

Presentado en el Senado de España

La mitad de los médicos jóvenes en España sufre *burnout*

- El estudio IKERBURN denuncia un modelo de formación médica que enferma a sus profesionales
- Las mujeres médicas jóvenes más expuestas al *burnout* que sus compañeros
- La realización de guardias de 24 horas durante la residencia, uno de los factores que más aumenta el riesgo de burnout
- Dos de cada tres médicos jóvenes padecen insomnio y uno de cada cuatro ha estado de baja por agotamiento
- El abordaje del burnout debe considerarse una prioridad de la política sanitaria para asegurar la calidad y la continuidad de la atención médica en España

Madrid, 12 de noviembre de 2025. Más de la mitad de los médicos jóvenes de nuestro país presentan un cuadro completo de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Los datos presentados hoy por la OMC en el Senado de España alertan de un problema estructural que pone en riesgo la salud de los profesionales, la seguridad de los pacientes y la sostenibilidad del sistema sanitario.

La Organización Médica Colegial (OMC) ha presentado los resultados del *Estudio IKERBURN: de la vocación al agotamiento*, que revela una prevalencia crítica del síndrome de burnout entre los médicos jóvenes españoles. El 93,9% presenta síntomas compatibles con desgaste profesional, y más del 50% cumple criterios de burnout completo según el MBI-HSS (*Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey*). El estudio, que incluye datos de más de 1.400 médicos jóvenes de todo el país, alerta de que el agotamiento emocional y la falta de descanso se están convirtiendo en la norma en una generación llamada a sostener el sistema sanitario.

El informe presentado a raíz de los datos de ese estudio, elaborado por la Sección Nacional de Médicos Jóvenes y Promoción de Empleo de la OMC, muestra una radiografía preocupante:

- El 79% de los médicos jóvenes sufre agotamiento emocional
- El 84% presenta despersonalización
- El 63% experimenta baja realización personal

El estudio concluye que la realización de guardias de 24 horas durante la residencia, es uno de los factores que más aumenta el riesgo de burnout. Otros de los datos que se desprenden del estudio subrayan que el 43,6% no libra tras las guardias en sábado y el 85% reconoce una disminución de la libido consecuencia del desgaste profesional. Además, dos de cada tres padecen

insomnio, el 38% recurre a ansiolíticos o alcohol y uno de cada cuatro ha necesitado una baja laboral por causas relacionadas con el burnout.

El problema afecta a todas las especialidades y comunidades autónomas, aunque se acentúa en las áreas quirúrgicas y hospitalarias, y es un 24% más frecuente en mujeres.

La OMC advierte de que estos datos no reflejan solo un problema individual, sino una crisis estructural que se inicia en el sistema de formación sanitaria especializada (FSE). La falta de descansos, la sobrecarga asistencial y la precariedad contractual vulneran la normativa europea sobre tiempos de trabajo y repercuten directamente en la seguridad de los pacientes.

“Atender la salud mental de los médicos jóvenes no es un lujo, es una condición para garantizar la seguridad del paciente y la calidad asistencial”, señala el informe, que pide una reforma estructural urgente para frenar el deterioro del bienestar profesional y evitar la fuga de talento médico.

El informe es fruto de un estudio que se ha desarrollado durante los últimos tres años y en el que se han implicado los colegios profesionales a través de sus secciones jóvenes. Dicho estudio científico que se encuentra en trámites de publicación en una revista de alto impacto es la base que ha servido a esta vocalía para la realización de este informe sobre la situación actual de este colectivo.

Además de realizar una fotografía del estado de salud de los médicos jóvenes españoles, el informe presentado ofrece una serie de recomendaciones concretas con el objetivo de revertir la situación, entre las que se destacan:

- Cumplir la normativa laboral y garantizar los descansos tras guardias.
- Reforzar la tutorización y la equidad en la carga asistencial.
- Potenciar el Programa de Atención Integral al Médico Enfermo (PAIME), que solo conoce el 40% de los residentes.
- Implementar programas de bienestar psicológico y conciliación, con especial atención a la brecha de género.
- Crear un observatorio nacional de burnout para monitorizar la evolución del problema.

El estudio IKERBURN constituye la primera radiografía integral del desgaste profesional entre los médicos jóvenes en España y busca romper el silencio en torno a la salud mental de los profesionales sanitarios. La OMC insiste en que el burnout “no puede asumirse como un peaje de la vocación médica”, y reclama situar el bienestar de los médicos en el centro de la política sanitaria y que el abordaje del burnout se considere una prioridad de política sanitaria y una inversión estratégica en capital humano, imprescindible para asegurar la calidad y la continuidad de la atención médica en España.

[*Descarga el Estudio*](#)