



Cirujanos y salud

Surgeons and health

Robin Germán Prieto-Ortiz, MD, MACC 

Centro de Enfermedades Hepáticas y Digestivas CEHYD, Bogotá D.C., Colombia.

“En caso de despresurización, caerán unas máscaras de oxígeno del compartimiento superior. Hale la más cercana a usted, acomódelas y fíjelas con el elástico. Asegúrese de tener su máscara ajustada antes de colocársela a los niños o ayudar a otros pasajeros”.

En el Juramento Hipocrático se resalta la importancia del paciente. La versión original ha sido adaptada a lo largo de la historia y en la Asamblea número 68 de la Asociación Médica Mundial, llevada a cabo en Chicago en 2017, se incluyó un nuevo precepto en el que se recalca la importancia del médico: “*CUIDAR mi propia salud, bienestar y capacidades para prestar atención médica del más alto nivel*”.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como: “*un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades*”. ¿Cada cuánto?, o por lo menos, ¿alguna vez nos hemos preguntado acerca de nuestro propio estado de salud?

Salud física

Además de las enfermedades generales que sufre el común de la población, los especialistas en Cirugía general tenemos un mayor riesgo de padecer otras afecciones, solo por mencionar algunas: las dermatológicas, especialmente las dermatitis; las que comprometen algunos órganos de los sentidos, como las alteraciones visuales relacionadas con espacios con iluminación inadecuada, o por sobre esfuerzo ocular relacionado con la exposición prolongada a pantallas o monitores quirúrgicos; o las afecciones auditivas, causadas por equipos generadores de ruidos o ambientes estridentes. Existe también el riesgo de contraer enfermedades infecciosas debido a pinchazos con agujas o exposición directa a fluidos orgánicos contaminados, pero sin duda, la principal alteración es la relacionada con los trastornos musculoesqueléticos (TME).

La ergonomía evalúa la relación entre el trabajador, en este caso el cirujano, y su entorno laboral, que corresponde a la sala de cirugía, con el fin de

Palabras clave: cirujanos; salud física; ergonomía; salud mental; bienestar; suicidio; investigación.

Keywords: surgeons; physical health; ergonomics; mental health; welfare; suicide; investigation.

Fecha de recibido: 09/12/2023 - Fecha de aceptación: 15/12/2023 - Publicación en línea: 17/01/2024

Correspondencia: Robin Germán Prieto-Ortiz, Calle 127 # 19 A 28, consultorio 412, edificio Acomédica I, Bogotá D.C., Colombia. Teléfono: +57 317 367 3337. Dirección electrónica: rgprietoo@hotmail.com

Citar como: Prieto-Ortiz RG. Cirujanos y salud. Rev Colomb Cir. 2024;39:192-5. <https://doi.org/10.30944/20117582.2536>

Este es un artículo de acceso abierto bajo una Licencia Creative Commons - BY-NC-ND <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>

adaptar este entorno para disminuir el riesgo de fatiga o lesiones, principalmente osteomusculares. Existen algunas condiciones implicadas en los TME, como pueden ser las posturas forzadas, los movimientos repetitivos y las cargas físicas, que las modernas técnicas de mínima invasión los han incrementado. Estos factores están relacionados con la higiene postural, que sólo cuando es adecuada previene estas lesiones¹.

En Latinoamérica son pocos los trabajos que abordan esta temática tan importante, que cada vez es tratada más frecuentemente en la literatura anglosajona. En general, los estudios demuestran cómo el personal de salud tiene alta prevalencia de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el mantenimiento y la repetición de posiciones inadecuadas, y son los cirujanos los que más frecuentemente se encuentran afectados, hasta en el 80 % de ellos, con dolores lumbares, de espalda, cuello y parte superior de las extremidades².

Durante la práctica quirúrgica, es de gran importancia prestar atención a aspectos como la distribución de las salas de cirugía, la maniobrabilidad de los equipos, la altura de la mesa quirúrgica o de las pantallas, la iluminación y la contaminación sonora del ambiente. Aunque cada vez más, las empresas de riesgos laborales y los grupos de clima laboral de algunas instituciones médicas trabajan en estos temas y en la prevención de los TME, considero que no se le ha prestado la atención que merecen; solo por mencionar uno de ellos: las pausas activas son tenidas en cuenta por muy pocos cirujanos.

Salud mental

En los últimos años, la formación académica de los cirujanos ha empezado a incluir aspectos de bienestar físico y emocional. Hasta hace poco tiempo, creíamos con el concepto de que somos seres superiores, inagotables, incansables, y que “formar el carácter” consistía en hacer largas jornadas de trabajo soportando todo tipo de privaciones, incluso las alimentarias, y se nos impedían sentir tristeza o compadecernos con nosotros mismos.

Por suerte, cada vez es más frecuente oír de nuestros colegas relatos de situaciones emocionales

difíciles, que son un llamado en busca de ayuda, pero, ¿cuántas veces somos nosotros mismos quienes quisiéramos buscar esa ayuda y no nos atrevemos por el concepto errado de que somos cirujanos y, por lo tanto, invencibles?

Algunos de los trastornos que afectan nuestra salud mental son la tristeza, angustia, depresión, adicciones, estrés mental, desgaste profesional y suicidio. Cada vez son más frecuentes estas situaciones, especialmente después de la pandemia por el COVID-19, ahora influenciadas también por la incertidumbre generada por el proceso de la reforma a la salud que se está dando en nuestro país y que sin duda tiene que ver con el aspecto laboral de nuestra especialidad.

Los estudios de salud mental en cirujanos son escasos, sin embargo, se ha mencionado que entre el 30 y el 50 % puede sufrir de agotamiento, ansiedad y depresión, y que hasta el 6 % de los cirujanos han tenido pensamientos suicidas^{3,4}. Seguramente la mayoría de nosotros conocemos de colegas cirujanos que en los últimos años han fallecido por suicidio. Es sabido que pocos buscamos ayuda, entre otras razones porque no estamos acostumbrados a aceptar que somos vulnerables, por no enfrentarnos al “qué dirán” e incluso, a veces, por no poner en riesgo nuestra estabilidad laboral y económica. Por fortuna, en Colombia, se realizan de forma más frecuente estudios relacionados especialmente con el síndrome de desgaste físico, emocional o *burnout*^{5,6}.

Debemos seguir los pasos de muchos colegas que han empezado a hablar de estos temas, reconocer que no somos los superhéroes que algunos nos quieren hacer ver, entender que el título de especialistas en cirugía, o la poca o mucha experiencia que tengamos, no representan una armadura que nos proteja de todas estas alteraciones cada vez más frecuentes, o por lo menos más reconocidas.

Salud social

Aunque la inclusión del concepto de salud social como uno de los tres principales componentes en la definición de salud por la OMS data de 1946, se puede considerar que este aspecto es un tema

apenas emergente que, por muchos aspectos sociopolíticos no se ha logrado implementar en la población general, y por muchos aspectos puntuales no se corresponde con el diario vivir de los especialistas en áreas quirúrgicas.

Los determinantes sociales de la salud se definen como *“las circunstancias en que las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana”*, dicho de otra forma, estos componentes sociales incluyen aspectos como el familiar, el laboral e incluso las mismas relaciones interpersonales.

Dentro de nuestra especialidad, el factor laboral es cada vez más difícil, en un entorno donde la gran mayoría estamos contratados por orden de prestación de servicios y debemos trabajar en varios sitios; incluso, no es infrecuente que estando ya cerca a la edad de pensión, estemos buscando nuevos puestos de trabajo para poder satisfacer nuestras necesidades económicas. Vale la pena mencionar también la pérdida del poder adquisitivo de nuestra remuneración, las altas cargas tributarias, el riesgo de demandas que cada vez son más frecuentes y la inequidad de género, que sin duda afecta a las mujeres. Todo esto puede estar relacionado con el hecho de que en algunos países se declaren desiertas las convocatorias a algunas especialidades quirúrgicas.

El aspecto familiar se encuentra generalmente muy comprometido, especialmente en lo relacionado al tiempo que dedicamos a nuestras familias y a nosotros mismos. Somos los ausentes en las celebraciones de fechas especiales y el diálogo o las relaciones interpersonales de amor o de amistad se ven sustituidas por cortos mensajes en las redes sociales. Mantener un trato armónico y un diálogo interpersonal adecuado incide en gran manera en una vida saludable. Aunque a veces lo decimos en broma, el que *“hoy en día muchos más jóvenes quieren ser *youtubers* o creadores de contenido que médicos”*, puede estar influenciado

por la falta de tiempo y de bienestar que sufre gran parte del personal de salud.

Salud espiritual

Sin necesidad de tocar temas religiosos, no puedo dejar de mencionar que existe un aspecto adicional muy relacionado con el bienestar de todas las personas y en este caso de los Cirujanos: la salud espiritual, entendida como nuestra razón de ser, o la esencia de nuestra profesión, es decir, servir a nuestros pacientes. A veces nuestros objetivos o metas se ven influenciados de manera negativa por causas externas, especialmente las mencionadas en el aparte de la salud social, pero también por factores internos, como pueden ser intereses políticos, comerciales, e incluso por nuestro propio ego. Es la llamada *“bronceimia”*, cuando nos creemos seres intelectuales superiores, con el derecho de hacernos acreedores a una estatua que lleve nuestro nombre.

Una buena salud espiritual influye en una adecuada salud mental. El seguir desarrollando nuestra profesión de buena forma, en la búsqueda del bienestar del paciente, debe generar la felicidad del deber cumplido, lo que sin duda redundará en una adecuada salud física y mental.

Consideraciones finales

La salud de los cirujanos es un interesante tópico que debe ser investigado y tratado en encuentros médicos y en publicaciones, pero más allá de eso, es un tema que debe generar reflexión y cuestionamientos acerca de nuestro propio estado de salud física, mental, social y espiritual.

La razón de ser del médico es el paciente y su naturaleza es ayudar a los demás; pero seguramente pocas veces nos detenemos a pensar en nuestra propia salud. Quizás ninguno de nosotros ha tenido la angustiante experiencia de tener que usar las máscaras de oxígeno en los aviones, pero no está de más que nos preguntemos frecuentemente, si tenemos bien puesta nuestra propia máscara de oxígeno antes de empezar a ayudar a los demás.

Referencias

1. Epstein S, Sparer EH, Tran BN, Ruan QZ, Dennerlein JT, Singhal D, et al. Prevalence of work-related musculoskeletal disorders among surgeons and interventionists: a systematic review and meta-analysis. *JAMA Surg.* 2018;153:e174947. <https://doi.org/10.1001/jamasurg.2017.4947>
2. Jacquier-Bret J, Gorce P. Prevalence of body area work-related musculoskeletal disorders among health-care professionals: a systematic review. *Int J Environ Res Public Health.* 2023;20:841. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010841>
3. Gerada C, Jones R. Surgeons and mental illness: a hidden problem? *BMJ* 2014;348:e2764. <https://doi.org/10.1136/bmj.g2764>
4. Al-Ghunaim T, Johnson J, Biyani CS, O'Connor DB. How UK surgeons experience burnout and the link between burnout and patient care: A qualitative investigation. *Scott Med J.* 2022;67:197-206. <https://doi.org/10.1177/00369330221122348>
5. Vega NV, Sanabria A, Domínguez LC, Osorio C, Bejarano M. Síndrome de desgaste profesional en cirujanos colombianos. *Rev Colomb Cir.* 2009;24:153-64.
6. Cuevas L, Torregrosa L, Domínguez LC, Sanabria A. Síndrome de desgaste profesional en residentes de cirugía: estudio transversal colombiano en 2020. *Rev Colomb Cir.* 2023;38:30-6. <https://doi.org/10.30944/20117582.2208>

NOTA DE LOS EDITORES

El doctor Robin Germán Prieto ingresó como Editor Asociado a mediados del año 2019. Con este editorial se despide de sus labores en la Revista Colombiana de Cirugía.

Los editores queremos agradecer su labor esmerada durante los últimos cuatro años y le auguramos éxitos en sus proyectos futuros.

A partir de ahora ha sido nombrado por la Junta Directiva de la Asociación Colombiana de Cirugía en el cargo de Editor Asociado, el doctor Bernardo Alfonso Borraez-Segura, subespecialista en Cirugía Gastrointestinal y Endoscopia Digestiva.

Le damos la bienvenida al equipo editorial de nuestra Revista.
