

Nota de prensa

Un estudio revela que uno de cada seis profesionales que trabajan en atención primaria del Sistema Nacional de Salud padece síndrome de desgaste profesional, también conocido como 'burnout'

Madrid. 29 de septiembre de 2025.

Un estudio llevado a cabo desde el [Consejo Superior de Investigaciones Científicas \(CSIC\)](#) y el Instituto de Salud Carlos III (ISCIII) ha analizado la prevalencia entre profesionales que trabajan en atención primaria del Sistema Nacional de Salud del llamado síndrome de desgaste profesional o *burnout*. Las conclusiones del trabajo, realizado mediante un metanálisis de estudios observacionales y publicado en la revista *Gaceta Sanitaria* señalan una prevalencia de *burnout* del 18%, es decir, que aproximadamente **uno de cada seis profesionales de atención primaria** presentaría **síndrome de burnout** derivado del desempeño de su trabajo. También se encontró que, al desglosar por categoría profesional, la prevalencia más alta fue en médicos (uno de cada cuatro), seguido de enfermeras (una de cada seis), administrativos (uno de cada diez) y otras categorías profesionales (una de cada veinte).

El síndrome de desgaste profesional, o *burnout*, es un trastorno causado por el estrés crónico en el entorno laboral. Se manifiesta a través de tres síntomas o dimensiones principales: cansancio emocional, que provoca agotamiento ante las demandas laborales que resultan poco motivadoras; despersonalización, que se traduce en un distanciamiento y, a veces, rechazo hacia las personas del entorno laboral; y falta de realización personal, que genera una actitud negativa tanto hacia uno mismo como hacia el trabajo, acompañada de irritabilidad, baja productividad y autoestima.

La investigación publicada hoy en [Gaceta Sanitaria](#), revista científica en acceso abierto de la Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria (SESPAS), cuenta con la participación de **Estefanía Beltrán Gómez**, médica residente de la especialidad de Medicina Preventiva y Salud Pública, del Hospital Universitario Río Hortega de Valladolid, que durante su formación en la Escuela Nacional de Sanidad desarrolló la investigación junto con **Ferrán Catalá-López**, científico del [Instituto de Políticas y Bienes Públicos \(IPP\) del CSIC](#), investigador del CIBER de Salud Mental del ISCIII y autor senior del trabajo. También colaboraron en la investigación **Antonio Pujol de Castro** y **Pablo Vaquero Cepeda**, médicos residentes de los hospitales Clínico San Carlos de Madrid y Universitario de Salamanca, respectivamente.

Los autores explican el porqué del estudio: "Pese a la enorme producción de estudios publicados sobre *burnout* en atención primaria — que es el primer nivel asistencial y la puerta de entrada al sistema sanitario— hasta ahora no se habían realizado en España investigaciones que integraran sistemáticamente todo el conocimiento disponible para determinar la prevalencia de *burnout* en este ámbito". Mediante una revisión sistemática con metanálisis que incluía búsquedas en múltiples bases de datos y bibliotecas como PubMed/MEDLINE, EMBASE y PsycINFO, la investigación localizó 1267 artículos y, tras cribar según los parámetros establecidos en el protocolo del estudio, se incluyeron 39 estudios en los que habían participado más de 9.000 profesionales.

Los resultados del trabajo arrojan una prevalencia de desgaste profesional o *burnout* del 18% en profesionales de atención primaria (uno de cada 6). También se observó que los

porcentajes de *burnout* pueden diferir según el número de síntomas o dimensiones clínicas utilizadas para diagnosticar este síndrome. Por ejemplo, la prevalencia de *burnout* fue del 21% en médicos y del 12% en enfermeras cuando se utilizó un criterio diagnóstico más conservador (incluyendo tres síntomas o dimensiones), y se observaron cifras más altas cuando se aplicaron criterios más laxos (del 52% en médicos y del 44% en enfermeras para una única dimensión).

El *burnout* afecta principalmente a profesionales cualificados que contribuyen a la mejora de la salud de la población, aunque también puede presentarse en otros tipos de profesionales. En este contexto, quienes trabajan en atención primaria de salud pueden enfrentar situaciones específicas que favorecen el desarrollo del *burnout*. Entre los factores laborales y personales más destacados se encuentran la sobrecarga de trabajo, la falta de recursos y de personal, la presión para cumplir con altos estándares de productividad, y las demandas emocionales derivadas de la constante interacción con pacientes en situaciones vulnerables y de manejo complejo. Además, la escasa autonomía, entendida como la limitación en la capacidad de los profesionales para tomar decisiones sobre su trabajo, gestionar su tiempo y recursos, o influir en la organización de los centros de salud, junto con la falta de reconocimiento y apoyo institucional, también desempeñan un papel relevante en la aparición del *burnout*.

Los autores señalan que este trabajo confirma “una alta prevalencia del síndrome de *burnout* en profesionales de atención primaria que trabajan en España”, y apuntan que “parece necesario promover acciones a nivel individual y organizativo para disminuir la carga asociada al *burnout* entre los profesionales”. Además, recuerdan que estamos “ante un epifenómeno organizativo que abre la puerta a la innovación organizativa y a un cambio de política sanitaria” que contribuya a mejorar la calidad de vida de los profesionales y la salud de la población.

Sobre el IPP-CSIC:

El Instituto de Políticas y Bienes Públicos (IPP), creado en 2007, es un instituto de investigación interdisciplinar del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), con sede en el Centro de Ciencias Humanas y Sociales (CCHS) de Madrid. Su misión es analizar los retos sociales más urgentes del siglo XXI mediante enfoques científicos avanzados y con impacto en políticas públicas. Se centra en el estudio de desigualdades sociales y políticas de bienestar, sostenibilidad y cambio climático, innovación científica y tecnológica, migraciones y diversidad cultural, democracia y resiliencia institucional. Para abordar estos desafíos, el instituto combina conocimientos de economía, ciencia política, sociología y estudios de ciencia y tecnología, utilizando metodologías experimentales, observacionales y cualitativas.

Referencia del artículo: *Beltrán-Gómez E, Pujol-de Castro A, Vaquero-Cepeda P, Catalá-López F. [Prevalencia de burnout en profesionales de atención primaria del Sistema Nacional de Salud: revisión sistemática y metaanálisis](#). Gac Sanit. 2025;39:102526. doi:10.1016/j.gaceta.2025.102526*