Por ello es esencial también estudiar el bienestar psicológico de los profesionales en salud mental. El propósito del presente estudio pretende indagar el impacto en el bienestar psicológico en profesionales de salud mental por brindar atención psicológica clínica. Se utilizó una metodología cualitativa a través de la teoría fundamentada en una muestra por redes de 2 psicólogas profesionales de la salud mental con trabajo actual en el área clínica de Saltillo Coahuila. Para la recolección de datos se utilizó una entrevista semiestructurada y el software Atlas ti. Los resultados engloban 6 categorías que emergen del eje de análisis, la idea preconcebida de la salud mental de psicólogos, la vivencia del proceso terapéutico, las sensaciones al momento de brindar psicoterapia, el impacto en la vida personal, el cuidado del bienestar de uno mismo y la percepción de la capacidad para brindar terapia. Se concluye que las expectativas sobre el rol del psicólogo en la sociedad es un elemento constitutivo para la autopercepción de eficacia de los mismos, las sobre exigencias dentro del ámbito profesional afectan en el bienestar emocional si no se tienen prácticas de autocuidado y se

⁵⁴ Estudiante en la Maestría en Psicología Clínica de la Facultad de Psicología (Uadec).

brisa_flores@uadec.edu.mx

⁵⁵ Profesora-Investigadora de la Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades (Uadec).

isabelgarza@uadec.edu.mx

⁵⁶ Profesora Investigadora de la Facultad de Psicología (Uadec). ggranados@uadec.edu.mx



conocen los límites como psicólogos y se tiene compasión por los propios errores y exigencias del entorno social.

Palabras Clave: *Burnout, psicólogos, creencias, eficacia, exigencias.*

Introducción

En la actualidad el cuidado de la salud mental ha tomado gran auge, puesto a las circunstancias y contexto social en el que se desenvuelven las nuevas generaciones. En las ciencias de la salud, se ha estudiado en mayor medida el síndrome burnout, el cual se define como el estado de agotamiento al que llega un trabajador en su empleo (Maslach y Jackson, 1981 citado en Venegas, 2004) El personal de salud mental, están expuestos a agentes estresantes de forma cotidiana por ello, conforman un grupo vulnerable desencadenado al estrés crónico. Por ello es esencial también estudiar el bienestar psicológico de los profesionales en salud mental; en el presente trabajo se estudian no solo las categorías sociales como lo son los imaginarios sociales de aquellas expectativas hacia los psicólogos, sino, variables individuales como lo es el proceso personal y profesional por brindar psicoterapia y sus repercusiones, todo esto tomando en consideración trabajos anteriormente realizados.

Antecedentes

Dentro de los profesionales en salud mental se han realizado investigaciones. En una revisión sistemática de 29 artículos enfocados en el fenómeno de burnout en psicoterapeutas. Se concluye que el agotamiento emocional es el componente de mayor estudio en el síndrome burnout, de otra forma refiere que la sobrecarga de trabajo y el entorno laboral son los factores que mayor contribución tienen para la presencia del síndrome (McCormack et al., 2018).

Por otro lado, Montaña y Tovar (2022) realizaron una investigación tipo cuantitativo, con diseño transversal y alcance explicativo con el fin de estudiar factores protectores ante la presencia de agotamiento emocional en una muestra de 226 mujeres psicólogas, con único requisito el brindar atención psicológica. A través de los resultados se arroja que existe un bajo nivel de agotamiento emocional, puesto que se mencionan el autocuidado, realización personal, estrategias de autorregulación como la supresión

emocional, supresión expresiva y a la reevaluación cognitiva como factores protectores ante el síndrome burnout.

Una investigación tuvo como objetivo analizar el desgaste profesional de 126 psicoterapeutas profesionales de diversas nacionalidades, con el único requisito de estar registrados en un organismo de acreditación de psicoterapia. Los resultados arrojaron una relación significativa entre horas de trabajo semanales y la presencia remota, así como la edad, la autocompasión y el equilibrio entre la vida personal y laboral; así mismo, se identifica a las horas de trabajo semanales y el equilibrio entre la vida personal y profesional como predictores del síndrome burnout (Kotera et al., 2021).

Sin embargo, Gomez-Acosta et al. (2022) analizaron este fenómeno estudiando otras variables y desde otra perspectiva cultural, con el propósito de evaluar niveles de desgaste profesional, se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, descriptivo – correlacional de corte transversal, en una muestra de 351 psicólogos de la Ciudad de Neiva, Colombia. En los resultados se demostraron altos niveles de agotamiento emocional y despersonalización, las variables de sexo, antigüedad de experiencia, vinculación laboral y variables sociodemográficas se ven asociadas a la presencia de burnout, desrealización personal y despersonalización, por otro lado, los resultados correlacionan el agotamiento emocional con la realización personal de los psicólogos.

El desgaste profesional es considerable en el personal de atención sanitaria, sin embargo, en la comunidad de psicólogos clínicos no se ha estudiado aquellos factores de riesgo que predicen el burnout para proponer intervenciones adecuadas. Un estudio de tipo transversal tuvo como objetivo examinar el nivel de desgaste profesional y su relación a factores personales y laborales, en una población de 327 psicoterapeutas clínicos de atención sanitaria. A través de los resultados se identificó niveles medios de agotamiento emocional, pero, dentro de los factores personales se asoció significativamente el género con mayores niveles de agotamiento, por otro parte, se reconoce la baja competencia percibida y la práctica pública profesional como predictores significativos de burnout (Spännargård et al., 2022).

En contraste, Clarke et al. (2021) en un estudio de análisis de entrevistas en una muestra de 24 psicólogos clínicos, se indaga los efectos colaterales percibidos del profesional

de salud mental al momento de brindar atención psicológica individual. Dentro de los hallazgos se menciona el crecimiento personal, el desgaste emocional, la percepción emocional ante el trabajo y tiempos de ocio como principales variables que se ven afectadas al momento de brindar orientación psicológica ya sea de forma positiva o negativa. A través de los resultados se refiere una necesidad de intervenciones a psicoterapeutas considerando los efectos del trabajo emocional.

Así mismo, un estudio cualitativo profundiza las creencias y percepciones del síndrome burnout a través de cuestionarios y entrevistas, en una muestra de 55 profesionales de la salud mental. A través de un análisis con perspectiva fenomenológica se identificó que las creencias sesgadas hacia la vulnerabilidad al estrés, la identificación del rol como profesión de salud mental y las repercusiones de la salud física fomentan la prevalencia del agotamiento, ya que los psicoterapeutas se encuentran en una espiral constante de pensamientos autodestructivos los cuales derivan a un agotamiento físico y emocional. Se menciona la autoestima, el autocuidado y el entorno laboral como piezas claves para solucionar el agotamiento (Ledingham et al., 2019)

Por otro lado, Crowther et al. (2018) al investigar el fenómeno con la intención de indagar las diversas experiencias de desgaste emocional en psicólogos clínicos, mediante un estudio cualitativo con análisis temático en una muestra de 6 psicoterapeutas australianos, con único requisito ejercer su profesión de forma privada. Se encontró como principales precursores del síndrome burnout la sobrecarga de trabajo, la inadecuada administración y la relación terapéutica con el paciente, así como se resaltó la creencia de anteponer las necesidades y expectativas del paciente ante las propias y se menciona las redes de apoyo, la experiencia, el autocuidado y la continua formación como factores protectores ante el agotamiento emocional al brindar atención psicológica.

En toda práctica terapéutica psicológica es esencial contar con una supervisión clínica, por esa razón en un estudio de diseño cuantitativo de tipo transversal investigó si existe una relación entre el nivel de desgaste profesional y la calidad de supervisión clínica al momento de brindar asesoría psicológica. Los resultados a partir de una muestra de 298 participantes terapeutas arrojaron que existe una leve asociación entre una supervisión de

mayor calidad a una menor desvinculación, sin embargo, no con el agotamiento. En consecuencia, se arroja un alto nivel de desgaste emocional, así mismo, se menciona que la sobrecarga de trabajo es un predictor de un mayor agotamiento emocional, como los recursos laborales disfuncionales incitan a sentimientos de desvinculación con los pacientes (Corker et al., 2019)

El agotamiento laboral repercute de forma significativa en la vida personal. Por consiguiente, Arango et al. (2019) realizan una intervención desde la Psicoterapia Analítica Funcional en la que se evalúa la variable de burnout, calidad de vida y clima organizacional, a 6 profesionales en salud mental enfocados en Trastorno Límite de la Personalidad de la Clínica de Trastornos de la Personalidad del Instituto Nacional de Psiquiatría de México. En el estudio se evocó como mayor cambio las medidas de relaciones sociales y apoyo, mejorando el clima organizacional, por otro lado, la mayoría de los participantes demostraron cambios contundentes en agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, así como en calidad de vida.

El trabajar la salud emocional y mental, conlleva un impacto en el bienestar psicológico de los profesionales, es por ello por lo que, es de vital importancia las prácticas de autocuidado. En un proyecto de investigación de tipo cuantitativo con alcance exploratorio indaga la relación entre el síndrome burnout y el autocuidado en una población de 233 terapeutas familiares, trabajadores sociales y psicólogos. Se demostró una influencia de las diferentes ocupaciones en el significado de desgaste emocional, la despersonalización y la percepción de menor realización personal, puesto que, los trabajadores sociales mostraron mayor desgaste emocional a comparación que los psicólogos, así como un nivel angustiante en autocuidado (Davis Elliott & Rodolfa, 2021).

Planteamiento de la investigación

Objetivo

El objetivo del presente estudio es analizar el impacto en el bienestar psicológico de los profesionales de la salud mental derivado de la prestación de atención psicológica clínica.

Justificación

Se busca indagar este fenómeno en la población de profesionales de la salud mental que brindan atención psicológica, puesto que, no se ha profundizado el bienestar psicológico referido al desempeño en el área clínica de los psicoterapeutas; cuenta con conveniencia dado que en México la carrera de psicología está tomando gran auge, actualmente se cuenta con más de 357 mil profesionales en psicología (Secretaría de Salud, 2023), sin embargo, a pesar de ser una población considerable en México dedicada a la salud no se toma en cuenta la sobrecarga de trabajo, aunado a una pandemia la cual repercutió en el bienestar emocional a escala global exigiendo una necesidad inminente de atención por parte de los profesionales de la salud mental (Morales-Chainé, 2021).

Cuenta con la relevancia social de conocer el fenómeno en la población, así como ayudará a des estigmatizar la salud mental en los psicoterapeutas y poder estudiar cómo repercute en el bienestar psicológico el trabajar en esta área de salud, así mismo, esta investigación contribuirá a que pueda realizarse intervenciones futuras con enfoque cognitivo conductual para que los psicólogos clínicos puedan brindar la atención de forma más efectiva.

Método

La metodología empleada en la investigación fue de carácter cualitativo mediante la teoría fundamentada. Según Vivar et al. (2010), este diseño busca recopilar datos de manera sistemática y analizarlos para derivar una teoría.

Se seleccionaron dos participantes a través de una muestra por redes, cumpliendo los siguientes criterios de inclusión: ser profesionales de la salud mental con empleo actual en el área clínica en la ciudad de Saltillo, Coahuila, y otorgar su consentimiento para la grabación de audio y video conforme al aviso de privacidad de la Universidad Autónoma de Coahuila y la ley de protección de datos personales en posesión de sujetos obligados del estado de Coahuila de Zaragoza. Las características de las participantes son: mujeres, egresadas del

posgrado de la Maestría en Psicología Clínica de la Universidad Autónoma de Coahuila, y actualmente ejercen la práctica clínica en los sectores público y privado.

La técnica utilizada para la recolección de datos fue la entrevista semiestructurada. Estas entrevistas fueron analizadas mediante codificación axial en el software Atlas Ti 7, creando códigos que permitieron recolectar datos relevantes sobre la percepción del bienestar psicológico de los profesionales de la salud mental.

En la entrevista semiestructurada aplicada a las participantes, se realizó una transcripción para poder llevar a cabo el análisis basado en la teoría fundamentada.

En la metodología cualitativa de la Teoría Fundamentada, el análisis se compone de tres procesos distintos. En primer lugar, la codificación abierta, donde se identifican las categorías y se descubren sus propiedades y dimensiones. Luego, la codificación axial, en la que se relacionan categorías y subcategorías según sus propiedades. Finalmente, la codificación selectiva, donde se establecen la teoría y los supuestos (Vivar et al., 2010).

Resultados

En este trabajo investigativo se exploró las consecuencias de brindar psicoterapia, de las cuales se desarrollaron 6 categorías.

Categoría 1. La idea preconcebida de la salud mental de psicólogos

A continuación, se expresan los hallazgos encontrados de la perspectiva de la población sobre la salud mental de los psicólogos. La primera subcategoría reconocida a través de la entrevista son los imaginarios sociales sobre los profesionales de la salud, lo que implican las perspectivas de un psicólogo por parte de la sociedad y como deberían vivir su vida profesional y personal; de propiedades que componen esta idea se encontraron los problemas psicológicos, sociales y emocionales.

Así mismo otra subcategoría reconocida es la deshumanización de los psicólogos y sus problemáticas sociales por los deberes y exigencias de un psicólogo que impiden ver a los mismos como seres que sienten y tienen sus propios problemas; de propiedades se reconoció la falta de empatía, la escucha crítica y comunicación agresiva. Como última subcategoría recogida es la rigidez sobre la salud mental de los terapeutas por la inflexibilidad

sobre los prejuicios o estereotipos que se tienen hacia la salud mental de los mismos por creencias arraigadas, resistencia al cambio de pensamiento y negación de otras perspectivas.

De los psicólogos, pues que nunca nos va mal o que tenemos toda la sabiduría del mundo para siempre ser asertivos y resolver todo de la mejor manera. Que no podemos tener problemas de ningún tipo o que, si surge algún problema, luego luego se sabe cómo resolverlo o cómo mejorarlo...(S1, párrafo 8)

Categoría 2. La vivencia del proceso terapéutico para mejorar el bienestar psicológico

La salud mental incluye un estado de bienestar en el que un individuo comprende sus capacidades, es capaz de afrontar las tensiones normales de la vida y puede trabajar productivamente y contribuir a su comunidad (OMS, 2018 citado en Arroyave et al., 2022). Con respecto a esta categoría se encontró como subcategoría las habilidades para manejar los estresores de la vida, el cual consiste en las herramientas de afrontamiento que se identificó la psicoeducación y la asesoría emocional. Por otro lado, se identificó los sistemas formados por personas o grupos que brindan ayuda a otros individuos caracterizado por las redes de apoyo ya sea formales e informales identificando las propiedades de ayuda de amigos y apoyo psicoterapéutico.

Con la maestría te da herramientas para sobrellevar mejor las cosas. No siempre puedes con todo, solo o sola, o sea, porque si bien tienes herramientas, pues todos tenemos puntos ciegos. Entonces que yo tenga el conocimiento no significa que me da la licencia de que sé todo o que puedo resolver todo sin ayuda de nadie (...) Entonces, pues sí, la ayuda que se pueda tener por parte de grupos de apoyo de amigos, de terapeutas, de terapia, pues es bastante importante, sobre todo en temas fuertes. (S1, comunicación personal, párrafo 19)

Categoría 3. Sensaciones al momento de brindar psicoterapia

La satisfacción laboral consiste en el sentimiento favorable y desfavorable mediante los cuales los empleados perciben su trabajo (Werther & Davis, 1982 citado en Salazar & Ospina, 2019). Dentro de esta categoría se reconoció la frustración por obstáculos de brindar

terapia compuesto por la poca adherencia al tratamiento de paciente, el escaso compromiso al proceso terapéutico y la necesidad de supervisión clínica. Por otro lado, se identificó los sentimientos agradables al momento de dar terapia reconociendo las propiedades de progreso terapéutico del consultante, mejora del malestar del paciente y la alianza terapéutica adecuada.

Pues bien, yo creo que ha sido bastante buena en general, en ocasiones es frustrante. Hay situaciones que a veces no sabes cómo abordar entonces, buscas orientación para algún compañero por algún profesor, por algún otro profesional. (...) que el paciente solito se vaya dando cuenta, pues de muchísimas cosas y que esté consciente de cómo va progresando, de cómo va mejorando, es una de las cosas que más me agrada de la terapia. (S2, comunicación personal, párrafo 12)

Categoría 4. Impacto en la vida personal del psicólogo por dar atención psicológica

El burnout es un trastorno adaptativo crónico causado por exigencias psicológicas del contexto laboral que alteran la calidad de vida de los trabajadores (Gutiérrez Aceves et al., 2006 citado en Lovo, 2020). Parte de los resultados se encontró que aquellos factores que afectan el bienestar de los psicólogos es el desequilibrio entre la vida personal y laboral identificando los insuficientes horarios de descanso, el estrés laboral y sobrecarga de trabajo como las principales propiedades de esta subcategoría. Por otro lado, se reconoce que tiene afecciones psicológicas, físicas y de relaciones ocasionando cansancio crónico, hábitos alimenticios disfuncionales, mala higiene del sueño, estrés, escaso tiempo de calidad con redes de apoyo como familia y amistad y conflictos con redes de apoyo.

...Pero llega un momento donde tienes pacientes. Y extendía yo mucho el horario laboral, o sea, salía como muy tarde de ver pacientes, me llenaba como mucho y eso me abrumaba y me estresaba porque no estaba teniendo un autocuidado adecuado. O sea, no estaba teniendo un balance como de vida personal y trabajo (...) No comía bien, estaba muy cansada (...) tenía mucho sueño, tenía poca energía, pues estaba estresada la mayor parte del tiempo (...) problemas familiares (...) pero sí afectaba

mis amistades, pues tenía poco tiempo para platicar con ellos, para pasar tiempo con ellos.” (S1, comunicación personal, párrafo 30)

Categoría 5. Cuidado del bienestar de uno mismo

El autocuidado es el conjunto de acciones que se toman para proporcionarnos un bienestar integral (Ortiz, 2015 citado en Cancio-Bello Ayes et al., 2020). Dentro del desgaste se reconocieron actividades para prevenir el burnout al principio se había identificado diversas subcategorías para al final dejar como subcategoría la gestión del tiempo para tiempo personal, cuidado nutricional, tiempo de ocio, de amor propio, hobbies y relaciones interpersonales.

Pues fue primero darme espacio para mí (...) Entonces darme el tiempo para comer (...) lo otro, pues una cuestión que por lo menos una vez a la semana, hacer algo que me relaje de mí para mí (...) para mí era importante ver por lo menos una vez a la semana mis amigos (...) El acomodar y ordenar mis cosas. (S2, comunicación personal, párrafo 34)

Categoría 6. La percepción de la capacidad para brindar terapia

La autoeficacia es la confianza de una persona en su capacidad para realizar las actividades propuestas en circunstancias particulares (Blanco et al., 2011; Zimmerman & Kitsantas, 2005 citado en Valdebenito, 2017). Dentro de la recopilación de datos se identificaron las siguientes subcategorías, el propio rol como terapeuta con una percepción negativa caracterizado por los sentimientos de insuficiencia como psicólogo, no saber tanto y el rol del psicólogo en la sociedad. Por otro lado, se identificó que el valor como buen psicólogo es por el efecto de la terapia en el paciente como otra subcategoría identificada las propiedades de compromiso del paciente, los roles terapéuticos, la mejora del malestar y la adherencia al tratamiento. Además, la subcategoría de la búsqueda del hiperesfuerzo en el rendimiento se reconoció el realizar más actividades para mejorar sin considerar factores externos de ellas. Y por último, la autocompasión frente a las dificultades o errores, caracterizada por conocer los propios límites, mejorar en áreas de oportunidad y la búsqueda de soluciones desde sus posibilidades.

A veces es muy fácil pensar que no estamos haciendo las cosas bien (...) A veces puede haber una cuestión como de insuficiencia, pues tal vez entonces como mi paciente no está avanzando, como no le está yendo bien, pues entonces quien no es bueno soy yo, (...) Aprender como a diferenciar cuáles factores sí pueden ser propios, cuáles factores, pues no dependen de uno, (...) Porque en parte pensaba que no, pues es que soy nueva, entonces no le sé tanto y por eso no soy tan buena. (S2, comunicación personal, párrafo 42)

Discusión

Los resultados del análisis indican que las ideas arraigadas en la sociedad, como las perspectivas, deberes y exigencias sobre la vida psíquica del terapeuta, deshumanizan a los profesionales de la salud mental, según Crowther et al. (2018), tanto los pacientes como la sociedad tienen expectativas al respecto, además, el bienestar emocional es crucial para que los profesionales de la salud mental puedan trabajar adecuadamente. Esto coincide con las ideas de Clarke et al. (2021), quienes señalan la necesidad de intervenciones para fomentar un bienestar integral en los psicoterapeutas. La supervisión y el apoyo clínico son factores predictivos de la satisfacción con el tratamiento dirigido a los pacientes de psicólogos clínicos. Según Corker et al. (2019), la supervisión clínica está asociada a una de las dimensiones del burnout, la desvinculación.

Asimismo, el desequilibrio entre la vida personal y profesional desencadena un agotamiento mental, emocional y físico que repercute en la vida personal del terapeuta coincidiendo con McCormack (2018), quien indica que la sobrecarga de trabajo es uno de los principales factores que contribuyen a la aparición del síndrome de burnout. Kotera (2021) también sostiene que este desequilibrio es un predictor del síndrome, por otro lado, la gestión del tiempo, de acuerdo con Montaña y Tovar (2022), es fundamental para un adecuado autocuidado, lo que es compatible con los hallazgos del presente análisis. El autocuidado no solo debe abarcar los aspectos emocionales y psicológicos, sino también el ocio, los hobbies y las relaciones interpersonales. La gestión del tiempo en ambas esferas, profesional y personal, es clave para prevenir el burnout en psicólogos.

La percepción negativa de las propias capacidades y rendimiento en el área clínica influye en las autoexigencias y la personalización del tratamiento, según Ledingham (2019) las creencias sesgadas sobre el rol del profesional de la salud mental fomentan la prevalencia del agotamiento emocional. Por ello, es necesario que los psicólogos reconozcan sus límites y practiquen la autocompasión frente a los errores y las exigencias del entorno social.

Conclusiones

Se concluye que las expectativas de la comunidad sobre el rol del psicólogo en la sociedad influyen en la autopercepción de su eficacia, repercutiendo a largo plazo en la salud mental de los profesionales. Las sobreexigencias en el ámbito profesional, ocasionadas por esquemas mentales disfuncionales, afectan el bienestar emocional. Los pensamientos distorsionados llevan a comportamientos desadaptativos cuando la interpretación de la situación está sesgada, afectando la salud mental de los profesionales de la salud mental y causando agotamiento psicológico y emocional. Esto puede ocurrir si no se practican el autocuidado y no se reconocen los límites propios ni se tiene compasión por los errores y las exigencias del entorno social.

Se sugiere realizar intervenciones desde un enfoque cognitivo-conductual para los profesionales de la salud mental durante sus estudios y prácticas clínicas, enseñándoles habilidades de autocuidado que puedan prevenir el síndrome de burnout. El bienestar de estos profesionales es crucial para el bienestar de sus pacientes.

Referencias

- Arango de Montis, I., Kanter, J. W., Kuczynski, A. M., Reyes Ortega, M. A., & Santos, M. M. (2019). A Preliminary Test of a Social Connectedness Burnout Intervention for Mexican Mental Health Professionals. *Psychological Record*, 69(2), 267–276. <https://doi.org/10.1007/s40732-019-00338-5>
- Arroyave, C. O. M., Arango, D. C., Restrepo-Ochoa, D. A., & Calvo, A. C. (2022). Positive mental health: between well-being and capacity development. *Revista CES Psicología*, 15(2), 151–168. <https://doi.org/10.21615/cesp.5275>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Cámara de Diputados. (2017). Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGPDPPSO.pdf>
- Cancio-Bello Ayes, C., Lorenzo Ruiz, A., & Alarcó Estévez, G. (2020). Autocuidado: una aproximación teórica al concepto. *Informes Psicológicos*, 20(2), 119–138. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v20n2a9>
- Casari, L. M., Moran, V. E., & Ison, M. S. (2017). Cuestionario de Estilo Personal del Terapeuta: análisis factorial confirmatorio de modelos rivales con psicoterapeutas argentinos. *Psychologia*, 11(2), 69–84. <https://doi.org/10.21500/19002386.2725>
- Clarke, J., Rees, C., Breen, L., & Heritage, B. (2021). Los efectos percibidos del trabajo emocional en psicólogos que brindan psicoterapia individual. *Psicoterapia*, 58(3), 414–424. <https://doi.org/10.1037/pst0000351>
- Corker, C., Johnson, J., & O'Connor, D. B. (2019). Burnout in psychological therapists: A cross-sectional study investigating the role of supervisory relationship quality. *Clinical Psychologist*, 24(3), 1–13. <https://doi.org/10.1111/cp.12206>
- Crowther, A., Drummond, S., & Hammond, T. E. (2018). A thematic inquiry into the burnout experience of Australian solo-practicing clinical psychologists.

- Frontiers in Psychology*, 8(1996). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01996>
- Davis Elliott, S., & Rodolfa, E. (2021). Burnout and self-care practices of mental health practitioners. <https://www.proquest.com/openview/cb394c1238891d1e761d2dca2f412a53/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Gomez-Acosta, A., Sierra-Barrón, W., Vinaccia Alpi, S., Clavijo, M.E. Salcedo, K., & Andrade, Y. (2022). Evaluación del Burnout en Psicólogos de la Ciudad de Neiva, Colombia. *Psicología Desde El Caribe*, 39(1). <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v39n1/2011-7485-psdc-39-01-e204.pdf>
- Kotera, Y., Maxwell-Jones, R., Edwards, A. M., & Knutton, N. (2021). Burnout in Professional Psychotherapists: Relationships with Self-Compassion, Work–Life Balance, and Telepressure [Burnout en psicoterapeutas profesionales: relaciones con la autocompasión, el equilibrio entre la vida laboral y personal y la telepresión]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph18105308>
- Ledingham, M. D., Standen, P., Skinner, C., & Busch, R. (2019). “I should have known”. The perceptual barriers faced by mental health practitioners in recognising and responding to their own burnout symptoms. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 10(2), 125–145. <https://doi.org/10.1080/21507686.2019.1634600>
- Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Entorno*, 70, 110–120. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>
- McCormack, H. M., MacIntyre, T. E., O’Shea, D., Herring, M. P., & Campbell, M. J. (2018). The prevalence and cause(s) of burnout among applied psychologists: A systematic review. In *Frontiers in Psychology*. Vol. 9, Issue 1897. Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01897>
- Meda-Lara, B., Morante-Benadero, Moreno-Jiménez, Palomera, C., & Rodriguez A. (2006). Validez factorial del inventario de burnout de psicólogos en una muestra de psicólogos mexicanos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 445–

456. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342006000300001

Montaño, A. H., & Tovar, J. G. (2022). Modelo explicativo del autocuidado, la regulación emocional y el burnout en psicólogas en condición de aislamiento por COVID-19. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(2), 90–103.

<https://doi.org/10.14718/ACP.2022.25.2.6>

Morales-Chainé, S. (2021). Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental. *Enfermería Universitaria*, 18(2), 130–133.

<https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2021.2.1218>

Salazar, L., & Ospina, Y. (2019). Satisfacción laboral y desempeño Job satisfaction and labor performance. *Colección Académica de Ciencias Estratégicas*, 6(1), 47–67.

[https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/9384/Satisfacci%
c3%b3n%20laboral_desempe%
c3%b1o.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/9384/Satisfacci%c3%b3n%20laboral_desempe%c3%b1o.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Secretaría de Salud. (22 de junio de 2023). México cuenta con más de 350 mil profesionales de la psicología. *Gobierno de México*.

[https://www.gob.mx/salud/articulos/mexico-cuenta-con-mas-de-350-mil-
profesionales-de-la-psicologia](https://www.gob.mx/salud/articulos/mexico-cuenta-con-mas-de-350-mil-profesionales-de-la-psicologia)

Spännargård, Å., Fagernäs, S., & Alfonsson, S. (2022). Self-perceived clinical competence, gender and workplace setting predict burnout among psychotherapists. *Counselling and Psychotherapy Research*, 23(2), 469–477.

<https://doi.org/10.1002/capr.12532>

Valdebenito, M. A. B. (2017). Self-efficacy and academic experiences with university students. *Acta Colombiana de Psicología*, 20(1), 275–283.

<https://doi.org/10.14718/ACP.2017.20.1.13>

Venegas, J. M. (2004). Estrés laboral o síndrome de “burnout.” *Acta Pediatr Mex*, 25(5), 299–302. www.revistasmedicasmexicanas.com.mx

Vivar, C., Arantzamendi, M., López, O., & Gordo, C. (2010). La Teoría Fundamentada como Metodología de Investigación Cualitativa en Enfermería. *Index de Enfermería*, 19(4).



UANL



FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

La intervención social y el desarrollo sustentable para el buen vivir.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300011