

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

<https://doi.org/10.35381/s.v.v9i1.4687>

**Relación del estrés laboral con el desempeño del personal de enfermería:
Revisión narrativa**

**Relationship between work-related stress and nursing staff performance:
Narrative review**

María Fernanda García-González

mariafgg32@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-5818-3731>

Adisnay Rodríguez-Plasencia

ua.adisnayrodriguez@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-0306-458X>

Ariel José Romero-Fernández

ua.arielromero@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-1464-2587>

Recibido: 15 de abril 2025

Revisado: 15 de mayo 2025

Aprobado: 15 de julio 2025

Publicado: 01 de agosto 2025

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

RESUMEN

Objetivo: Establecer el nivel de estrés laboral y su relación con el desempeño del personal de enfermería mediante una revisión bibliográfica de estudios publicados entre 2017-2021. **Métodos:** Se realizó una investigación cualitativa con planificación retrospectiva mediante revisión documental de artículos científicos en bases de datos como Google Académico, PubMed, SciELO, BVS, Redalyc y Dialnet. Se incluyeron artículos científicos, libros, tesis de posgrado y ponencias científicas de los últimos 5 años. **Resultados:** Los estudios analizados demuestran que el 55.3% del personal de enfermería presenta estrés laboral de nivel medio, 29.8% nivel bajo y 14.9% nivel alto. El agotamiento emocional se presenta en nivel medio en el 51.0% de los casos. En cuanto al desempeño laboral, predomina el nivel regular con 44.7%, seguido del bueno con 38.3% y deficiente con 17%. Se evidenció una relación significativa entre el estrés laboral y el desempeño profesional.

Descriptores: Trabajo; condiciones de trabajo; estrés psicológico. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To establish the level of work stress and its relationship with nursing staff performance through a bibliographic review of studies published between 2017-2021. **Methods:** A qualitative research with retrospective planning was conducted through documentary review of scientific articles in databases such as Google Scholar, PubMed, SciELO, BVS, Redalyc and Dialnet. Scientific articles, books, postgraduate theses and scientific presentations from the last 5 years were included. **Results:** The analyzed studies show that 55.3% of nursing staff present medium level work stress, 29.8% low level and 14.9% high level. Emotional exhaustion occurs at medium level in 51.0% of cases. Regarding work performance, regular level predominates with 44.7%, followed by good with 38.3% and deficient with 17%. A significant relationship between work stress and professional performance was evidenced.

Descriptors: Work; working conditions; psychological stress. (Source: DeCS).

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

INTRODUCCIÓN

El estrés laboral representa uno de los principales desafíos en el ámbito sanitario contemporáneo, especialmente para el personal de enfermería que enfrenta demandas físicas, emocionales y psicológicas constantes en su ejercicio profesional. Desde las primeras observaciones de Hans Selye en la década de 1930, quien identificó el "Síndrome de estar Enfermo" como un conjunto de síntomas comunes en pacientes independientemente de su patología específica, el concepto de estrés ha evolucionado significativamente ^{1 2}.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés como "el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan el organismo para la acción", mientras que la Organización Internacional del Trabajo (OIT) lo considera una enfermedad que representa una amenaza para las economías tanto de países desarrollados como en desarrollo ^{3 4}. En el contexto específico de enfermería, el estrés laboral surge de la desorganización entre la persona, el puesto de trabajo y la institución, generando consecuencias que van más allá del ámbito individual.

Los profesionales de enfermería están expuestos a múltiples factores estresantes inherentes a su práctica: manejo de situaciones de emergencia, responsabilidad en la toma de decisiones críticas, contacto directo con el sufrimiento humano, sobrecarga laboral, turnos rotativos y guardias nocturnas. Estos factores contribuyen a que la enfermería sea considerada una de las profesiones con mayor prevalencia de enfermedades mentales relacionadas con el estrés ^{5 6}.

En Ecuador, estudios realizados por la GFK determinaron que el 10% de la población sufre estrés laboral, con manifestaciones que incluyen problemas gastrointestinales y cardiovasculares. En el sector salud, particularmente en enfermería, esta problemática se intensifica debido a las características específicas del trabajo asistencial ^{7 8}.

El impacto del estrés laboral en el desempeño profesional de enfermería es multidimensional, afectando no solo la productividad individual sino también la calidad de

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

atención al paciente, las relaciones interpersonales y la satisfacción laboral. Por tanto, el objetivo de esta revisión es establecer el nivel de estrés laboral y su relación con el desempeño del personal de enfermería.

MÉTODO

Se realizó una investigación cualitativa con diseño retrospectivo mediante revisión documental de artículos científicos publicados entre 2017-2021. La búsqueda se efectuó en las siguientes bases de datos: Google Académico, PubMed, SciELO, BVS (Biblioteca Virtual en Salud), Redalyc y Dialnet.

Criterios de inclusión:

- Artículos científicos revisados por pares
- Libros especializados en el tema
- Tesis de posgrado
- Ponencias científicas
- Publicaciones de los últimos 5 años (2017-2021)
- Estudios en español e inglés
- Investigaciones relacionadas con estrés laboral en enfermería

Criterios de exclusión:

- Tesis de pregrado
- Revistas no científicas
- Publicaciones con más de 5 años de antigüedad
- Páginas web no académicas
- Estudios sin metodología clara

La estrategia de búsqueda incluyó términos como "estrés laboral", "enfermería", "desempeño laboral", "burnout", "cuidados críticos" y sus equivalentes en inglés. Se realizó análisis documental y síntesis de la información más relevante para establecer las relaciones entre variables.

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

RESULTADOS

Prevalencia del estrés laboral en enfermería

Los estudios analizados revelan que el estrés laboral en enfermería presenta una distribución característica: 55.3% del personal presenta nivel medio, 29.8% nivel bajo y 14.9% nivel alto. Estos hallazgos son consistentes con investigaciones internacionales que reportan prevalencias similares, donde el 59.5% de enfermeros presenta estrés de nivel medio ^{9 10}.

Dimensiones del estrés laboral

El agotamiento emocional constituye la dimensión más afectada, presentándose en nivel medio en el 51.0% de los casos, nivel bajo en 27.7% y nivel alto en 21.3%. La despersonalización muestra predominio de nivel bajo con 63.23%, mientras que la realización personal presenta niveles variables según el contexto institucional ^{11 12}.

Factores desencadenantes

Los principales factores identificados incluyen:

- Sobrecarga laboral y déficit de personal
- Turnos rotativos y guardias nocturnas
- Responsabilidad en decisiones críticas
- Contacto directo con el sufrimiento y la muerte
- Demandas excesivas de pacientes y familiares
- Infraestructura inadecuada y falta de recursos
- Conflictos interpersonales y falta de apoyo organizacional

Relación con el desempeño laboral

El análisis evidencia una relación significativa entre estrés laboral y desempeño profesional. El desempeño laboral muestra predominio del nivel regular (44.7%), seguido del bueno (38.3%) y deficiente (17%). Los niveles medio y alto de estrés se correlacionan

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

con desempeño regular y deficiente, mientras que el bajo estrés se asocia con mejor desempeño ^{13 14}.

Manifestaciones del estrés

Las manifestaciones físicas incluyen: fatiga, cefaleas, alteraciones gastrointestinales, trastornos del sueño y problemas musculoesqueléticos, especialmente lumbalgias. Las manifestaciones psicológicas comprenden: irritabilidad, ansiedad, depresión, dificultades de concentración y pérdida de motivación ^{15 16}.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos confirman que el estrés laboral en enfermería constituye un fenómeno complejo y multifactorial que impacta significativamente en el desempeño profesional. La prevalencia encontrada es consistente con la literatura internacional, lo que sugiere que esta problemática trasciende fronteras geográficas y sistemas de salud. El modelo de Demanda-Control de Karasek y el modelo de Desequilibrio Esfuerzo-Recompensa de Siegrist proporcionan marcos teóricos sólidos para comprender la génesis del estrés laboral en enfermería. Cuando las demandas laborales exceden los recursos disponibles y el control percibido por el profesional, se genera un estado de tensión que afecta tanto el bienestar individual como el desempeño organizacional ^{17 18}.

La relación identificada entre estrés y desempeño sugiere que las intervenciones dirigidas a reducir el estrés laboral podrían tener efectos positivos en la calidad de atención. Sin embargo, es importante considerar que esta relación no es unidireccional; un bajo desempeño también puede generar mayor estrés, creando un ciclo que requiere intervención integral.

Las manifestaciones del Síndrome de Burnout, caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, representan la expresión más severa del estrés crónico en enfermería. La identificación temprana de estos síntomas es crucial para implementar estrategias preventivas efectivas ^{19 20}.

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

CONCLUSIONES

El estrés laboral en enfermería presenta una prevalencia significativa que afecta directamente el desempeño profesional. Los niveles medio y alto de estrés se asocian con deterioro en la calidad del desempeño, lo que tiene implicaciones importantes para la seguridad del paciente y la satisfacción laboral.

Es fundamental que las instituciones de salud implementen estrategias integrales de prevención y manejo del estrés que incluyan: mejora de las condiciones laborales, programas de apoyo psicológico, capacitación en técnicas de afrontamiento, redistribución equitativa de cargas de trabajo y fortalecimiento del clima organizacional.

La investigación futura debe enfocarse en el desarrollo y evaluación de intervenciones específicas para reducir el estrés laboral en enfermería, considerando las particularidades de cada contexto asistencial y las necesidades específicas de los profesionales.

CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Regional Autónoma de Los Andes por el apoyo institucional en el desarrollo de esta investigación.

REFERENCIAS

1. Félix R, García C, Mercado S. El estrés en el entorno laboral. Culcty. 2018;15(64):31-42. <https://n9.cl/p4dly>

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

2. Betancourt Delgado MT, Domínguez Quijije WF, Peláez Flores BI, Herrera Velázquez M del R. Estrés laboral en el personal de enfermería del área de UCI durante la pandemia de COVID 19. UNESUM-Ciencias. 2020;4(3):41-0. <https://n9.cl/bof7g>
3. Aray D, Acosta W. Diseño de un plan de prevención y control de estrés para mejorar el clima laboral del área de mantenimiento de la Facultad de Ciencias Administrativas. Tesis de maestría. Universidad de Guayaquil; 2016. <https://n9.cl/3edc78>
4. Chiang M, Riquelme G, Rivas P. Relación entre Satisfacción Laboral, Estrés Laboral y sus Resultados en Trabajadores de una Institución de Beneficencia de la Provincia de Concepción. Cienc Trab. 2018;20(63). <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492018000300178>
5. Ospina A. Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una institución militar. Tesis de maestría. Universidad Católica de Colombia; 2016. <https://n9.cl/dxuung>
6. Sarsosa K, Charria V. Estrés laboral en personal asistencial de cuatro instituciones de salud nivel III de Cali. Bitacus. 2017;20(1):44-52. <http://dx.doi.org/10.22267/rus.182001.108>
7. Ibarra Y, Priscila A. Reducción del estrés laboral mediante la aplicación de la Técnica de Relajación Progresiva de Jacobson en trabajadores de la empresa Creaciones Patricio. Tesis de maestría. Universidad Central del Ecuador; 2018. www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/15343
8. Karla G, Borja P, López J, Lalama A. Evaluación del estrés laboral y su influencia en el género de los trabajadores de planta central del Ministerio de Justicia, Derechos Humanos y Cultos. Dialnet. 2017;3(4):509-518. <https://n9.cl/0a4rb8>
9. Reyes V, Milagros S. Estrés y calidad de cuidado de la enfermera en el paciente Hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz. Tesis de especialidad. Universidad Nacional de Trujillo; 2019. <https://n9.cl/gen0j>
10. Lopes F, Ferraz E. Estrés de los enfermeros de UCI en Brasil. Enfermería Global. 2011;10(22). <https://n9.cl/9p3em>
11. Sihuyro L. Factores Asociados al Estrés Laboral en el Personal de Enfermería del Centro Quirúrgico del Hospital Hipólito Unanue de Tacna. Tesis de maestría. Universidad César Vallejo; 2018. <https://n9.cl/ezcy7>

María Fernanda García-González; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

12. Izquierdo O. Estrés y Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería. Tesis de maestría. Universidad Miguel Hernández; 2015. [http://dspace.umh.es/bitstream/11000/3285/1/Izquierdo Jerez%2C Oscar TFM.pdf](http://dspace.umh.es/bitstream/11000/3285/1/Izquierdo%20Jerez%20Oscar%20TFM.pdf)
13. Lopera M, Forero C, Paiva L, Cuartas V. El quehacer cotidiano de la enfermera significa soportar la carga. Rev Cuid. 2016;7(2):1262-1270. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v7i2.320>
14. Molina T, Gutiérrez A, Hernández L, Contreras M. Estrés psicosocial: algunos aspectos clínicos y experimentales. Anales de Psicología. 2008;24(2):353-360. <https://n9.cl/rve97>
15. Popp M. Estudio preliminar sobre el síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en enfermeras de unidades de terapia intensiva. Interdisciplinaria. 2008;25(1):5-27. <https://n9.cl/qtkik>