

BURNOUT en Gastroenterología

"**Burnout en Gastroenterología: ¿Somos incombustibles?**" es una charla innovadora que aborda un problema silenciado en nuestra profesión: el síndrome de burnout entre endoscopistas. Con datos alarmantes que revelan que aproximadamente el 50% de los gastroenterólogos experimenta burnout, esta presentación va más allá de identificar el problema para ofrecer soluciones prácticas y aplicables. A través de un enfoque realista y cercano, se exploran las tres dimensiones del síndrome (agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal), sus factores de riesgo específicos en el entorno de endoscopias, y cómo este desgaste profesional impacta no solo en nuestra calidad de vida, sino también en la seguridad de nuestros pacientes y la sostenibilidad del sistema sanitario.

La charla presenta un **plan práctico de 90 días** diseñado específicamente para unidades de endoscopia, con medidas institucionales e individuales basadas en evidencia científica. Desde la optimización del flujo de trabajo hasta la reducción de cargas administrativas innecesarias, pasando por estrategias personales como sesiones de incidentes críticos y técnicas de mindfulness, aprenderás herramientas concretas que podrás implementar desde el día siguiente en tu unidad. Porque cuidarnos no es opcional: es fundamental para ofrecer la mejor atención endoscópica a nuestros pacientes. Ha llegado el momento de pasar de una cultura donde "estar quemado es lo normal" a una cultura de bienestar 2.0 donde reconozcamos que cuidar al profesional es cuidar al sistema.