

Guillermo GARCÍA GONZÁLEZ. *El síndrome del trabajador quemado (o burnout): dimensión jurídica laboral, preventiva y de seguridad social*. Cizur Menor: Aranzadi, 2021. 251 pp. ISBN 978-84-1345-156-57

En primer lugar, señalar que es todo un honor para mí poder llevar a cabo la recensión de este trabajo del Dr. Guillermo García González, profesor y compañero al que admiro muchísimo.

En esta obra, el profesor Guillermo García González lleva a cabo un riguroso estudio de una institución jurídica que está adquiriendo cada vez un mayor auge, como es el síndrome de estar quemado o burnout.

Como es sabido, en la sociedad actual los nuevos riesgos psicosociales están aumentando de forma exponencial, los cuales son considerados uno de los principales problemas de salud laboral que padece la población ocupada de la Unión Europea. Tales riesgos se traducen en un incremento en el nivel de estrés soportado por la población trabajadora, lo que puede conducir a un serio deterioro de la salud física y mental. La magnitud de los problemas relacionados con el estrés va en aumento debido a que el carácter del trabajo ha cambiado radicalmente en las últimas décadas, y así a la frustración, la ansiedad y la depresión que pueden experimentar quienes están sometidos a estrés.

De hecho, la OMS reconoció oficialmente en 2019 el síndrome de estar quemado como un problema asociado al trabajo, tras la revisión decimoprimera de la CIE, y que está en vigor desde 2022. No obstante, ya son años en los cuales esta figura está siendo estudiada, pues fue en 1974 cuando fue acuñado por primera vez por Herbert Freudenberger, quien lo definió como “una sensación de fracaso y una experiencia agotadora que resulta de una sobrecarga por exigencias de energía, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador”. Posteriormente, Cristina Maslach estudió lo que denominaba “pérdida de responsabilidad profesional”, para la cual el síndrome de burnout se puede dar exclusivamente en las profesiones de ayuda. Son las excesivas demandas emocionales externas e internas imposibles de satisfacer las que producen la vivencia de fracaso personal, tras invertir al trabajo de una carga emocional excesiva. Fue definido como “un síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, que puede ocurrir entre individuos que trabajan con personas.

En esta obra, el profesor García lleva a cabo una interrelación de los diferentes ámbitos del síndrome de estar quemado, esto es, desde el punto de vista

preventivo, así como desde el punto de vista de la Seguridad Social y el laboral propiamente dicho. De esta forma, conjuga todas las facetas en las que confluye esta institución jurídica para darle un tratamiento unitario y global que es lo que lleva a ser una obra totalmente completa y magnífica.

La monografía se estructura en seis capítulos. En el primer capítulo se lleva a cabo un análisis de la conceptualización del síndrome de burnout, así como su consideración como proceso, partiendo de las diferentes variables que influyen en el mismo, tanto las organizacionales como las personales de la propia persona afectada. Asimismo, se hace hincapié en su especial incidencia en determinadas profesiones, tales como las asistenciales.

En los siguientes dos capítulos, esto es, el dos y el tres, se estudia esta institución desde el punto de vista preventivo. El autor lleva a cabo el estudio diferenciando entre los instrumentos básicos de la gestión de prevención de riesgos laborales, que son la evaluación y la planificación preventiva. En el capítulo dos, y siguiendo el orden lógico, estudia los factores de riesgo, y se centra especialmente en el análisis de los diferentes métodos de evaluación del burnout, tales como el Maslach Burnout Inventory, el Cuestionario Breve del burnout, el Cuestionario para la evaluación del síndrome de quemarse por el trabajo, el Burnout Measure, o el Copenhagen Burnout Inventory, así como el Cuestionario de Burnout del Profesorado Revisado, o el Cuestionario de Desgaste Profesional de Enfermería, centrado concretamente para el colectivo docente y el de enfermería, respectivamente. En el capítulo tres y, pasando a la siguiente actuación preventiva, el autor lleva a cabo un estudio de las medidas de prevención y/o protección. Para ello, diferencia entre medidas de prevención primaria, secundaria y terciaria, estudiando desde la formación y la sensibilización sobre el burnout o la promoción de la salud como instrumentos básicos, hasta la vigilancia de la salud o las estrategias organizativas que pueden adoptar las propias organizaciones. Todo ello, sin olvidar al colectivo de personas trabajadoras especialmente sensibles ex art. 25 LPRL, para el cual prevé la necesidad de que la empresa adopte medidas específicas.

En los siguientes dos capítulos -cuatro y cinco-, el profesor Guillermo García analiza el burnout desde el ámbito de la Seguridad Social, especialmente, la problemática en torno a su consideración como accidente de trabajo y su correspondiente afectación en la prestación de incapacidad permanente. De esta forma, en el capítulo cuatro lleva a cabo un estudio de la catalogación del burnout como accidente de trabajo, concretamente, en el apartado e) del art.

156.2 LGSS, esto es, como enfermedad del trabajo. La particularidad del burnout reside en que se trata de una enfermedad psíquica, en la cual intervienen factores laborales y extralaborales, por lo que es difícil probar la relación de causalidad. No se puede desconocer la grave dificultad que entraña llegar a demostrar que la causa exclusiva del burnout es el trabajo, atendida la circunstancia de que el trabajador, como cualquier otro ser humano, no vive aisladamente cada problemática y, por tanto, resulta extremadamente difícil aislar una sola causa como única y exclusiva detonante de un trastorno mental para valorar su probable origen laboral. En este apartado, el autor realiza un análisis completo de la doctrina judicial en torno a dicha catalogación, así como en relación a la problemática del suicidio de las personas trabajadoras quemadas. En el capítulo cinco, el autor estudia la incapacidad permanente en relación al burnout analizando los diferentes grados de la incapacidad permanente, especialmente, la total y la absoluta, y los diferentes elementos configuradores de la misma.

Por último, en el capítulo seis, el autor sistematiza las diferentes responsabilidades derivadas del burnout, tanto la administrativa, la civil, como el recargo de prestaciones, y desde el punto de vista estrictamente laboral, la posibilidad de que la persona trabajadora rescinda el contrato ex art. 50 ET.

Por todo ello, no cabe duda de que esta obra es de sumo interés tanto para los juristas como para los prevencionistas, al tratar de forma multidisciplinar esta institución jurídica que está adquiriendo una mayor importancia en los últimos tiempos.

RAQUEL POQUET CATALÀ  
Profesora de Derecho del Trabajo y Seguridad Social  
Facultad de Derecho  
Universidad de Valencia  
raquel.poquet@uv.es  
<https://orcid.org/0000-0001-9606-8832>