

DEL BURNOUT A UNA PERSPECTIVA SALUTOGÉNICA ENFOCADA EN RECURSOS RESILIENTES

Lic en Psicología Clarisa García

Mat. 1222

Desgaste Profesional – dos enfoques:

- **Psicopatológico clásico:** burnout como entidad mórbida.
- **Salutogénico alternativo:** Perspectiva más enfocada en los recursos resilientes y en el engagement personal y organizacional.

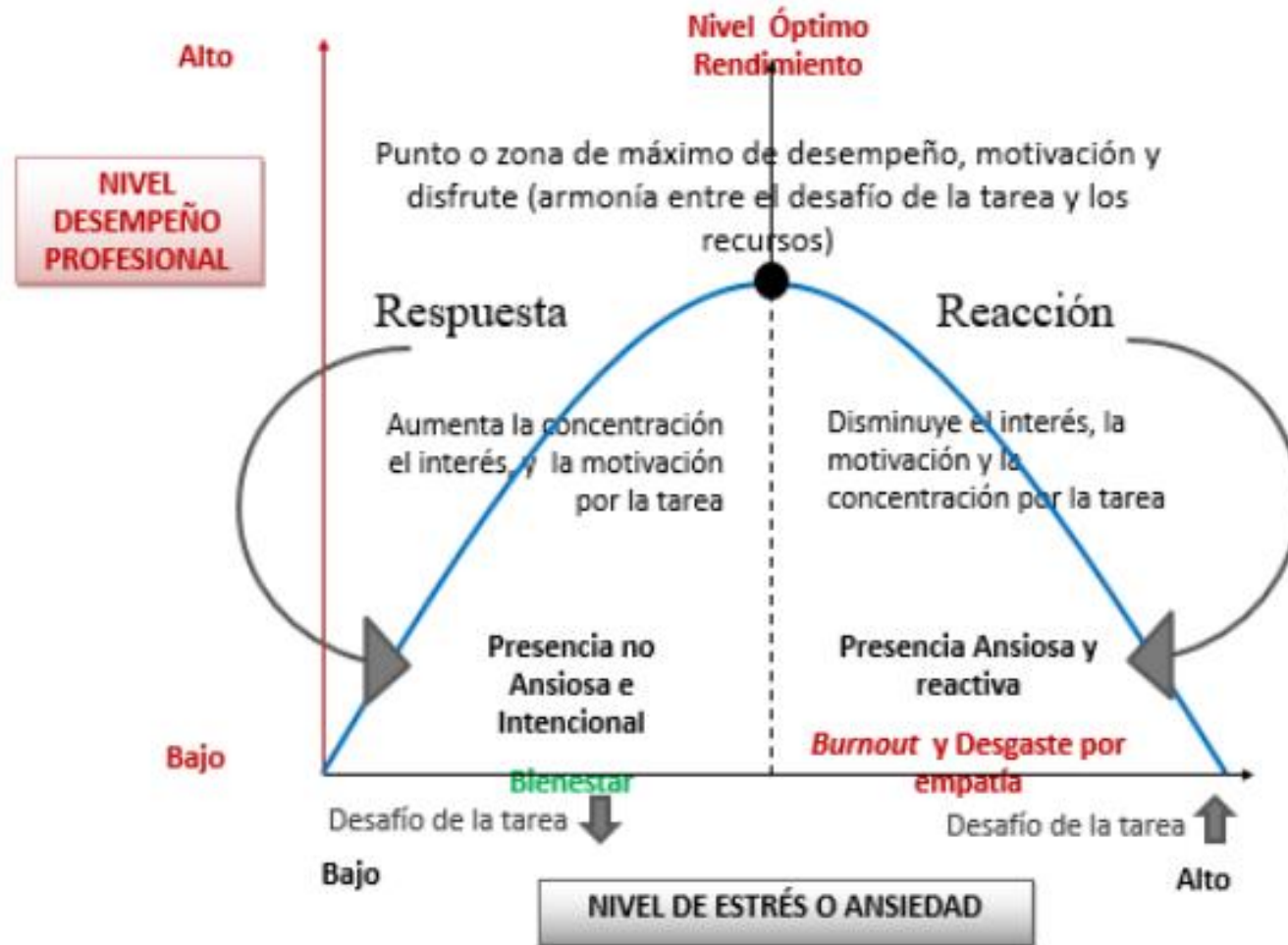


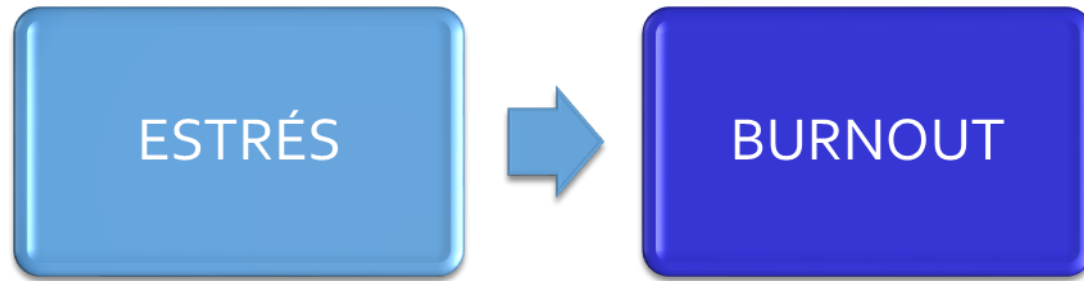
ESTRÉS

*Es la ocurrencia de emociones negativas evocadas por un desajuste entre las **DEMANDAS** laborales y los **RECURSOS** para afrontarlas.*

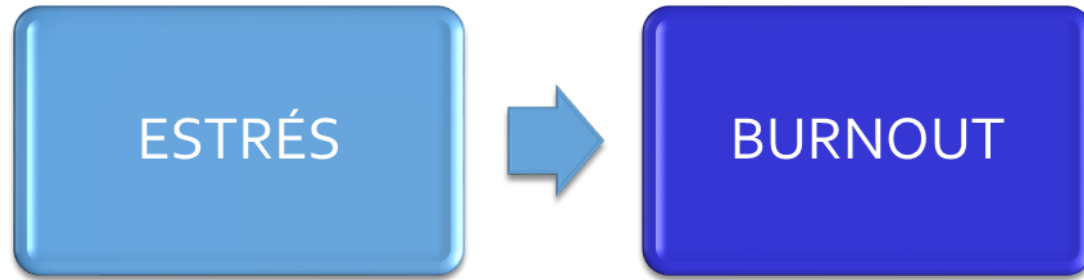


Modelo de la U invertida

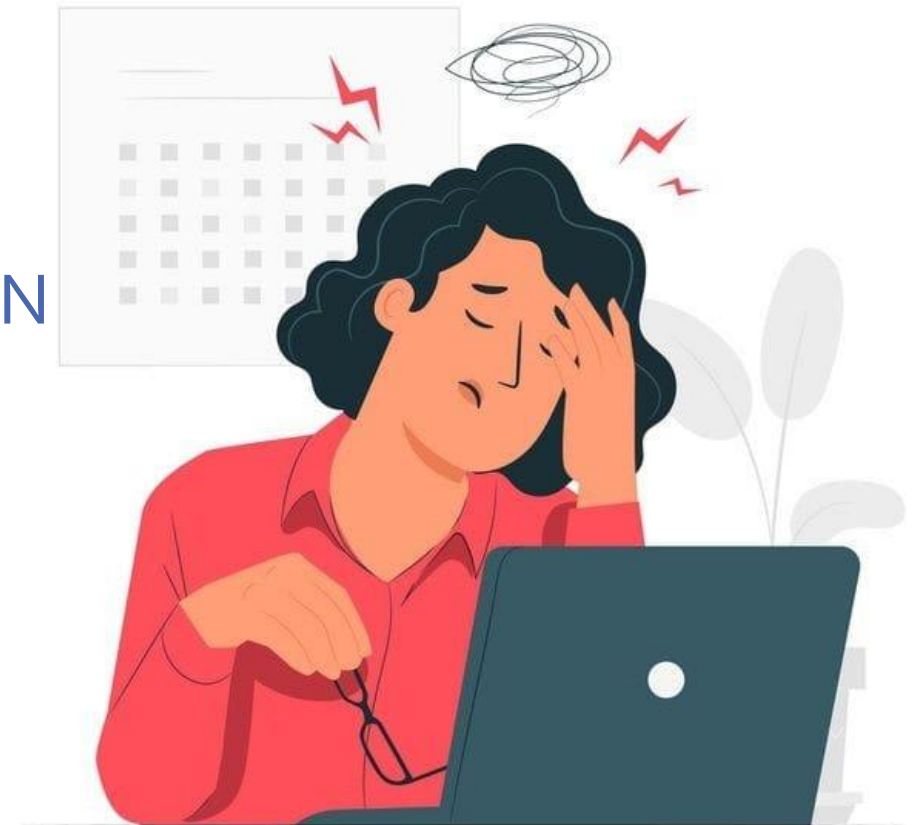




- Estrés prolongado a través del tiempo = BURNOUT.
- La OMS reconoció oficialmente al burnout o “síndrome de estar quemado” o de desgaste profesional como enfermedad tras la ratificación de la revisión número 11 de la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11), entrando en vigor el 1 de enero de 2022.



- 1. AGOTAMIENTO EMOCIONAL
- 2. CINISMO Y DESPERSONALIZACIÓN
- 3. SENSACIÓN DE INEFICACIA



ESTRÉS



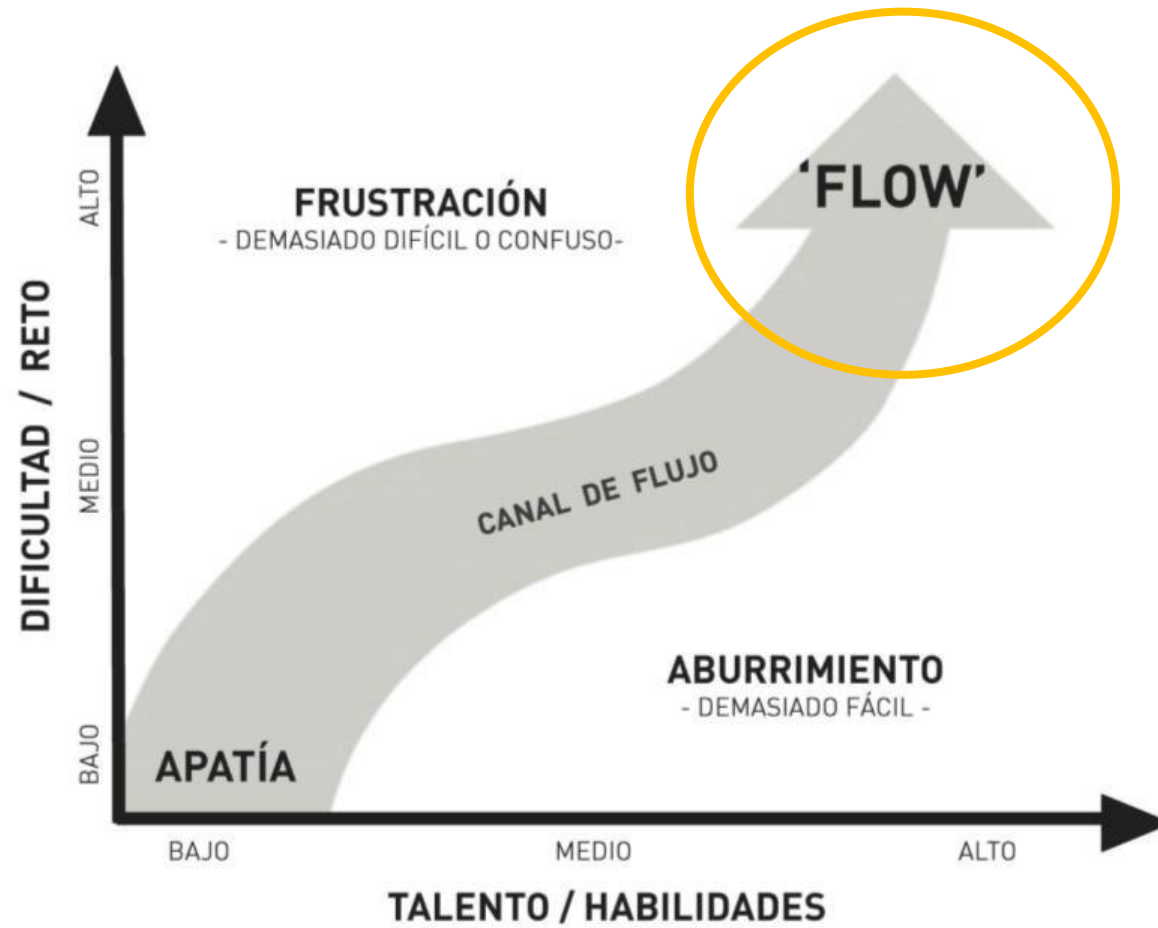
BURNOUT





- 1. VIGOR
- 2. DEDICACIÓN
- 3. ABSORCIÓN





EMOCIONES

NEGATIVAS



Sentido evolutivo



Supervivencia
Preservarnos del peligro

POSITIVAS



Sentido evolutivo



Estado de concentración
que nos permite incorporar
nuevos recursos

EMOCIONES - ESTRÉS



EMOCIONES POSITIVAS

Recursos Motivacionales

De liderazgo

De tareas

De equipos

Organizacionales



A watercolor splash in shades of yellow and orange, centered on a white rectangular background. The splash has irregular, feathered edges and a gradient from light yellow to a deeper orange. The text is overlaid on the center of this splash.

¡Muchas gracias!