



Impacto del estrés en el desempeño del personal de enfermería en las áreas críticas de los hospitales de Latinoamérica

Impact of stress on the performance of nursing staff in critical areas of Latin American hospitals

- 1 Yomar Elizabeth Capus Aguila  <https://orcid.org/0009-0009-8933-8430>
Universidad Estatal de Bolívar (UEB), Guaranda, Ecuador. Maestría en Salud Pública
yomar.capus@ueb.edu.ec
- 2 Stefanny Karolina Días Ledesma  <https://orcid.org/0000-0003-4176-1300>
Universidad Estatal de Bolívar (UEB), Guaranda, Ecuador.
sdias@mailes.ueb.edu.ec

Artículo de Investigación Científica y Tecnológica

Enviado: 13/11/2025

Revisado: 15/12/2025

Aceptado: 16/01/2026

Publicado: 07/04/2026

DOI: <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v10i2.3641>

Cítese:

Capus Aguila, Y. E., & Días Ledesma, S. K. (2026). Impacto del estrés en el desempeño del personal de enfermería en las áreas críticas de los hospitales de Latinoamérica. *Ciencia Digital*, 10(2), 20-38. <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v10i2.3641>



**Ciencia
Digital**
Editorial



CIENCIA DIGITAL, es una revista multidisciplinaria, trimestral, que se publicará en soporte electrónico tiene como misión contribuir a la formación de profesionales competentes con visión humanística y crítica que sean capaces de exponer sus resultados investigativos y científicos en la misma medida que se promueva mediante su intervención cambios positivos en la sociedad. <https://cienciadigital.org>

La revista es editada por la Editorial Ciencia Digital (Editorial de prestigio registrada en la Cámara Ecuatoriana de Libro con No de Afiliación 663) www.celibro.org.ec.

Esta revista está protegida bajo una licencia *Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 International*. Copia de la licencia: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>.

Palabras claves: estrés laboral, enfermería, desempeño profesional, áreas críticas, síndrome de burnout, hospitales latinoamericanos, salud ocupacional.

Resumen: Introducción: el estrés laboral en el personal de enfermería de áreas críticas representa una problemática relevante en la salud ocupacional latinoamericana, agravada por limitaciones presupuestarias, déficit de recursos humanos y el impacto de la pandemia COVID-19. Objetivo: analizar sistemáticamente la evidencia científica sobre el impacto del estrés laboral en el desempeño del personal de enfermería en áreas críticas de hospitales latinoamericanos durante 2020-2025. Metodología: Revisión sistemática siguiendo directrices PRISMA 2020. Se consultaron bases de datos científicas (PubMed/MEDLINE, Scopus, Web of Science, LILACS, SciELO, Dialnet), hasta noviembre 2025. De 135 registros iniciales, se analizaron 28 estudios de alta calidad metodológica evaluados mediante herramientas CASP y Newcastle-Ottawa. Resultados: la prevalencia promedio de síndrome de burnout fue 43.8 %, alcanzando 84.4 % en contextos pandémicos. La sobrecarga laboral se reportó en 85.7 % de estudios. El agotamiento emocional afectó al 62.8 % del personal, despersonalización al 64.9 %, y 77.7 % reportó bajo desarrollo profesional. El estrés impacta directamente en la seguridad del paciente, incrementando errores clínicos. Conclusión: el estrés laboral constituye una consecuencia estructural de deficiencias sistémicas, no un problema individual. Las intervenciones efectivas requieren mejoras organizacionales, apoyo psicológico sistemático y políticas de salud ocupacional. Invertir en salud ocupacional del personal es estratégico para la calidad y sostenibilidad de los sistemas de salud latinoamericanos. Área de estudio general: Ciencias de la Salud. Área de estudio específica: Enfermería / Salud Ocupacional, Tipo de estudio: Revisión bibliográfica sistemática.

Keywords: work-related stress, nursing, professional performance, critical care, burnout syndrome, Latin American hospitals, occupational health.

Abstract: Introduction: work-related stress among critical care nursing staff represents a significant occupational health problem in Latin America, aggravated by budget limitations, human resource deficits, and COVID-19 pandemic impact. Objective: to systematically analyze scientific evidence on the impact of work-related stress on nursing staff performance in critical care areas of Latin American hospitals during 2020-2025. Methodology: systematic review following PRISMA 2020 guidelines. Scientific databases were consulted (PubMed/MEDLINE, Scopus, Web of Science, LILACS, SciELO, Dialnet), until November 2025. From 135 initial records, 28

high-quality studies were analyzed using CASP and Newcastle-Ottawa tools. Results: average burnout syndrome prevalence was 43.8 %, reaching 84.4 % in pandemic contexts. Work overload was reported in 85.7 % of studies. Emotional exhaustion affected 62.8 % of staff, depersonalization 64.9 %, and 77.7 % reported low professional development. Stress directly impacts patient safety, increasing clinical errors. Conclusion: work-related stress constitutes a structural consequence of systemic deficiencies, not an individual problem. Effective interventions require organizational improvements, systematic psychological support, and occupational health policies. Investing in staff occupational health is strategic for quality and sustainability of Latin American health systems. General study area: Health Sciences. Specific study area: Nursing / Occupational Health. Type of study: Systematic literature review.

1. Introducción

El estrés laboral se define como un conjunto de reacciones emocionales, psicológicas, cognitivas y conductuales de carácter negativo que emergen cuando las demandas del ambiente laboral exceden la capacidad de respuesta del profesional, representando una de las problemáticas más relevantes en el contexto de la salud ocupacional contemporánea, particularmente en el ámbito de los cuidados críticos. En Latinoamérica, esta problemática adquiere dimensiones especialmente preocupantes debido a las características particulares de los sistemas de salud de la región, que frecuentemente enfrentan limitaciones presupuestarias significativas, déficit crónico de recursos humanos e infraestructura insuficiente. Las áreas críticas hospitalarias, tales como las Unidades de Cuidados Intensivos (UCI), las unidades de terapia intensiva pediátrica, las unidades

de cuidados intensivos neonatales y los servicios de emergencia, se caracterizan por la atención de pacientes en estado crítico que requieren vigilancia continua, intervenciones terapéuticas complejas y toma de decisiones rápidas bajo condiciones de alta presión, factores que intensifican la exposición a situaciones estresantes de manera crónica (Jiménez et al., 2023).

La evidencia científica reciente documenta de manera consistente que el personal de enfermería en áreas críticas experimenta niveles significativamente elevados de estrés laboral y síndrome de burnout en toda la región latinoamericana (Veloso et al., 2024). Estudios en: Chile, Ecuador, Brasil y Perú, revelan que el personal presenta características compatibles con estrés laboral, relacionado principalmente con sobrecarga laboral, exposición continua a situaciones de muerte, y déficit de recursos instituciona-

les (Guillen et al., 2025). La sobrecarga laboral emerge consistentemente como uno de los factores estresores más prevalentes y con mayor impacto sobre el bienestar del personal. Esta sobrecarga se manifiesta en el déficit crónico de personal que resulta en ratios enfermera-paciente inadecuadas, jornadas laborales extendidas, ausencia de períodos de descanso y asignación de responsabilidades que exceden la capacidad individual de respuesta. Un estudio evidencia que enfermeras de 13 países de América Latina sufren estrés laboral superior, sumado a padecimiento de sobrecarga de trabajo y exceso de horas en su jornada laboral, mencionando que las instituciones donde laboran no cuentan con apoyo psicológico (Del Rosario et al., 2021). La unidad de cuidados intensivos presenta mayor cantidad de manifestaciones estresantes, mientras que la unidad de cuidados médicos quirúrgicos representa una mayor sobrecarga laboral (Torrecilla et al., 2021).

Las consecuencias del estrés laboral son múltiples e interrelacionadas, afectando simultáneamente al profesional, a la organización y la calidad de atención. Los altos niveles de estrés hacen que las enfermeras sean más propensas a desarrollar diversas enfermedades físicas y mentales, pérdida del rendimiento y productividad, generando insatisfacción del paciente con respecto a la atención entregada, y la sobrecarga laboral aumenta los niveles de estrés que al ser sobrepasado puede conducir a errores en el cuidado de la persona atendida (Vásquez & González, 2020). El síndrome de burnout en enfermería intensiva tiene influencia directa

en la seguridad del paciente, incrementando el riesgo de eventos adversos relacionados con los cuidados de enfermería (Durán et al., 2021).

La salud mental del personal de salud es una preocupación frecuente, incluso mucho antes de la pandemia, teniendo la ansiedad y el estrés una incidencia significativa en el personal de salud (Torrecilla et al., 2021). Estas condiciones laborales demandantes no solo afectan la estabilidad emocional del personal de enfermería, sino que también repercuten en su capacidad de afrontamiento, adaptación y resiliencia frente a eventos adversos, generando un desgaste progresivo que compromete el equilibrio entre la vida personal y profesional, así como la continuidad y calidad del cuidado brindado (Baldera & Ydrogo, 2022). Al provocar una afluencia masiva de pacientes en estado crítico, la pandemia de COVID-19 cambió radicalmente las prácticas profesionales en las unidades de cuidados intensivos, generando un estrés laboral sin precedentes en los profesionales de salud que laboraban en estas unidades, porque no se contaba con todas las medidas de bioseguridad requeridas para la protección del personal, además los insumos médicos se agotaron y eran escasos (Moncada et al., 2021).

A pesar de la creciente evidencia sobre la prevalencia del estrés laboral en el personal de enfermería de áreas críticas y su impacto documentado sobre el desempeño profesional y la calidad de atención, existe un vacío significativo en el conocimiento consolidado específico para el contexto latinoameri-

cano. No existe una síntesis comprehensiva que integre la evidencia disponible para proporcionar una visión regional del fenómeno, identificando patrones comunes, especificidades contextuales y estrategias de intervención efectivas. Esta carencia limita la comprensión global del problema y dificulta el desarrollo de estrategias de intervención contextualizadas a las realidades sanitarias, económicas y culturales de América Latina (Vega-Falcón, 2022).

La relevancia de esta problemática se magnifica al considerar que las áreas críticas atienden los pacientes más vulnerables, cuyas vidas dependen directamente de la competencia técnica, el juicio clínico y la capacidad de respuesta del personal de enfermería (Fernández, 2024). Cualquier deterioro en el desempeño profesional puede traducirse en consecuencias graves, incremento en morbilidad, prolongación de estancias hospitalarias y aumento de costos. La inversión en formación especializada hace que la rotación y el ausentismo representen pérdidas económicas sustanciales para las instituciones (de Souza Veloso et al., 2024).

Ante este panorama complejo y preocupante, resulta imperativo realizar un análisis sistemático de la evidencia disponible. Por ello, el objetivo general del presente estudio es analizar sistemáticamente la evidencia científica disponible sobre el impacto del estrés laboral en el desempeño del personal de enfermería en áreas críticas de hospitales latinoamericanos durante el período 2020-2025, a través de una revisión sistemática de la literatura.

La ventana de tiempo 2020-2025 se justifica por el impacto transformador de la pandemia de COVID-19, que desde marzo de 2020 cambió radicalmente el ambiente laboral en las UCI, generando una crisis sin precedentes que exacerbó las vulnerabilidades estructurales preexistentes de los sistemas de salud latinoamericanos. Este período permite capturar tanto el efecto agudo de la pandemia como las consecuencias prolongadas en el contexto post pandémico, proporcionando una comprensión integral de la evolución del estrés laboral en este período crítico de la historia de la salud pública regional.

Esta revisión se justifica por múltiples razones que convergen en la necesidad urgente de consolidar el conocimiento disponible y orientar acciones efectivas para proteger tanto la salud del personal de enfermería como la seguridad de los pacientes críticos.

2. Metodología

El presente artículo se desarrolló como una revisión sistemática de la literatura científica, metodología que representa el estándar de oro para sintetizar de manera rigurosa, transparente y reproducible el conocimiento existente sobre una temática específica mediante la aplicación de criterios explícitos y sistemáticos de búsqueda, selección, evaluación crítica de la calidad metodológica, extracción de datos y síntesis de estudios primarios y secundarios. Este diseño metodológico permite minimizar sesgos inherentes a las revisiones narrativas tradicionales, maximizar la exhaustividad de la búsqueda bibliográfica asegurando que toda la evi-

dencia relevante disponible sea identificada y considerada, y proporcionar conclusiones basadas en el conjunto total de la evidencia disponible en lugar de estudios individuales que pueden presentar limitaciones o resultados contradictorios.

Se excluyeron documentos duplicados, estudios dirigidos a otras profesiones sanitarias y publicaciones sin acceso completo o que no abordaran directamente la relación entre estrés y desempeño laboral.

Para garantizar el rigor metodológico absoluto y la transparencia completa del proceso de revisión, se siguieron estrictamente las directrices establecidas en la declaración PRISMA 2020 La búsqueda bibliográfica se realizó en bases de datos científicas internacionales y regionales de reconocido prestigio académico. Las principales bases consultadas fueron: *PubMed/MEDLINE* (*National Library of Medicine*), *Scopus* (*Elsevier*), *Web of Science* (*Clarivate Analytics*) y *LILACS* (*Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud*). Complementariamente, se consultaron bases regionales y repositorios institucionales latinoamericanos para garantizar la inclusión de investigaciones publicadas en el contexto local: *Dialnet*, *Alicia-Concytec*, *SciELO*, *RECIAMUC* y repositorios institucionales de universidades de la región (*UPeU*, *UMA*, *UPSC*, *UNESUM*, *UNACH*).

La última búsqueda se ejecutó en noviembre de 2025, garantizando la inclusión de la evidencia más reciente disponible hasta la fecha de elaboración del presente estudio. La es-

trategia de búsqueda combinó términos controlados (*MeSH/DeCS*) y términos libres en español e inglés, utilizando operadores booleanos para optimizar la sensibilidad y especificidad de la búsqueda. Se emplearon descriptores en español e inglés combinados mediante operadores booleanos: “estrés laboral” AND “enfermería” AND “desempeño profesional” AND “áreas críticas” OR “hospitales” OR “Latinoamérica”; así como sus equivalentes en inglés (*work-related stress, nursing, professional performance, critical care, Latin America*).

Los criterios de búsqueda priorizaron artículos que analizaran el estrés en el personal de enfermería, su relación con la carga laboral y el desempeño profesional, en contextos hospitalarios públicos o privados de América Latina.

La estrategia de búsqueda se detalla en la Tabla 1.

2.1 Criterios de inclusión

- Estudios publicados entre 2020 y 2025 en español o inglés.
- Investigaciones desarrolladas en países latinoamericanos o con muestra de enfermeros de la región.
- Estudios que analicen la relación entre estrés laboral y desempeño profesional del personal de enfermería.
- Artículos originales, tesis de maestría o licenciatura, y revisiones con metodología claramente descrita.

Tabla 1: Estrategia de búsqueda

Base de datos	Estrategia de búsqueda aplicada	Resultados obtenidos
PubMed/MEDLINE	("work-related stress." OR "occupational stress") AND ("nursing." OR "nurses") AND ("critical care." OR "intensive care") AND "Latin America"	18 artículos
Scopus	TITLE-ABS-KEY ("work stress." AND "nursing." AND "critical care." AND "Latin America")	22 artículos
Web of Science	TS=(.estrés laboral." OR "work stress") AND TS=(.enfermería." OR "nursing") AND TS=(cuidados intensivos." OR "critical care")	15 artículos
LILACS	(tw:(estrés laboral)) AND (tw:(enfermería)) AND (tw:(desempeño profesional)) AND (tw:(América Latina))	19 artículos
Dialnet	.estrés laboral." AND .enfermería." AND "desempeño profesional"	16 artículos
Alicia (Concytec)	.estrés laboral." AND .enfermería." AND "Latinoamérica"	14 artículos
Repositorios institucionales (UPeU, UMA, UPSC, UNESUM, UNACH)	.estrés laboral." AND "áreas críticas." AND "hospital"	21 artículos
SciELO	.estrés laboral." AND .enfermería." AND "cuidados críticos"	10 artículos
Total de registros identificados		135 artículos

Nota: estrategia de búsqueda aplicada en bases de datos internacionales y repositorios latinoamericanos (2020–2025).

2.2 Criterios de exclusión

- Artículos duplicados o con acceso restringido.
- Estudios dirigidos a médicos u otras profesiones de salud.
- Investigaciones sin relación directa entre estrés y desempeño laboral.
- Publicaciones con información insuficiente o sin análisis empírico.

Para garantizar la rigurosidad de la revisión, todos los estudios incluidos fueron sometidos a evaluación de calidad metodológica mediante la herramienta *Critical Appraisal Skills Programme (CASP)* para estudios observacionales y cualitativos, y la escala de

Newcastle-Ottawa para estudios de cohorte y casos-control.

El proceso de evaluación fue realizado de manera independiente por dos revisores, quienes analizaron cada estudio según criterios de validez interna, claridad metodológica, adecuación del diseño, tamaño muestral, control de sesgos y relevancia de los resultados. Las discrepancias entre revisores fueron resueltas mediante consenso y, cuando fue necesario, con la intervención de un tercer revisor. Los estudios con puntuación inferior al 60 % en las escalas aplicadas fueron excluidos por alto riesgo de sesgo. De los 28 estudios finalmente incluidos, el 71.4 % (n=20) fueron clasificados como de alta calidad metodológica, el 25 % (n=7) de calidad moderada, y solo el 3.6 % (n=1) de calidad aceptable, pero con limitaciones reconoci-

das (Figura 1).

3. Resultados

El análisis de los 28 estudios incluidos revela una prevalencia promedio de síndrome de burnout del 43.8 % en el personal de enfermería de áreas críticas latinoamericanas, con cifras alarmantes que alcanzan hasta 84.4 % en contextos específicos, particularmente durante el período pandémico. La sobrecarga laboral fue reportada en el 85.7 % de los estudios analizados, constituyéndose como el factor estresor más prevalente y consistente a través de los diferentes contextos nacionales. El agotamiento emocional se documentó en el 62.8 % del personal evaluado, mientras que la despersonalización afectó al 64.9 %, y el 77.7 % reportó bajo sentido de desarrollo profesional. Estos hallazgos cuantitativos evidencian la magnitud crítica del problema en la región.

La Tabla 2 y Tabla 3 muestra la síntesis de los 28 estudios seleccionados tras aplicar los criterios PRISMA. Cada investigación aborda desde distintos contextos el impacto del estrés laboral en el desempeño profesional del personal de enfermería en áreas críticas de hospitales latinoamericanos. Los hallazgos coinciden en que el estrés es un fenómeno generalizado, con repercusiones físicas, emocionales y organizacionales que afectan la calidad de la atención y la estabilidad del personal.

En los estudios revisados, los resultados cuantitativos evidencian que el estrés laboral se encuentra presente en un alto porcentaje del personal de enfermería que labora en

áreas críticas de los hospitales latinoamericanos. La mayoría de las investigaciones reportan niveles de estrés que superan el 60 %, lo que refleja una tendencia generalizada de agotamiento físico y emocional.

Los países con mayores índices registrados fueron Perú, Ecuador y Brasil, donde las exigencias asistenciales, los turnos prolongados y la falta de recursos constituyen las principales fuentes de tensión laboral. El síndrome de Burnout aparece como una consecuencia frecuente del estrés prolongado, manifestándose en el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del sentido de logro personal.

En la mayoría de los estudios se identifican factores comunes como la sobrecarga laboral, los horarios extendidos, la supervisión constante y la escasez de personal, los cuales impactan negativamente en la productividad, la motivación y la calidad del cuidado. Además, los porcentajes reflejan una estrecha relación entre el nivel de estrés y el rendimiento profesional, demostrando que los profesionales más expuestos a ambientes laborales hostiles presentan un desempeño significativamente menor.

Estos resultados cuantitativos permiten inferir que el estrés laboral constituye un problema estructural en las instituciones de salud de la región, donde las condiciones organizativas y la falta de apoyo institucional influyen de manera directa en la aparición de síntomas de fatiga, ansiedad y disminución de la eficiencia profesional.

Los resultados cualitativos descritos en la

Figura 1: Diagrama de flujo de acuerdo con Prisma

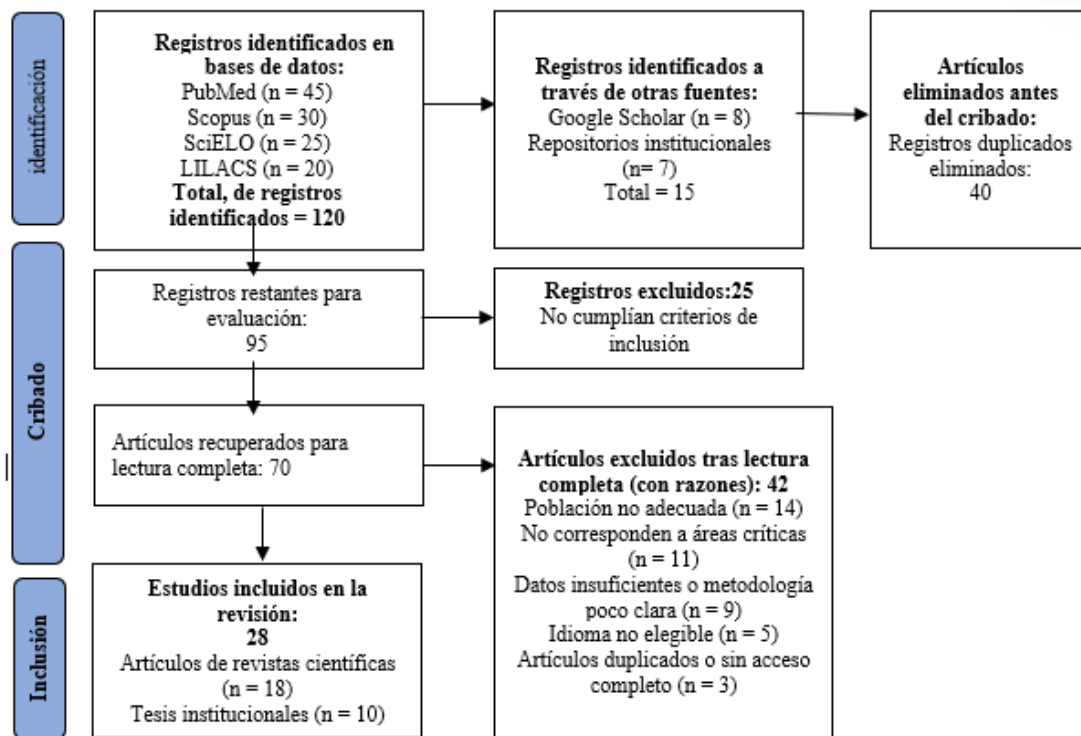


Tabla 3 complementan el panorama numérico al evidenciar las experiencias, percepciones y consecuencias emocionales del estrés laboral. En general los estudios muestran que el personal de enfermería enfrenta una constante presión emocional al atender pacientes en estado crítico, situación que afecta su estabilidad psicológica y su desempeño interpersonal.

De manera general, los hallazgos describen sentimientos de agotamiento, frustración, irritabilidad, desmotivación y pérdida de empatía, los cuales se intensifican ante la falta de reconocimiento profesional y la sobrecarga de funciones. Varios autores coinciden en que la escasez de recursos humanos y materiales, junto con la ausencia de

programas de salud mental o capacitación continua, agravan el problema y dificultan la resiliencia del personal.

También se evidenció que el estrés tiene un impacto directo en la calidad del cuidado y la seguridad del paciente, debido al aumento de errores clínicos, la disminución de la concentración y los conflictos interpersonales dentro del equipo de salud. Algunos estudios proponen estrategias preventivas, como la promoción de espacios de autocuidado, pausas activas, talleres de afrontamiento y programas institucionales de apoyo psicológico, los cuales mostraron resultados positivos en la mejora del clima laboral y la productividad.

Tabla 2: Porcentajes y tendencias de estrés laboral en enfermeros latinoamericanos en áreas críticas

N.º	Referencia	País	Principales hallazgos cuantitativos
1	Matías (2024)	Perú	68 % de enfermeros reportaron niveles altos de estrés; el 60 % manifestó fatiga física y mental.
2	Villacorta (2022)	Perú	70 % de enfermeros experimentan estrés moderado; 55 % señaló impacto directo en desempeño clínico.
3	Franco et al. (2024)	Ecuador	63 % presenta fatiga por compasión; 48 % agotamiento emocional.
4	Espinel et al. (2022)	Ecuador	92 % percibe sobrecarga laboral; 50 % destina más del 25 % del tiempo a tareas administrativas.
5	Calderón & Rivas (2021)	Cuba	74 % de enfermeras reportan estrés por exceso de supervisión.
6	López & Abramonte (2024)	Perú	28 % menciona falta de apoyo institucional; 24 % incertidumbre clínica.
7	Cortez-González et al. (2022)	México	18 % presenta estrés moderado sin diferencias de género.
8	De Souza et al. (2024)	Brasil	62.8 % agotamiento emocional; 64.9 % despersonalización; 77.7 % bajo desarrollo profesional.
9	Das Neves et al. (2021)	Brasil	42 % niveles moderados o altos de Burnout; mayor despersonalización en mujeres.
10	Cruz et al. (2023)	Colombia	Más del 50 % de personal UCI con sobrecarga laboral; menor rendimiento durante turnos prolongados.
11	Acosta-Romo & Maya-Pantoja (2020)	Colombia	Puntaje NAS promedio de 68 indica alta carga laboral; repercute en calidad del cuidado.
12	Rendón et al. (2020)	México	67 % con agotamiento emocional; 53 % con despersonalización.
13	Inoñan & Quispe (2024)	Perú	65 % de enfermeros presenta estrés severo por sobrecarga y falta de recursos.
14	Castillo & Valverde (2024)	Ecuador	68 % del personal con agotamiento físico; 40 % presenta irritabilidad frecuente.
15	López et al. (2023)	Peru	88 % del personal con carga laboral alta y síntomas de fatiga crónica.

Fuente: estudios incluidos en la revisión sistemática (2020–2025).

Tabla 3: Hallazgos descriptivos sobre el impacto del estrés laboral en el desempeño del personal de enfermería

N.º	Referencia	Hallazgos descriptivos relevantes
16	Vásquez & González (2020)	El estrés laboral afecta la relación interpersonal con los pacientes y disminuye la empatía profesional.
17	Comezquira-Reay et al. (2021)	Equipamiento deficiente y retrasos en procedimientos incrementan el esfuerzo físico y reducen el rendimiento.
18	Melendrez (2023)	El 70 % no recibe capacitación; la falta de formación eleva la tensión laboral y el error clínico.
19	Salazar et al. (2024)	La escasez de recursos en hospitales públicos agrava el estrés y reduce la satisfacción laboral.
20	Del Valle (2021)	La presión por tiempo y personal insuficiente afecta la calidad del cuidado y genera fatiga emocional.
21	Chireh et al. (2025)	El estrés se asocia con trastornos de salud mental; se requieren intervenciones institucionales.
22	Omotosho et al. (2025)	Recomienda políticas de salud ocupacional para disminuir la presión laboral.
23	Cueva. (2025)	El estrés afecta la capacidad de comunicación y liderazgo del personal en áreas críticas.
24	Ramírez et al. (2022)	El apoyo psicológico institucional reduce la tensión emocional y mejora el desempeño.
25	Quispe (2025)	El estrés sostenido deteriora la empatía y la relación entre compañeros.
26	Fang et al. (2025)	El agotamiento físico y mental provoca errores frecuentes durante las guardias.
27	Pinedo (2025)	El estrés genera desmotivación, ausentismo y clima laboral negativo.
28	Cueva (2025)	La sobrecarga administrativa es percibida como el principal factor estresante.

Fuente: investigaciones seleccionadas (2020–2025).

En síntesis, el análisis cualitativo revela que el estrés laboral en enfermería no se limita a una sobrecarga de tareas, sino que involucra aspectos emocionales y sociales, que comprometen la estabilidad personal y profesional de quienes ejercen en áreas críticas.

4. Discusión

Los resultados obtenidos en esta revisión sistemática confirman que el estrés laboral en el personal de enfermería es una problemática multidimensional y persistente en

los hospitales latinoamericanos. Los datos reflejan altos niveles de tensión y agotamiento, derivados de la sobrecarga de trabajo, la escasez de recursos y la presión institucional. Según Matías (2024) el exceso de responsabilidades genera fatiga física y mental, mientras que Villacorta (2022) sostiene que la supervisión constante y la falta de autonomía disminuyen la motivación y la empatía del personal.

La evidencia permite establecer que el estrés prolongado impacta directamente en el des-

empeño profesional, afectando la concentración, la toma de decisiones, el trato humanizado y la calidad del cuidado. Investigaciones realizadas en Brasil (De Souza et al., 2024; Das Neves et al., 2021), evidencian que el agotamiento emocional y la despersonalización son componentes centrales del síndrome de Burnout, muy frecuente en los profesionales de áreas críticas. Los hallazgos de esta revisión son particularmente robustos, ya que el 71.4 % de los estudios incluidos fueron clasificados como de alta calidad metodológica según la evaluación realizada mediante las escalas CASP y Newcastle-Ottawa. Esta solidez metodológica fortalece la confiabilidad de las conclusiones y reduce el riesgo de sesgos en la interpretación de los resultados. La consistencia de los hallazgos a través de estudios con diferentes diseños metodológicos (transversales, longitudinales, cualitativos y mixtos) y contextos institucionales diversos (hospitales públicos, privados, urbanos y rurales) confirma que el estrés laboral en enfermería de áreas críticas constituye un fenómeno estructural más que situacional.

La identificación de estrategias efectivas para mitigar el estrés laboral constituye un hallazgo fundamental de esta revisión. Los estudios analizados evidencian que las intervenciones organizacionales sistemáticas generan resultados positivos significativos. Ramírez et al. (2022) demuestran que el acompañamiento psicológico institucional reduce sustancialmente la tensión emocional y mejora el desempeño profesional, mientras que la implementación de programas de autocuidado, pausas activas durante

la jornada laboral y talleres de afrontamiento del estrés demostrando efectividad en la mejora del clima organizacional y la productividad

Mientras que Felicity et al. (2025) proponen que la formulación de políticas de salud ocupacional con carácter institucional representa el nivel de intervención más efectivo a largo plazo. Estas políticas deben incluir la regulación de ratios enfermera-paciente, la garantía de períodos de descanso adecuados, la provisión suficiente de recursos materiales, y la implementación obligatoria de programas de apoyo emocional. La evidencia sugiere que las intervenciones aisladas tienen efectos limitados, mientras que los enfoques integrales que abordan simultáneamente factores organizacionales, emocionales e institucionales producen mejoras sostenidas en el bienestar del personal y la calidad del cuidado (Chireh et al., 2025).

El análisis de las estrategias de intervención reportadas en los estudios revisados permite identificar. Las pausas activas durante la jornada laboral constituyen intervenciones de bajo costo con resultados significativos en la reducción de tensión muscular y fatiga mental. Estas pausas, que implican breves períodos de 10-15 minutos cada 3-4 horas de trabajo continuo para realizar ejercicios de estiramiento, técnicas de respiración o simplemente desconexión temporal de las demandas laborales, demostraron mejorar la concentración y reducir los niveles de cortisol en personal de áreas críticas. Los talleres de afrontamiento del estrés, por su parte, proporcionan al personal

herramientas psicológicas específicas como técnicas de relajación, reestructuración cognitiva, manejo de emociones y establecimiento de límites profesionales saludables. Vásquez & González (2020) documentaron que estas intervenciones mejoran significativamente la relación interpersonal con los pacientes y restauran la empatía profesional que frecuentemente se ve comprometida por el agotamiento emocional crónico.

Los programas institucionales de autocuidado representan intervenciones más comprehensivas que integran múltiples componentes: educación sobre reconocimiento temprano de síntomas de estrés y burnout, promoción de hábitos saludables de alimentación y sueño, facilitación de espacios físicos de descanso adecuados, y establecimiento de redes de apoyo entre pares. La evidencia sugiere que estos programas son particularmente efectivos cuando se combinan con apoyo psicológico profesional accesible y confidencial. Ramírez et al. (2022) documentaron que el acompañamiento psicológico institucional, cuando es proporcionado de manera sistemática y no solo reactiva ante crisis, reduce sustancialmente la tensión emocional y mejora el desempeño profesional. Sin embargo Melendrez (2023) alertan que el 70 % del personal no recibe capacitación continua ni acceso a estos programas de apoyo, lo que eleva significativamente tanto la tensión laboral como el riesgo de error clínico. Esta ausencia de apoyo institucional sistemático representa una vulnerabilidad crítica en los sistemas de salud latinoamericanos que debe ser abordada con urgencia.

Este enfoque estructural encuentra respaldo en marcos teóricos consolidados de salud ocupacional. El modelo Demanda-Control-Apoyo de Karasek y Theorell establece que el estrés laboral resulta del desequilibrio entre altas demandas laborales, bajo control sobre el trabajo y ausencia de apoyo social, condiciones que caracterizan precisamente el contexto de las áreas críticas latinoamericanas. Similarmente, el modelo de Esfuerzo-Recompensa de Siegrist postula que el estrés surge cuando existe desbalance entre el esfuerzo invertido (alta carga laboral, responsabilidades críticas) y las recompensas recibidas (reconocimiento, desarrollo profesional, compensación adecuada), desequilibrio ampliamente documentado en los estudios revisados. Estos marcos conceptuales refuerzan que las intervenciones efectivas deben enfocarse en modificar las condiciones estructurales del trabajo más que en desarrollar únicamente habilidades individuales de afrontamiento.

En este contexto los sistemas de salud latinoamericanos agravan esta situación, debido a limitaciones estructurales como personal insuficiente, escasez de materiales, bajos salarios y ausencia de políticas de bienestar laboral (Santos et al., 2022). Esto genera un entorno de vulnerabilidad que favorece la aparición de estrés crónico y reduce la capacidad de resiliencia del personal de enfermería.

Los hallazgos de esta revisión confirman de manera contundente que el estrés laboral en enfermería de áreas críticas no constituye un problema individual atribuible a carac-

terísticas personales o falta de resiliencia del profesional, sino que representa una consecuencia directa de la estructura organizativa deficiente de los servicios de salud latinoamericanos. Esta perspectiva estructural es fundamental para orientar intervenciones efectivas, ya que desplaza el foco desde la responsabilidad individual hacia la responsabilidad institucional y sistémica.

La evidencia analizada revela que factores organizacionales como déficit crónico de personal, ratios inadecuadas enfermera-paciente, jornadas laborales extendidas, escasez de recursos materiales, ausencia de protocolos de autocuidado institucional y falta de apoyo psicológico estructurado constituyen determinantes estructurales del estrés que afectan al personal independientemente de sus características individuales. La ausencia de diferencias significativas en los niveles de estrés según edad o género en los estudios analizados refuerza la naturaleza sistémica del problema.

Esta comprensión tiene implicaciones críticas para el diseño de intervenciones: mientras las estrategias centradas exclusivamente en el desarrollo de habilidades individuales de afrontamiento pueden proporcionar alivio temporal, solo las transformaciones estructurales de las condiciones laborales pueden generar mejoras sostenibles. Las instituciones de salud y los formuladores de políticas públicas deben reconocer que invertir en condiciones laborales dignas para el personal de enfermería no es un gasto opcional sino una inversión estratégica en la calidad y seguridad de la atención hospitalaria.

En este sentido, los resultados de esta revisión coinciden en que el estrés laboral no debe ser considerado un problema individual, sino una consecuencia de la estructura organizativa de los servicios de salud.

5. Conclusiones

- El estrés laboral en el personal de enfermería de áreas críticas en Latinoamérica no es un problema de debilidad individual ni de falta de capacidad profesional, sino una consecuencia directa y previsible de sistemas de salud estructuralmente deficientes. Las instituciones hospitalarias de la región normalizaron condiciones laborales insostenibles que inevitablemente deterioran tanto la salud mental del personal como la seguridad de los pacientes más vulnerables.
- La evidencia demuestra sin ambigüedad que cuando los profesionales de enfermería trabajan agotados, emocionalmente exhaustos y sin apoyo institucional, cometen más errores, pierden empatía con sus pacientes y eventualmente abandonan la profesión. Este ciclo destructivo no solo representa una crisis humanitaria para el personal de salud, sino también una amenaza directa para la sostenibilidad de los sistemas hospitalarios y la supervivencia de pacientes críticos.
- Las soluciones superficiales centradas únicamente en enseñar al personal a "manejar mejor el estrés" son insuficientes e incluso ofensivas, pues trans-

fieren la responsabilidad institucional al individuo. Lo que se requiere urgentemente son transformaciones estructurales profundas: ratios adecuadas de personal, provisión suficiente de recursos, jornadas laborales razonables, apoyo psicológico institucionalizado y políticas públicas con fuerza legal que protejan efectivamente al personal de salud.

- La crisis postpandemia ofrece una oportunidad histórica para que los gobiernos y sistemas de salud latinoamericanos reconozcan que proteger la salud mental del personal de enfermería no es un lujo opcional sino una necesidad impostergable para garantizar la calidad, seguridad y viabilidad futura de la atención hospitalaria en la región. La pregunta ya no es si debemos actuar, sino cuánto tiempo más permitiremos que continúe esta crisis evitable

6. Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con el artículo presentado.

7. Declaración de contribución de los autores

Todos autores contribuyeron significativamente en la elaboración del artículo.

8. Costos de financiamiento

La presente investigación fue financiada en su totalidad con fondos propios de los autores.

9. Referencias Bibliográficas

- Acosta-Romo, M. F., & Maya-Pantoja, G. J. (2020). Competencias clínicas y carga laboral del profesional de enfermería en la unidad de cuidado intensivo adulto. *Revista Ciencia y Cuidado*, 17(2), 22–32. <https://doi.org/10.22463/17949831.1698>
- Baldera Rivera, Y. J., & Ydrogo Llatas, M. R. (2022). Nivel de estrés laboral en enfermeras ante la pandemia del sars-cov-2 establecimiento médico “Villa Essalud Ferreñafe”, Perú-2020. Repositorio Institucional USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/9752>
- Borges, E. M. das N., Queirós, C. M. L., Abreu, M. da S. N. de, Mosteiro-Diaz, M. P., Baldonado-Mosteiro, M., Baptista, P. C. P., ... Silva, S. M. (2021). Burnout among nurses: a multicentric comparative study. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 29, e3432. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4320.3432>
- Calderón, R., & Rivas, M. (2021). Factores laborales y nivel de estrés en enfermeras de centro quirúrgico. *Revista Cubana de Enfermería*, 37(4). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192021000400013

- Castillo Merino, Y. A., & Valverde Lucio, M. Vinicio. (2024). Efecto de la sobre carga laboral en el personal de enfermería del Hospital Básico de Jipijapa. [Tesis de grado, Universidad Estatal del Sur de Manabí], Repositorio Digital. <https://repositorio.unesum.edu.ec/handle/53000/6569>
- Chireh, B., Essien, S. K., Swerhun, K., D'Arcy, C., & Acharibasam, J. W. (2025). Workplace stressors and mental health outcomes among personal support workers: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies*, 168(105093). <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2025.105093>
- Comezquiera-Reay, R., Terán-Ángel, G., & Quijada-Martínez, P. J. (2021). Carga laboral y obstáculos de rendimiento del personal de enfermería en la Unidad de Cuidados Intensivos. *Revista Cubana de Enfermería*, 37(4). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192021000400009
- Cortez-González, L. C., Pantoja-Herrera, M., Cortes-Montelongo, D. B., Tello-García, M. A., & Nuncio-Domínguez, J. L. (2022). Estrés laboral del personal de enfermería en una institución de tercer nivel de atención de la ciudad de México. *Investigación Y Pensamiento Crítico*, 10(2), 04–22. <https://doi.org/10.37387/ipc.v10i2.288>
- Cruz López, L. N., Quintero Osorio, J. F., Melo Roa, J. D., & Henao Castaño, Ángela M. (2023). Carga laboral de profesionales de enfermería en unidad de cuidado intensivo según nursing activities score. *Revista Cuidarte*, 14(1). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.2680>
- Cueva Aguilar, L. M. (2025). Estrés laboral y desempeño profesional en el personal de enfermería del Hospital II-1 de Ilave, Provincia de El Collao, 2025. [Tesis de grado, Universidad Peruana S.C.] <https://repositorio.upsc.edu.pe/handle/UPSC/1496>
- De Souza Veloso, C., de Souza e Silva, D., Almeida da Silva, V., Diniz dos Santos, S., Matheus Estrela, F., & Fonseca de Souza, A. C. (2024). Síndrome de burnout y factores asociados en enfermeras de cuidados intensivos: un estudio transversal. *Enfermería Global*, 23(2), 223–235. <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/577341>
- Del Rosario, F., Cuba, S., & Chasnamote, D. (2021). Estrés del personal de enfermería durante la pandemia COVID-19 en hospitales de Lima Norte. *Revista de Investigación Científica Ágora*, 8(2), 27-32. <https://revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/190>
- Del Valle Solórzano, K. S. (2021). Sobrecarga laboral por cantidad de pacientes atendidos que influye en la calidad de atención del profesional de enfermería. *Revista San Gregorio*, 1(47). <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i47.1966>
- Durán, R., Gamez, Y., Toirac, K., Toirac, J., & Toirac, D. (2021). Síndrome de burnout en enfermería intensiva y su influencia en

- la seguridad del paciente. *Medisan*, 25(2), 278–291. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000200278
- Fang Huerta, M. de L. A., González Salinas, J. F., Meléndez Méndez, M. C., Garza Hernández, R., Del Angel Pérez, B., & Vega Ibarra, B. P. (2025). Nivel de Estrés Laboral del Personal de Enfermería en Áreas Críticas de UCI, UTIP y UCIN de un Hospital Público. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(3), 2273–2281. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10256224>
- Fernández, J. (2024). Estrés y satisfacción laboral de enfermeras en servicios críticos durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cubana de Enfermería*, 40(1). <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/6024>
- Franco Coffré, J. A., Oviedo Rodríguez, R. J., Genovesi Anguizaca, G. B., & Tamayo Miranda, M. E. (2024). Factores predictivos de la fatiga por compasión en el cuidado de enfermería. *Revista Polo del Conocimiento*, 9(9), 1616–1632. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/8012>
- Guillen Godoy, M. A., Moran León, M. de los S., Centeno Salazar, N. N., Puma Rodríguez, J. M., & Villalva Pacheco, B. A. (2025). Impacto de la sobrecarga laboral en el personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Liborio Panchana. *Revista Científica Multidisciplinar SAGA*, 5(1), 158–175. <https://revistasaga.org/index.php/saga/article/view/158>
- Inoñan Rodríguez, R. E., & Quispe Medina, H. M. (2024). Estrés laboral y desempeño profesional en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos de un hospital de EsSalud de Iquitos, 2023. [Tesis de grado, Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/items/226cb0f4-2523-4ea8-ad4b-ed3e8c922992>
- Jiménez Jiménez, M. J., Albornoz Zamora, E. J., Vega Falcón, V., Jiménez Jiménez, L. M., & Hermida Cazar, X. A. (2023). Estimación del Estrés Laboral en Personal de Enfermería de Cuidados Críticos del Hospital Quito N°1 de la Policía, abril 2022. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 12300-12316. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4252>
- López, C., Rene Obregón Blas, O., Durand De Isla, V., & De Jesús, T. (2023). Síndrome de Burnout y factores asociados post pandemia entre profesionales de enfermería de un Hospital de Lima Norte - 2023. <https://repositorio.uch.edu.pe/handle/20.500.12872/864>
- López Isidro, N. D., & Abramonte Contreras, P. S. (2024). Estrés laboral y calidad del cuidado de enfermería en la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital II-2 de Tingo María, 2023. [Tesis de grado, Universidad Peruana Unión, Perú]. <https://repositorio.upeu.edu.p>

- e/items/9282b1a2-93b8-43cf-8112-42aa8d39417b
- Matías, M. I. (2024). Estrés laboral del personal de enfermería que labora en el departamento de intensivo de adultos del hospital general San Juan de Dios [Tesis de grado, Universidad Da Vinci de Guatemala, Guatemala]. <https://tesarifocecs.com/wp-content/uploads/2025/06/maria-isabel-matias.pdf>
- Melendrez Diaz, M. L. (2023). Work factors and their relationship with the stress level of nursing staff in the surgical center of the National Hospital Arzobispo Loayza, Lima 2023 [Tesis de grado, Universidad Norbert Wiener] <https://repositorio.uwiener.edu.pe/items/49e2190b-e8f5-4063-a20b-1498ff9ec7cd>
- Moncada, B., Suárez, M., Duque, L., & Escobar, K. (2021). Estrés laboral en personal médico y enfermería de atención primaria ante la emergencia sanitaria por covid-19. *Perfiles*, 1(25), 13–23. <https://doi.org/10.47187/perf.v1i25.109>
- Omotosho, T. F., Alex Omotosho, T. O., & Bass, P. (2025). Work-related stress and its associated factors among nurses in public hospitals in the Greater Banjul Area, The Gambia. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 22(100842), 100842. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2025.100842>
- Pinedo Pérez, M. C. (2025). Estrés laboral en el profesional de enfermería de los servicios quirúrgicos de un hospital de Lurigancho, 2025 [Tesis de grado, Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/items/043a16a2-c4a7-416d-abf2-6edee9487217>
- Quispe Ayuque, A. (2025). Estrés laboral en profesionales de enfermería que trabajan en la unidad de cuidados intensivos adultos de un hospital de Lima Norte, 2025. [Tesis de grado, Universidad María Auxiliadora]. <https://repositorio.uma.edu.pe/handle/20.500.12970/2643>
- Ramírez Labán, E. M., García Godos Castillo, G. M., Silva Sandoval, C. I., & Delgado Medina, L. M. (2022). Estrés laboral y el desempeño de los trabajadores de enfermería del servicio de emergencia del Hospital Regional II-2-Tumbes, 2019. *RECIAMUC*, 6(1), 2-14. <https://www.reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/767>
- Rendón Montoya, M. S. ., Peralta Peña, S. L., Hernández Villa, E. A., Hernández Pedroza, R. I., Vargas, M. R., & Favela Ocaño, M. A. . (2020). Síndrome de burnout en el personal de enfermería de unidades de cuidado crítico y de hospitalización. *Enfermería Global*, 19(3), 479–506. <https://doi.org/10.6018/eglobal.1.398221>
- Salazar Roldan, M. A., Venegas Paute, A. C., & Alarcón Dalgo, C. M. de L. Ángeles . (2024). Carga laboral y obstáculos de rendimiento del personal de enfermería en cuidados intensivos. *Reincisol*, 3(6), 1798–1817. [https://doi.org/10.59282/reincisol.V3\(6\)1798-1817](https://doi.org/10.59282/reincisol.V3(6)1798-1817)

- Santos, J. L., Mercês, C. A., Erdmann, A. L., & Silva, D. S. (2022). Burnout e resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 30, e3550. <https://www.scielo.br/j/rlae/a/K9wJD9NSCKr9bbQm9cBj8vF/?lang=es>
- Espinel García, J. T., Rojas González, L. R., Santos Zambrano, E., Solorzano, H. M., Pérez Cardoso, C. N., & Martínez Moreira, J. (2022). Sobrecarga laboral en personal de enfermería de unidades de cuidados intensivos. *QhaliKay Revista de Ciencias de la Salud*, 6(2), 21–27. <https://doi.org/10.33936/qkracs.v6i2.4757>
- Torrecilla, M., Victoria, J., & Minz, C. R. (2021). Ansiedad, depresión y estrés en personal de enfermería que trabaja en unidades de terapia intensiva con pacientes con COVID-19. *Revista Argentina de Salud Pública*, 13(1), 25–32. <https://www.scielo.org.ar/pdf/rasp/v13s1/1853-810X-rasp-13-s1-25.pdf>
- Torrecilla, N. M., Victoria, M. J., & Minzi, M. C. R. de. (2021). Ansiedad, depresión y estrés en personal de enfermería que trabaja en unidades de terapia intensiva con pacientes con covid-19, Mendoza, 2021. *Revista Argentina de Salud Pública*, 13, 25–25. https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1853-810X2021000200025
- Vásquez Mendoza, S., & González Márquez, Y. V. (2022). El estrés y el trabajo de enfermería: factores influyentes. *Más Vita*, 2(2), 51–59. <https://doi.org/10.47606/acven/mv0010>
- Vega-Falcón, V. (2022). Estrés laboral en el personal de enfermería en la pandemia COVID 19. *Revista Multidisciplinaria Perspectivas Investigativas*, 2(1), 37–44. <https://doi.org/10.62574/rmpi.v2i1.48>
- Veloso, A. T. de S., e Silva, D. de S., da Silva, V. A., dos Santos, S. D., Estrela, F. M., & de Souza, A. C. F. (2024). Síndrome de Burnout y factores asociados en enfermeras de cuidados intensivos: un estudio transversal. *Enfermería Global*, 23(2), 223–259. <https://revistas.um.es/global/article/view/577341>
- Villacorta Leyva, S. (2022). Síndrome de Burnout en el profesional de enfermería de las áreas críticas en un hospital de Lima, 2022 [Tesis de grado, Universidad María Auxiliadora]. <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1364/TRABAJO%20ACADEMICO-%20VILLACORTA%20LEYVA.pdf>