

# La conciliación laboral, un desafío para los MIR

Una encuesta revela que el 32 por ciento de los residentes consideran que el equilibrio entre trabajo y vida personal es peor de lo que esperaban.



El 69% de los MIR dijo que había fracasado en sus relaciones por no tener suficiente

[REDACCIÓN CONSALUD](#)

12.09.2018 - 00:00

Conseguir un balance óptimo entre las horas que pasan en el hospital o centro de salud con el tiempo para el ocio es uno de los mayores **retos a los que se enfrentan los MIR** durante la residencia, según indica el estudio [Residents Lifestyle & Happiness Report 2018](#) publicado por *Medscape*. Se trata de una encuesta realizada en Estados Unidos en la que participaron más de 1.900 residentes de 29 especialidades distintas.

Al respecto, el 32 por ciento de los MIR respondieron que el equilibrio entre la vida personal y profesional durante la residencia fue **peor de lo que esperaban**. En cambio, un 43 por ciento señalaron que la conciliación era más o menos como pensaban que sería, mientras que solo un 25 por ciento valoró este aspecto mejor de lo que esperaban.

## El 69% de los MIR dijo que había fracasado en sus relaciones por no tener suficiente tiempo libre

En este sentido el 35 por ciento de los encuestados indicó que no tenían tiempo para sí mismos, mientras que un 46 por ciento señaló que algunas veces sí tenían tiempo para dedicarlo a su vida personal. A la pregunta de si dedicaban **horas del día a su bienestar personal**, el 40 por ciento de los hombres dijo que no, un porcentaje que baja al 31 en el caso de las mujeres.

En cualquier caso, esta encuesta sugiere que la vida social de los residentes pasa un segundo plano durante su formación como especialistas: el 69 por ciento dijo que había **fracasado en sus relaciones** por no tener suficiente tiempo libre. Por tanto, no es extraño que casi la mitad de los MIR prefieran tener una pareja que también se dedique a la Medicina porque pueden comprender mejor los desafíos y la tensión laboral.