

María Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

<https://doi.org/10.35381/s.v.v9i1.4700>

Síndrome de burnout en enfermería de cuidados críticos

Burnout syndrome in critical care nursing

María Magdalena Llamuca-Guaman

mariamlg78@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0006-4524-8263>

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 Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

RESUMEN

Objetivo: Determinar la incidencia del síndrome de burnout en personal de enfermería que labora en unidades de cuidados críticos como población vulnerable. **Método:** Enfoque cualitativo, no experimental, descriptivo mediante revisión bibliográfica de artículos publicados en revistas indexadas durante últimos cinco años con alcance explicativo. **Resultados:** Personal quemado sin ánimos de trabajar presenta bajo rendimiento laboral. La prevención mediante terapias de relajación, pausas activas y técnicas aplicables en vida diaria y laboral son fundamentales. La evaluación oportuna del personal permite detectar situaciones que pueden ocasionar el síndrome. Los factores de riesgo incluyen sobrecarga laboral, largas jornadas, presión de pacientes, falta de insumos y ambiente hostil. **Conclusiones:** El síndrome de burnout puede prevenirse mediante evaluación del personal de enfermería para detectar situaciones desencadenantes. Es fundamental implementar estrategias de atención, programas de orientación y apoyo psicosocial, fomentando trabajo en equipo y mejorando clima laboral en unidades de cuidados críticos.

Descriptores: Síndrome de burnout; Personal de enfermería; Cuidados intensivos; Estrés laboral. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To determine the incidence of burnout syndrome in nursing personnel working in critical care units as a vulnerable population. **Method:** Qualitative, non-experimental, descriptive approach through bibliographic review of articles published in indexed journals during the last five years with explanatory scope. **Results:** Burned out staff without enthusiasm to work shows poor job performance. Prevention through relaxation therapies, active breaks and techniques applicable in daily and working life are fundamental. Timely evaluation of staff allows detecting situations that may cause the syndrome. Risk factors include work overload, long working hours, patient pressure, lack of supplies and hostile environment. **Conclusions:** Burnout syndrome can be prevented through evaluation of nursing staff to detect triggering situations. It is essential to implement care strategies, guidance programs and psychosocial support, promoting teamwork and improving work climate in critical care units.

Descriptors: Burnout syndrome; Nursing staff; Intensive care; Work-related stress. (Source: DeCS).

María Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

INTRODUCCIÓN

En Ecuador, a pesar de existir escasos estudios sobre síndrome de desgaste profesional o burnout, se ha evidenciado que gran parte del personal de enfermería está expuesto a sufrir algún grado del síndrome del personal quemado, determinado por falta de interés al trabajo, despersonalización y falta de realización personal ¹. La peculiaridad del trabajo en enfermería en unidades de cuidados críticos hace importante conocer el nivel de burnout, por ser área crítica donde el personal está inmerso a constante presión.

Mediante aplicación de proyecto empleando encuestas al personal del Hospital Carlos Andrade Marín de Quito, se identificó tasa de incidencia del síndrome de burnout en personal de salud, evidenciando que el personal sufría grado alto del síndrome recayendo en estresores como sobrecarga laboral, largas jornadas de trabajo, presión de pacientes y condiciones inadecuadas creando ambiente laboral hostil ².

El personal de enfermería constituye uno de los grupos más vulnerables en ámbito de la salud, enfrentándose a situaciones estresantes donde la actividad involucra compromiso personal ayudando a pacientes afrontar la enfermedad ³. El síndrome de burnout en enfermeras se ha asociado al trabajo bajo presión, especialmente en salas de cuidados críticos, siendo la falta de autonomía, interacción con familiares, enfrentarse con sufrimiento y muerte, incorporación de nuevas tecnologías y relaciones conflictivas entre equipo de trabajo factores desencadenantes ⁴.

Ecuador no tiene programa donde se pueda ayudar al personal de salud a prevenir el síndrome de burnout, evidenciándose falta de estrategias que deberían implementarse en sistema sanitario para velar salud mental de trabajadores ⁵. El síndrome de burnout no es considerado como riesgo psicosocial en código de legislación actual para personal de salud en Ecuador ⁶.

María Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

MÉTODO

Investigación cualitativa documentada con artículos publicados en revistas indexadas en últimos cinco años, destacando investigaciones más evidentes sobre incidencia del síndrome de burnout en personal de enfermería que labora en unidades de cuidados críticos ⁷.

Según su alcance se considera explicativa porque se pretende conocer grado de burnout en enfermeras que laboran en unidades de cuidados críticos, cotejando aspectos con otras investigaciones asociadas para lograr discusión con artículos que contengan criterios semejantes ⁸.

Criterios de inclusión: Análisis y revisión de artículos científicos, tesis de posgrado y fuentes bibliográficas relacionados con incidencia del síndrome de burnout en personal de enfermería en unidades de cuidados críticos, publicados en bases de datos indexadas como Pubmed, Scielo, Clinical Key, Scopus, Elsevier, Latindex, Eureka en últimos cinco años ⁹.

Criterios de exclusión: Tesis de pregrado, artículos de revistas que no consten en bases de prestigio científico, artículos de fuentes informativas como periódicos o entrevistas y artículos de años inferiores al 2018 ¹⁰.

RESULTADOS

El síndrome de burnout se considera una de las enfermedades con mayor incidencia de esta era, considerando características a las que empleados o servidores son sometidos en mayoría de casos de forma no intencional, tal es el caso de enfermería quienes mantienen trabajo de alto estrés considerando horarios, áreas de trabajo y servicio a personas que presentan cuadros clínicos de riesgo ¹¹.

La falta de apoyo de más personal en casos extremos de ingreso de varios pacientes a unidades de cuidados críticos, espacios cerrados donde profesionales de salud mantienen trajín laboral durante largas horas sin opción a salir hasta cumplir fin de

María Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

servicio, constituyen factores desencadenantes ¹². La prevención tanto en área laboral como familiar es de vital importancia, identificándose tempranamente diferentes tipos de estresores ¹³.

Freudenberger utilizó expresión burnout por primera vez para referirse a conglomerado de manifestaciones físicas padecidas por personal de salud como consecuencia de situaciones oprimidas de trabajo. Es común que se presente en profesionales de salud y ayuda social, caracterizándose por etapa de impotencia como resultado de sobrellevar tareas que no son de edificación ¹⁴.

El burnout surge más habitualmente en trabajadores más implicados en institución, en los que laboran con mucho empoderamiento y responden al trabajo con presión y exigencias, dejando a un lado vida sentimental y familiar para poner por delante su trabajo ¹⁵. Es proceso continuo que se conforma desde punto de vista de profesionales con posiciones de despersonalización, como respuesta a conjunto de elementos que produce estrés ¹⁶.

DISCUSIÓN

La regresión lineal múltiple reveló que cuestiones de personal que contribuyen al estrés relacionado con trabajo son las mejores, asociado con cada dimensión del burnout. Las cuestiones de falta de personal explican mayor varianza en agotamiento emocional (16%), despersonalización (13%) y realización personal (10%) ¹⁵. Sin embargo, actividades de prevención que realiza profesional de enfermería durante trabajo permiten que incidencia del síndrome de burnout sea baja en unidades de cuidados críticos ¹².

Los resultados del Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) analizan medias en tres dimensiones: desgaste emocional, despersonalización e incompetencia. En cuanto a ambigüedad de funciones, es relativamente baja, por lo que funciones están bien planteadas. La correlación de edad, tiempo de profesión y actuación en emergencia

María Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

encontró que tiempo de actuación en emergencia y desarrollo de profesión son factores que influyen para tener síndrome de burnout ¹³.

Enfermeras que laboran en área crítica están en riesgo de presentar síndrome de burnout que se asocia con ansiedad y depresión tanto en enfermeras con experiencia laboral amplia, especialistas y no especialistas son vulnerables para desarrollar sintomatología, a pesar de tener conocimiento acerca del manejo del paciente crítico ¹⁴. El personal que labora en unidades de cuidado crítico presenta mayor agotamiento emocional y menor falta de realización personal en relación con personal que trabaja en servicios de hospitalización ¹⁵.

La utilización y sincronización de estrategias de intervención sobre efectos del burnout en profesionales que lo padecen debería considerarse a nivel organizacional. Se debería incluir cultura de prácticas basadas en creación de entorno positivo, promoviendo confianza de capacidades para desempeño de alto nivel ¹⁶.

CONCLUSIONES

Se encontró que síndrome de burnout no interviene de manera específica en todas las esferas de afrontamiento de enfermeras que laboran en unidad de cuidados críticos, evidenciándose al momento de afrontar problema amenazante. Aplicar cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) permite evidenciar si existe estrés laboral determinando qué porcentaje de enfermeras mantiene porcentajes muy bajos, orientando a recomendar estrategias de detección oportuna de casos.

Algunos profesionales presentan factores de riesgo al tener puntuaciones altas en dominios cansancio emocional y despersonalización. Es fundamental establecer estrategias de atención para profesionales portadores de este síndrome, siendo importante instaurar programas de orientación, apoyo psicosocial e información a profesionales que pudieran tener factores de riesgo para desarrollo de este problema.

María Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

Es importante trabajar a nivel institucional con trabajadores de salud, especialmente con personal que labora en unidades de cuidados críticos, fomentando trabajo en equipo, creando buen clima laboral. A nivel de líderes de servicios es importante planificar y aplicar estrategias de prevención efectivas que disminuyan incidencia y consecuencias de su desarrollo tanto para bienestar y salud de profesionales como para repercusión en cuidados objeto de su labor profesional.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A todos los agentes sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS

1. Ramírez P, Silva M. Síndrome de desgaste profesional y su influencia en las estrategias de afrontamiento en profesionales de la salud que laboran en los centros de Salud del Distrito 18D06. Universidad Técnica de Ambato; 2019.
2. Menéndez T, Calle A, Delgado D, Espinel J, Cedeño Y. Síndrome de Burnout y calidad de atención del personal de enfermería de un hospital general en la provincia de Manabí, Ecuador. CCCSS. 2018;18(10):30.
3. Durán R, Gamez Y, Toirac K, Toirac J, Toirac D. Síndrome de burnout en enfermería intensiva y su influencia en la seguridad del paciente. MEDISAN. 2021;25(2):278.
4. Cabrera M. Síndrome de burnout en profesionales de enfermería que laboran en la unidad de Cuidados Intensivos covid de un hospital Nacional de Lima. Universidad Privada Norbert Wiener; 2021.

María Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

5. Zumba Y, Beltrán E, López F. Fuego y cenizas: incidencia de Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Técnica de Babahoyo. *Revista Conrado*. 2019;15(69):304-8.
6. Clara S. Síndrome de Burnout en los profesionales de Enfermería de Salud Mental y Psiquiatría: Un estudio transversal de prevalencia en las Áreas de Salud de la Región de Murcia. Universidad Miguel Hernández; 2018.
7. Jiménez P. Síndrome de Burnout en personal de salud de Unidades de Medicina Crítica. *Cambios rev med*. 2018;17(2):34-9.
8. Quintero S, Torres O. Caracterización del síndrome de burnout en los profesionales de enfermería de la clínica Carlos Ardilalulle. Universidad Autónoma de Bucaramanga; 2022.
9. Zunini F. Síndrome de Burnout en el Desempeño Laboral del Personal Enfermero de Cuidados Intensivos de un Hospital del Callao, en Pandemia. Universidad Cesar Vallejo; 2022.
10. Bermann S. ¿Fatiga, stress, desgaste laboral? Problemas metodológicos en el estudio de las relaciones entre salud y trabajo. *Cuad Med*. 2018;5(1):23-5.
11. Zaldúa G, Lodiue M. El síndrome de Burnout: El desgaste profesional de los trabajadores de la salud y la salud en crisis. *Dunken Bs As*. 2018;12(6):34-81.
12. Cerón E. Síndrome de burnout en enfermeros de hospitales públicos y privados en Guayaquil, Ecuador. *Rev Clínica Guayaquil*. 2020;1(1):33-40.
13. Llor J, Seva A, Díaz J, Llor L, Leal C. Burnout, habilidades de comunicación y autoeficacia en los profesionales de urgencias y cuidados críticos. *Enferm Global*. 2020;59(1):70-80.
14. Moraga I. El síndrome de Burnout en profesionales de enfermería de unidades de cuidados críticos. Universidad Autónoma de Madrid; 2022.
15. Valero M, Rivera J, González L, Lozada P, Valero J. Incidencia del síndrome de Burnout en residentes de terapia intensiva en hospitales de tercer nivel estudio multicéntrico internacional. *Med Crit*. 2019;33(5):238-44.

María Magdalena Llamuca-Guaman; Adisnay Rodríguez-Plasencia; Ariel José Romero-Fernández

16. Gutiérrez J, Arias A. Síndrome de burnout en personal de enfermería: asociación con estresores del entorno hospitalario, Andalucía, España. Rev Med IMSS. 2018;15(1):30-44.

©2025 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>)