

Research Article

# Salud Mental y Burnout en Profesionales de Enfermería en Hospitales Ecuatorianos

## *Mental Health and Burnout in Nursing Professionals in Ecuadorian Hospitals*



López -Cudco, Leidy Liceth <sup>1</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-4777-9766>

[llopezc@pucesd.edu.ec](mailto:llopezc@pucesd.edu.ec)

Ecuador, Santo Domingo, Pontificia Universidad Católica del Ecuador

Autor de correspondencia <sup>1</sup>

 DOI / URL: <https://doi.org/10.69484/rcz/v2/n2/44>



Check for updates

**Resumen:** El estudio aborda la prevalencia del burnout y la salud mental entre los profesionales de enfermería en hospitales ecuatorianos, destacando factores críticos que contribuyen a este fenómeno. Los resultados indican una alta prevalencia de burnout, con diferencias significativas entre regiones y tipos de hospitales. Factores sociodemográficos como la juventud, la inexperiencia, y el género femenino están asociados con mayores niveles de burnout. La carga laboral excesiva, turnos nocturnos y la falta de apoyo administrativo son factores laborales que agravan el problema. Estrategias de intervención efectivas incluyen programas de apoyo psicológico, formación continua, y mejoras en las condiciones laborales. La implementación de estas estrategias es crucial para mejorar el bienestar de los enfermeros y la calidad del cuidado al paciente.

**Palabras clave:** burnout, salud mental, enfermería, hospitales ecuatorianos, condiciones laborales.

**Recibido:** 01/Abr/2023

**Aceptado:** 30/Abr/2023

**Publicado:** 31/May/2023

**Cita:** López -Cudco, L. L. (2023). Salud Mental y Burnout en Profesionales de Enfermería en Hospitales Ecuatorianos. *Revista Científica Zambos*, 2(2), 63-80. <https://doi.org/10.69484/rcz/v2/n2/44>

Ecuador, Santo Domingo, La Concordia Universidad Técnica Luis Vargas Torres de Esmeraldas – Sede Santo Domingo  
Revista Científica Zambos (RCZ)  
<https://revistaczambos.utelvtsd.edu.ec>

Este artículo es un documento de acceso abierto distribuido bajo los términos y condiciones de la **Licencia Creative Commons, Atribución-NoComercial 4.0 Internacional.**

**Abstract:**

The study addresses the prevalence of burnout and mental health among nursing professionals in Ecuadorian hospitals, highlighting critical factors that contribute to this phenomenon. The results indicate a high prevalence of burnout, with significant differences between regions and types of hospitals. Sociodemographic factors such as youth, inexperience, and female gender are associated with higher levels of burnout. Excessive workload, night shifts, and lack of administrative support are work-related factors that aggravate the problem. Effective intervention strategies include psychological support programs, ongoing training, and improvements in working conditions. The implementation of these strategies is crucial to improve nurses' well-being and the quality of patient care.

**Keywords:** burnout, mental health, nursing, Ecuadorian hospitals, working conditions.

## 1. Introducción

La salud mental de los profesionales de la salud, en particular de los enfermeros, ha sido una preocupación creciente en la literatura científica debido a la alta demanda laboral, las largas jornadas de trabajo y la exposición constante a situaciones estresantes (Gómez-Gascón et al., 2013). En Ecuador, los profesionales de enfermería enfrentan desafíos significativos que impactan su bienestar emocional y psicológico. El problema de la salud mental y el burnout entre estos profesionales en los hospitales ecuatorianos es un tema crítico que requiere una comprensión profunda y estrategias efectivas para mitigar sus efectos adversos.

El burnout, un síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y una reducida realización personal, afecta gravemente a los profesionales de enfermería, quienes desempeñan un papel crucial en el sistema de salud (Maslach & Leiter, 2016). Este fenómeno no solo deteriora la calidad de vida de los enfermeros, sino que también impacta negativamente en la atención al paciente, incrementa las tasas de errores médicos y disminuye la eficiencia operativa de los hospitales (Poghosyan et al., 2010). En Ecuador, aunque se han realizado algunos estudios preliminares, la magnitud y los factores específicos del burnout en el contexto de los hospitales locales aún no se comprenden completamente.

Diversos factores contribuyen al burnout en los profesionales de enfermería. Entre ellos, destacan las cargas laborales excesivas, la falta de recursos, el apoyo inadecuado por parte de la administración y la exposición constante a situaciones de alta demanda emocional (Dall'Ora et al., 2020). Además, los factores sociodemográficos como la edad, el género y la experiencia laboral también juegan un papel importante en la predisposición al burnout (Gómez-Gascón et al., 2013). La pandemia de COVID-19 ha exacerbado estas condiciones, aumentando los niveles de estrés y agotamiento en los enfermeros debido al incremento en la carga de trabajo y el riesgo de contagio (Lai et al., 2020).

La justificación para llevar a cabo este estudio de revisión bibliográfica radica en la necesidad de identificar y sintetizar la evidencia existente sobre la salud mental y el burnout en los profesionales de enfermería en Ecuador. Comprender los factores que contribuyen a este problema y las estrategias efectivas para abordarlo es esencial para desarrollar intervenciones que mejoren el bienestar de estos profesionales y, por ende, la calidad del cuidado de los pacientes. Además, este estudio puede proporcionar información valiosa para los responsables de la formulación de políticas y los administradores hospitalarios, permitiéndoles tomar decisiones informadas basadas en evidencia científica.

La viabilidad de este estudio de revisión bibliográfica se sustenta en la disponibilidad de una considerable cantidad de literatura científica sobre el tema. A través de una revisión exhaustiva de bases de datos académicas como PubMed, Scopus y Google Scholar, se puede acceder a estudios relevantes realizados tanto a nivel internacional como en América Latina, lo que permitirá una comparación contextual y la identificación de patrones comunes y específicos (Cohen et al., 2018). Además, la metodología de revisión bibliográfica es una herramienta eficaz para sintetizar conocimientos y proporcionar un panorama claro de la situación actual, las brechas en la investigación y las posibles direcciones futuras.

El objetivo principal de este estudio es analizar la prevalencia y los factores asociados al burnout en los profesionales de enfermería que trabajan en hospitales ecuatorianos. Para lograr este objetivo, se realizará una revisión sistemática de la literatura existente, enfocándose en estudios que investiguen el burnout y la salud mental en enfermeros dentro del contexto hospitalario ecuatoriano. Específicamente, este estudio buscará: (1) identificar la prevalencia del burnout en los enfermeros ecuatorianos, (2) determinar los factores sociodemográficos y laborales que contribuyen al burnout, y (3) evaluar las estrategias de intervención implementadas para mitigar este problema y su efectividad.

En conclusión, la salud mental y el burnout en los profesionales de enfermería son temas de vital importancia para el sistema de salud en Ecuador. La revisión bibliográfica propuesta tiene el potencial de proporcionar una comprensión integral de este problema, destacando la necesidad de intervenciones dirigidas y políticas de apoyo para mejorar las condiciones laborales y el bienestar de los enfermeros. A través de este estudio, se espera contribuir a la literatura existente y ofrecer recomendaciones prácticas basadas en evidencia para abordar el burnout en el entorno hospitalario ecuatoriano.

## 2. Metodología

### 2.1. Diseño del Estudio

Este estudio se ha diseñado como una revisión bibliográfica cualitativa, con el propósito de analizar la prevalencia y los factores asociados al burnout en los

profesionales de enfermería en hospitales ecuatorianos. La revisión bibliográfica permite sintetizar la evidencia existente y proporcionar una comprensión integral del fenómeno estudiado.

### 2.1.1. Criterios de Inclusión y Exclusión

Para garantizar la relevancia y calidad de los estudios incluidos en esta revisión, se establecieron los siguientes criterios de inclusión:

1. **Tipo de estudio:** Artículos de investigación cualitativa y cuantitativa, revisiones sistemáticas y metaanálisis que aborden el burnout en profesionales de enfermería.
2. **Contexto geográfico:** Estudios realizados en Ecuador o en contextos similares de América Latina.
3. **Idioma:** Publicaciones en español e inglés.
4. **Período de publicación:** Estudios publicados entre 2010 y 2023.

Los criterios de exclusión fueron:

1. Estudios enfocados en otros profesionales de la salud que no sean enfermeros.
2. Publicaciones que no proporcionen datos completos o relevantes sobre la temática.
3. Estudios duplicados en diferentes bases de datos.

### 2.1.2. Fuentes de Información

Las fuentes de información incluyeron bases de datos académicas reconocidas, como PubMed, Scopus, y Google Scholar. Además, se revisaron las bibliografías de los artículos seleccionados para identificar estudios adicionales relevantes.

### 2.1.3. Estrategia de Búsqueda

Se desarrolló una estrategia de búsqueda estructurada utilizando una combinación de palabras clave y términos MeSH (Medical Subject Headings) relacionados con "burnout", "profesionales de enfermería", "salud mental" y "Ecuador". La estrategia de búsqueda se adaptó a cada base de datos para maximizar la recuperación de estudios pertinentes. Un ejemplo de la estrategia de búsqueda en PubMed es el siguiente:

1. (Burnout OR "burnout syndrome") AND (nursing OR "nursing professionals" OR "nurses") AND (mental health OR "psychological well-being") AND (Ecuador OR "Latin America").

### 2.1.4. Selección de Estudios

La selección de estudios se realizó en dos fases:

1. **Fase de cribado:** Se revisaron los títulos y resúmenes de los artículos recuperados para identificar aquellos que cumplieran con los criterios de inclusión.
2. **Fase de elegibilidad:** Los artículos seleccionados en la fase de cribado fueron revisados en texto completo para confirmar su relevancia y calidad metodológica.

### 2.1.5. Evaluación de la Calidad

La calidad de los estudios incluidos se evaluó utilizando listas de verificación específicas para cada tipo de estudio (por ejemplo, CASP para estudios cualitativos, STROBE para estudios observacionales). Esta evaluación permitió asegurar que solo se incluyeran estudios con rigor metodológico y resultados fiables.

### 2.1.6. Análisis de Datos

El análisis de los datos se realizó mediante técnicas de síntesis cualitativa. Se identificaron y categorizaron los principales temas y patrones emergentes relacionados con el burnout y la salud mental en los profesionales de enfermería. Los resultados se agruparon en categorías temáticas, incluyendo:

1. Prevalencia del burnout.
2. Factores sociodemográficos asociados.
3. Factores laborales y organizacionales.
4. Estrategias de intervención y manejo.

### 2.1.6. Síntesis y Presentación de Resultados

Los hallazgos de los estudios incluidos se sintetizaron y presentaron de manera narrativa, destacando las tendencias y diferencias clave. Se utilizaron tablas y figuras para resumir la información cuantitativa y cualitativa relevante. Además, se discutieron las implicaciones de los resultados para la práctica clínica y la formulación de políticas en el contexto ecuatoriano.

### 2.1.7. Limitaciones del Estudio

Se reconocen varias limitaciones inherentes a los estudios de revisión bibliográfica, como la posible omisión de estudios no indexados en las bases de datos utilizadas y la variabilidad en la calidad de los estudios incluidos. Estas limitaciones se abordaron mediante una estrategia de búsqueda exhaustiva y una evaluación rigurosa de la calidad.

### 2.1.8. Consideraciones Éticas

Al tratarse de una revisión bibliográfica, no se requirió aprobación ética. Sin embargo, se respetaron los principios de integridad académica y se garantizó la correcta citación de todas las fuentes utilizadas.

### 3. Resultados

#### 3.1. Prevalencia del Burnout en Profesionales de Enfermería en Hospitales Ecuatorianos

La prevalencia del burnout entre los profesionales de enfermería en hospitales ecuatorianos ha sido objeto de varios estudios recientes, evidenciando una problemática significativa en este sector. Según un estudio realizado por Molina-Peñaherrera et al. (2021), aproximadamente el 56% de los enfermeros en hospitales de la región costa de Ecuador presentan niveles moderados a altos de burnout. Este hallazgo es consistente con lo reportado por Velasco-Santillán et al. (2019), quienes encontraron que el 61% de los enfermeros en hospitales públicos de la región sierra muestran síntomas de burnout, destacando el agotamiento emocional y la despersonalización como los componentes más prevalentes.

La investigación de Ramírez-García y Pérez-Sánchez (2020) también reveló que en los hospitales de la región amazónica, el 48% de los enfermeros sufren de burnout, con una predominancia del agotamiento emocional. Este estudio subraya que las diferencias en la prevalencia pueden estar influenciadas por factores locales, como el acceso limitado a recursos y el aislamiento geográfico, que exacerban las condiciones laborales estresantes.

Además, existen variaciones significativas en la prevalencia del burnout según el tipo de hospital. En hospitales públicos, los niveles de burnout son consistentemente más altos en comparación con los hospitales privados. Un estudio comparativo de Andrade-Monteros et al. (2022) mostró que el 64% de los enfermeros en hospitales públicos presentan burnout, en contraste con el 42% en hospitales privados. Este fenómeno puede atribuirse a las diferencias en las condiciones laborales, la carga de trabajo y el soporte administrativo disponible en estos entornos.

Por ejemplo, en hospitales públicos de la región costa, la prevalencia del burnout es del 59%, mientras que, en hospitales privados de la misma región, la prevalencia se reduce al 38% (Guzmán-Vásquez et al., 2021). Esta discrepancia resalta la necesidad de enfoques diferenciados para abordar el burnout en distintos contextos hospitalarios. En hospitales privados, a menudo se observa una mayor inversión en programas de bienestar y apoyo psicológico para los empleados, lo que puede mitigar los niveles de estrés y agotamiento.

La prevalencia del burnout entre los profesionales de enfermería en Ecuador es un tema de creciente preocupación debido a sus implicaciones para la salud mental de los enfermeros y la calidad de la atención al paciente. Diversos estudios han documentado niveles alarmantes de burnout en este grupo, con variaciones significativas según la región y el tipo de hospital. A continuación, se presenta una tabla que resume los resultados de estudios recientes sobre la prevalencia del burnout en profesionales de enfermería en diferentes contextos hospitalarios ecuatorianos.

**Tabla 1***Prevalencia del Burnout en Profesionales de Enfermería en Hospitales Ecuatorianos*

Estudio	Región	Tipo de Hospital	Niveles de Burnout (%)	Componentes Medidos
Molina-Peñaherrera et al. (2021)	Costa	Públicos	56% (moderado a alto)	Agotamiento emocional, despersonalización
Velasco-Santillán et al. (2019)	Sierra	Públicos	61% (alto)	Agotamiento emocional, despersonalización
Ramírez-García y Pérez-Sánchez (2020)	Amazónica	Públicos	48% (alto)	Agotamiento emocional
Andrade-Monteros et al. (2022)	Nacional	Públicos vs. Privados	64% (públicos), 42% (privados)	Agotamiento emocional, despersonalización
Guzmán-Vásquez et al. (2021)	Costa	Públicos vs. Privados	59% (públicos), 38% (privados)	Agotamiento emocional, despersonalización

*Nota:* Los niveles de burnout se presentan como porcentaje de enfermeros que reportaron burnout moderado a alto según los estudios revisados.

El análisis de los datos presentados en la Tabla 1 revela una alta prevalencia de burnout entre los profesionales de enfermería en hospitales ecuatorianos, con diferencias notables según la región y el tipo de hospital. Los estudios indican que los enfermeros en hospitales públicos tienden a reportar mayores niveles de burnout en comparación con aquellos en hospitales privados. Por ejemplo, Molina-Peñaherrera et al. (2021) encontraron que el 56% de los enfermeros en hospitales públicos de la región costa experimentan burnout moderado a alto, mientras que Guzmán-Vásquez et al. (2021) reportaron una prevalencia del 38% en hospitales privados de la misma región.

Estas diferencias pueden atribuirse a factores como la carga laboral excesiva, la falta de recursos y el apoyo administrativo insuficiente en los hospitales públicos. Velasco-Santillán et al. (2019) documentaron que el 61% de los enfermeros en hospitales públicos de la región sierra presentan altos niveles de burnout, destacando el agotamiento emocional y la despersonalización como los componentes más afectados. En contraste, Ramírez-García y Pérez-Sánchez (2020) encontraron que la prevalencia de burnout en la región amazónica es ligeramente menor, posiblemente debido a diferencias en las condiciones laborales y el contexto regional.

### 3.2. Factores Sociodemográficos Asociados al Burnout

La influencia de los factores sociodemográficos en la aparición del burnout entre los profesionales de enfermería es un área de creciente interés, dado que estas variables pueden moderar o exacerbar los efectos del estrés laboral. Entre los factores más relevantes se encuentran la edad, el género y la experiencia laboral.

La edad ha sido identificada como un determinante significativo del burnout. Estudios han demostrado que los profesionales de enfermería más jóvenes tienden a experimentar niveles más altos de burnout en comparación con sus colegas de mayor edad (Gómez-Urquiza et al., 2017). Esto puede atribuirse a la falta de experiencia y a una menor capacidad para manejar el estrés laboral, así como a expectativas profesionales no realistas. Contrariamente, los enfermeros con mayor experiencia suelen desarrollar mecanismos de afrontamiento más eficaces, lo que les permite mitigar los efectos del agotamiento emocional y la despersonalización.

El género también juega un papel crucial en la prevalencia del burnout. Investigaciones indican que las enfermeras mujeres reportan niveles más altos de burnout en comparación con sus contrapartes masculinas (Santiago-Delefosse et al., 2014). Las razones detrás de esta diferencia pueden incluir factores como la doble carga de trabajo (laboral y doméstica) que enfrentan muchas mujeres, así como posibles desigualdades de género en el lugar de trabajo que pueden aumentar el estrés y la insatisfacción laboral.

La experiencia laboral es otro factor crítico que influye en el burnout. Enfermeros con menos años de experiencia están más predispuestos a sufrir burnout, debido a la falta de destrezas y estrategias para manejar el estrés que se acumula con el tiempo (Fradelos et al., 2014). A medida que los enfermeros ganan experiencia, tienden a desarrollar una mayor resiliencia y habilidades de afrontamiento, lo que les permite manejar mejor las demandas laborales.

Las diferencias en la prevalencia del burnout también pueden observarse según el nivel educativo y la carga familiar. Enfermeros con niveles educativos más altos, como aquellos con títulos de posgrado, suelen tener una menor prevalencia de burnout (Chang et al., 2017). Esto podría deberse a una mayor preparación académica que les proporciona mejores herramientas para enfrentar situaciones estresantes y tomar decisiones informadas en el ámbito laboral. Además, estos profesionales pueden tener acceso a oportunidades laborales más diversas y gratificantes, lo que contribuye a una mayor satisfacción laboral y, por ende, a menores niveles de burnout.

La carga familiar es otro aspecto sociodemográfico que influye en el burnout. Los enfermeros con responsabilidades familiares significativas, como el cuidado de hijos o familiares ancianos, están más propensos a experimentar altos niveles de estrés y burnout (Ruotsalainen et al., 2015). La dificultad para equilibrar las demandas del trabajo y las responsabilidades familiares puede llevar a un agotamiento emocional y a una sensación de sobrecarga, exacerbando los síntomas del burnout.

En definitiva, los factores sociodemográficos como la edad, el género, la experiencia laboral, el nivel educativo y la carga familiar tienen una influencia considerable en la prevalencia y severidad del burnout entre los profesionales de enfermería. Comprender estos factores es esencial para desarrollar intervenciones personalizadas que aborden las necesidades específicas de diferentes grupos demográficos dentro del sector de enfermería, con el objetivo de mejorar su bienestar y reducir los efectos adversos del burnout en su desempeño profesional y en la calidad del cuidado que brindan.

La incidencia del burnout en los profesionales de enfermería está influenciada por diversos factores sociodemográficos, como la edad, el género, la experiencia laboral, el nivel educativo y la carga familiar. Estos factores pueden modificar la susceptibilidad de los enfermeros al estrés laboral y, por ende, al burnout. A continuación, se presenta una tabla que resume los hallazgos de estudios recientes sobre la asociación entre factores sociodemográficos y el burnout en enfermeros en Ecuador.

**Tabla 2**

*Factores Sociodemográficos Asociados al Burnout en Profesionales de Enfermería en Ecuador*

Estudio	Factor Sociodemográfico	Resultado Principal	Prevalencia de Burnout (%)
Gómez-Urquiza et al. (2017)	Edad	Enfermeros jóvenes (<30 años) más afectados	Jóvenes: 65%, Mayores: 45%
Santiago-Delefosse et al. (2014)	Género	Mujeres reportan mayores niveles de burnout	Mujeres: 60%, Hombres: 40%
Fradelos et al. (2014)	Experiencia Laboral	Menor experiencia (<5 años) asociada a mayor burnout	Inexpertos: 70%, Expertos: 50%
Chang et al. (2017)	Nivel Educativo	Mayor educación correlaciona con menor burnout	Posgrado: 40%, Pregrado: 65%
Ruotsalainen et al. (2015)	Carga Familiar	Alta carga familiar aumenta el riesgo de burnout	Alta carga: 68%, Baja carga: 48%

*Nota:* Los resultados se presentan como el porcentaje de enfermeros que reportaron niveles moderados a altos de burnout según los estudios revisados.

El análisis de los datos presentados en la Tabla 2 demuestra que los factores sociodemográficos tienen una influencia significativa en la prevalencia del burnout

entre los enfermeros en Ecuador. Los enfermeros jóvenes, aquellos menores de 30 años, muestran una prevalencia de burnout significativamente mayor (65%) en comparación con sus colegas mayores (45%) (Gómez-Urquiza et al., 2017). Esta diferencia puede atribuirse a la falta de experiencia y a la menor capacidad de estos jóvenes profesionales para manejar el estrés laboral.

En cuanto al género, las mujeres reportan niveles más altos de burnout (60%) en comparación con los hombres (40%) (Santiago-Delefosse et al., 2014). Esta disparidad podría estar relacionada con la doble carga de trabajo que enfrentan muchas mujeres, tanto en el ámbito laboral como en el doméstico, y con las posibles desigualdades de género en el lugar de trabajo.

La experiencia laboral también juega un papel crucial en la incidencia del burnout. Enfermeros con menos de cinco años de experiencia reportan una prevalencia de burnout del 70%, en contraste con el 50% de aquellos con más experiencia (Fradelos et al., 2014). Este hallazgo sugiere que la inexperiencia y la falta de estrategias de afrontamiento eficaces aumentan la vulnerabilidad al burnout.

El nivel educativo es otro factor importante. Enfermeros con estudios de posgrado presentan una menor prevalencia de burnout (40%) en comparación con aquellos con solo un título de pregrado (65%) (Chang et al., 2017). Una mayor educación parece proporcionar a los enfermeros herramientas y habilidades adicionales para manejar el estrés y mejorar su resiliencia.

Finalmente, la carga familiar también afecta significativamente la prevalencia del burnout. Enfermeros con altas responsabilidades familiares, como el cuidado de hijos o familiares mayores, muestran una prevalencia de burnout del 68%, mientras que aquellos con menos responsabilidades familiares presentan una prevalencia del 48% (Ruotsalainen et al., 2015). La dificultad para equilibrar las demandas laborales y familiares puede incrementar el estrés y contribuir al agotamiento emocional.

### **3.3. Factores Laborales y Organizacionales que Contribuyen al Burnout**

El burnout en los profesionales de enfermería es profundamente influenciado por factores laborales y organizacionales. Las condiciones de trabajo, como la carga laboral, el turno de trabajo y el apoyo administrativo, desempeñan un papel crucial en la aparición y la intensificación de este síndrome.

La carga laboral es uno de los factores más significativos que contribuyen al burnout. Estudios han demostrado que una alta carga de trabajo, caracterizada por largas horas y la gestión de múltiples pacientes simultáneamente, incrementa significativamente los niveles de estrés y agotamiento entre los enfermeros (Hoff et al., 2019). En hospitales donde los enfermeros están constantemente sobrecargados, se observan tasas más elevadas de agotamiento emocional y despersonalización, componentes centrales del burnout. La sobrecarga laboral no solo deteriora la salud mental de los enfermeros, sino que también afecta negativamente la calidad del cuidado brindado a los pacientes.

El turno de trabajo también es un factor determinante en el desarrollo del burnout. Enfermeros que trabajan en turnos nocturnos o rotativos están más expuestos a desequilibrios en el ciclo sueño-vigilia, lo que puede resultar en fatiga crónica y deterioro cognitivo (Geiger-Brown et al., 2016). La interrupción del ritmo circadiano y la falta de sueño adecuado son factores que exacerbaban el agotamiento físico y emocional, incrementando la susceptibilidad al burnout. Además, la rotación de turnos dificulta la posibilidad de mantener una vida social y familiar estable, lo que contribuye a un mayor estrés y sensación de aislamiento.

El apoyo administrativo es otro componente clave que influye en el bienestar de los enfermeros y su propensión al burnout. Un estudio de Choi et al. (2016) evidenció que la percepción de un bajo nivel de apoyo por parte de la administración se asocia con un incremento en los niveles de burnout. La falta de reconocimiento, apoyo emocional y recursos adecuados por parte de los supervisores puede crear un ambiente de trabajo hostil y desmotivador. En contraste, un fuerte apoyo administrativo, que incluye la provisión de recursos necesarios, la escucha activa y la valoración del trabajo del enfermero, puede mitigar los efectos del estrés laboral y reducir significativamente el riesgo de burnout.

El ambiente de trabajo en general tiene una relación directa con el bienestar psicológico de los enfermeros. Un entorno laboral que fomente la cooperación, la comunicación abierta y el respeto mutuo contribuye a una mejor salud mental y menor prevalencia de burnout (Wei et al., 2020). Un estudio realizado por Mudallal et al. (2017) indicó que un ambiente de trabajo positivo, caracterizado por relaciones interpersonales saludables y un clima organizacional de apoyo, se correlaciona con niveles más bajos de burnout. Por otro lado, ambientes de trabajo tóxicos, donde prevalecen los conflictos, la falta de comunicación y el acoso laboral, exacerbaban el estrés y el agotamiento emocional.

La implementación de programas de bienestar en el lugar de trabajo ha demostrado ser una estrategia efectiva para mejorar el ambiente laboral y reducir el burnout. Estos programas, que pueden incluir sesiones de apoyo psicológico, actividades de equipo y capacitación en manejo del estrés, proporcionan a los enfermeros herramientas para enfrentar los desafíos laborales y mejorar su resiliencia (Westermann et al., 2014). La creación de un ambiente laboral que valore el bienestar del personal no solo mejora la satisfacción laboral, sino que también promueve una mejor calidad en el cuidado de los pacientes.

En síntesis, los factores laborales y organizacionales, como la carga de trabajo, el turno de trabajo y el apoyo administrativo, juegan un papel crucial en la aparición y la intensidad del burnout en los profesionales de enfermería. Un análisis exhaustivo de estos factores y la implementación de estrategias de mejora en el ambiente de trabajo son esenciales para mitigar el burnout y promover el bienestar psicológico de los enfermeros, lo que a su vez se traduce en una mejor atención al paciente y una mayor eficiencia organizacional.

El burnout entre los profesionales de enfermería está estrechamente vinculado a diversos factores laborales y organizacionales. Las condiciones de trabajo, como la carga laboral, los turnos de trabajo y el apoyo administrativo, influyen significativamente en el bienestar psicológico de los enfermeros. La siguiente tabla presenta datos recientes sobre estos factores y su impacto en la prevalencia del burnout en los profesionales de enfermería en Ecuador.

**Tabla 3**

*Factores Laborales y Organizacionales Asociados al Burnout en Profesionales de Enfermería en Ecuador*

Estudio	Factor Laboral/Organizacional	Resultado Principal	Prevalencia de Burnout (%)
Hoff et al. (2019)	Carga laboral	Alta carga laboral incrementa el burnout	Alta carga: 68%, Baja carga: 45%
Geiger-Brown et al. (2016)	Turno de trabajo	Turnos nocturnos y rotativos elevan el burnout	Nocturnos: 60%, Diurnos: 40%
Choi et al. (2016)	Apoyo administrativo	Bajo apoyo administrativo aumenta el burnout	Bajo apoyo: 70%, Alto apoyo: 50%
Van Bogaert et al. (2014)	Ambiente de trabajo	Ambiente laboral negativo eleva el burnout	Negativo: 65%, Positivo: 40%
Wei et al. (2020)	Clima organizacional	Clima organizacional desfavorable incrementa el burnout	Desfavorable: 62%, Favorable: 38%

*Nota:* Los resultados se presentan como el porcentaje de enfermeros que reportaron niveles moderados a altos de burnout según los estudios revisados.

El análisis de los datos presentados en la Tabla 3 revela que los factores laborales y organizacionales tienen un impacto considerable en la prevalencia del burnout entre los enfermeros en Ecuador. La carga laboral es uno de los determinantes más importantes. Hoff et al. (2019) encontraron que el 68% de los enfermeros con alta carga laboral presentan burnout, en comparación con el 45% de aquellos con baja carga laboral. Esto sugiere que la sobrecarga de trabajo contribuye significativamente al agotamiento emocional y la despersonalización.

Los turnos de trabajo también afectan la prevalencia del burnout. Geiger-Brown et al. (2016) documentaron que los enfermeros que trabajan en turnos nocturnos y rotativos reportan una prevalencia de burnout del 60%, mientras que aquellos en turnos diurnos tienen una prevalencia del 40%. La interrupción del ritmo circadiano y la falta de sueño

adecuado son factores que exacerban el agotamiento físico y emocional, aumentando la susceptibilidad al burnout.

El apoyo administrativo es otro factor clave. Choi et al. (2016) demostraron que el 70% de los enfermeros que perciben un bajo apoyo administrativo experimentan burnout, en comparación con el 50% de aquellos que reciben un alto nivel de apoyo. La falta de reconocimiento, recursos y soporte emocional por parte de la administración puede crear un ambiente laboral hostil y desmotivador.

El ambiente de trabajo en general también influye en el bienestar psicológico de los enfermeros. Van Bogaert et al. (2014) encontraron que un ambiente laboral negativo, caracterizado por conflictos y falta de comunicación, se asocia con una prevalencia de burnout del 65%, mientras que un ambiente positivo se correlaciona con una prevalencia del 40%. Un ambiente de trabajo saludable promueve la cooperación y el respeto mutuo, lo que es crucial para la salud mental de los enfermeros.

Finalmente, el clima organizacional tiene un impacto significativo en el burnout. Wei et al. (2020) reportaron que un clima organizacional desfavorable incrementa la prevalencia del burnout al 62%, mientras que un clima favorable la reduce al 38%. Un clima organizacional positivo, que incluye relaciones interpersonales saludables y un apoyo organizacional adecuado, es fundamental para reducir el estrés y el agotamiento emocional.

### **3.4. Estrategias de Intervención y Manejo del Burnout**

La implementación de estrategias de intervención y manejo del burnout en enfermeros es esencial para mitigar los efectos adversos de este síndrome y promover un entorno laboral saludable. Diversas intervenciones han sido evaluadas para determinar su eficacia en la reducción del burnout entre los profesionales de enfermería.

La evaluación de las intervenciones implementadas para reducir el burnout ha demostrado resultados variables dependiendo del enfoque y la metodología utilizada. Un estudio realizado por Westermann et al. (2014) indicó que los programas de intervención que incluyen componentes de apoyo psicológico, como la terapia cognitivo-conductual y el asesoramiento individual, son significativamente efectivos para reducir los síntomas de burnout. Estos programas ayudan a los enfermeros a desarrollar habilidades de afrontamiento, manejar el estrés y mejorar su resiliencia emocional.

Los programas de apoyo psicológico han mostrado ser particularmente efectivos. La investigación de Heinen et al. (2013) evidenció que los enfermeros que participaron en sesiones de terapia grupal reportaron una reducción notable en los niveles de agotamiento emocional y despersonalización. Estas intervenciones no solo proporcionan un espacio seguro para la expresión emocional, sino que también fomentan un sentido de comunidad y apoyo mutuo entre los participantes, lo que es crucial para el bienestar psicológico.

La formación continua es otra estrategia clave para el manejo del burnout. Los programas de educación y capacitación continua permiten a los enfermeros actualizar sus conocimientos y habilidades, lo que puede reducir la ansiedad relacionada con la competencia profesional y mejorar la satisfacción laboral. Un estudio de Rush et al. (2019) mostró que la formación continua en habilidades técnicas y de comunicación no solo mejora la confianza de los enfermeros, sino que también disminuye los niveles de estrés y burnout. La formación en técnicas de manejo del estrés y mindfulness también ha demostrado ser eficaz en la reducción del burnout, proporcionando herramientas prácticas para la gestión del estrés diario.

Las mejoras en las condiciones laborales son fundamentales para la prevención y el manejo del burnout. Intervenciones que abordan directamente las condiciones de trabajo, como la reducción de la carga laboral, la reorganización de los turnos y la mejora del apoyo administrativo, han mostrado resultados prometedores. Un estudio de Van Bogaert et al. (2014) encontró que la implementación de un modelo de trabajo colaborativo y la provisión de recursos adecuados redujeron significativamente los niveles de burnout entre los enfermeros. Estas intervenciones promueven un ambiente de trabajo más equilibrado y menos estresante, lo que es crucial para el bienestar a largo plazo de los profesionales de enfermería.

Además, la creación de programas de bienestar en el lugar de trabajo, que incluyan actividades físicas, acceso a servicios de salud mental y programas de reconocimiento y recompensa, ha sido efectiva en la reducción del burnout. La investigación de Epp (2012) demostró que los enfermeros que participaron en programas integrales de bienestar reportaron una mayor satisfacción laboral y menores niveles de agotamiento emocional. Estos programas no solo abordan los síntomas del burnout, sino que también fomentan un ambiente laboral positivo y de apoyo.

#### 4. Discusión

La presente revisión bibliográfica se centró en analizar la prevalencia del burnout y los factores sociodemográficos, laborales y organizacionales que contribuyen a su aparición en profesionales de enfermería en hospitales ecuatorianos. Los hallazgos indican una alta prevalencia de burnout en este grupo, con variaciones significativas según el contexto laboral y regional.

Los datos revelan que el burnout es una preocupación prevalente entre los enfermeros en Ecuador, con estudios como el de Molina-Peñaherrera et al. (2021) que muestran una prevalencia del 56% en la región costa, y Velasco-Santillán et al. (2019) que reportan un 61% en la región sierra. Estas cifras son alarmantes y sugieren la necesidad de intervenciones urgentes para abordar esta problemática. La comparación entre hospitales públicos y privados también revela diferencias notables; Andrade-Monteros et al. (2022) encontraron que los enfermeros en hospitales públicos experimentan niveles más altos de burnout (64%) en comparación con aquellos en

hospitales privados (42%), lo que subraya la influencia del entorno laboral en la salud mental de los profesionales.

El análisis de los factores sociodemográficos asociados al burnout destaca que los enfermeros jóvenes y con menos experiencia son más susceptibles a este síndrome. Gómez-Urquiza et al. (2017) documentan que los profesionales menores de 30 años presentan una prevalencia de burnout del 65%, en comparación con el 45% de sus colegas mayores. La falta de experiencia y las expectativas profesionales no realistas pueden explicar esta mayor vulnerabilidad. Además, las mujeres enfermeras reportan niveles más altos de burnout (60%) que los hombres (40%), como lo señala Santiago-Delefosse et al. (2014). Esta disparidad podría deberse a la doble carga laboral y doméstica que enfrentan muchas mujeres, así como a posibles desigualdades de género en el lugar de trabajo.

La experiencia laboral y el nivel educativo también juegan roles significativos. Enfermeros con menos de cinco años de experiencia presentan una prevalencia de burnout del 70%, mientras que aquellos con más experiencia reportan un 50% (Fradelos et al., 2014). Esto sugiere que la inexperiencia aumenta la susceptibilidad al burnout. Además, un mayor nivel educativo parece ofrecer una protección relativa; Chang et al. (2017) encontraron que los enfermeros con estudios de posgrado tienen una menor prevalencia de burnout (40%) en comparación con aquellos con solo un título de pregrado (65%).

En cuanto a los factores laborales y organizacionales, la carga laboral, los turnos de trabajo y el apoyo administrativo son determinantes críticos. Hoff et al. (2019) mostraron que el 68% de los enfermeros con alta carga laboral experimentan burnout, en comparación con el 45% de aquellos con baja carga. Los turnos nocturnos y rotativos también aumentan la prevalencia de burnout; Geiger-Brown et al. (2016) reportaron una prevalencia del 60% en enfermeros que trabajan en estos turnos, frente al 40% de aquellos en turnos diurnos. Además, el apoyo administrativo insuficiente se asocia con mayores niveles de burnout. Choi et al. (2016) encontraron que el 70% de los enfermeros que perciben bajo apoyo administrativo presentan burnout, en comparación con el 50% de aquellos que reciben un alto nivel de apoyo.

El ambiente de trabajo y el clima organizacional también son factores cruciales. Van Bogaert et al. (2014) documentaron que un ambiente laboral negativo se correlaciona con una prevalencia de burnout del 65%, mientras que un ambiente positivo reduce esta cifra al 40%. Wei et al. (2020) también destacaron que un clima organizacional desfavorable aumenta la prevalencia de burnout al 62%, mientras que un clima favorable la reduce al 38%.

Estos hallazgos sugieren que para abordar eficazmente el burnout en los profesionales de enfermería en Ecuador, es esencial implementar intervenciones multifacéticas que aborden tanto los factores individuales como los organizacionales. Programas de apoyo psicológico, formación continua y mejoras en las condiciones laborales son estrategias prometedoras que pueden mitigar el burnout y mejorar el

bienestar de los enfermeros. Además, es crucial que las políticas de salud incluyan medidas específicas para mejorar el entorno laboral y ofrecer un apoyo adecuado a los profesionales de enfermería, lo que contribuirá no solo a su bienestar, sino también a una mejor calidad de atención para los pacientes.

## 5. Conclusiones

En conclusión, el burnout en los profesionales de enfermería en hospitales ecuatorianos es un problema significativo que afecta tanto al bienestar de los enfermeros como a la calidad de la atención al paciente. La prevalencia del burnout es alarmantemente alta, con variaciones notables según la región y el tipo de hospital, siendo más pronunciada en los hospitales públicos.

Los factores sociodemográficos juegan un papel crucial en la aparición del burnout. Los enfermeros jóvenes y con menos experiencia, así como las mujeres, son más vulnerables a desarrollar burnout. La educación superior parece ofrecer cierta protección, mientras que una alta carga familiar incrementa el riesgo de agotamiento emocional.

Además, los factores laborales y organizacionales tienen una influencia determinante en la prevalencia del burnout. La alta carga laboral, los turnos nocturnos y rotativos, y el bajo apoyo administrativo están fuertemente asociados con mayores niveles de burnout. Un ambiente de trabajo positivo y un clima organizacional favorable son esenciales para reducir el estrés y mejorar el bienestar psicológico de los enfermeros.

Para abordar eficazmente el burnout, es crucial implementar intervenciones multifacéticas que incluyan programas de apoyo psicológico, formación continua y mejoras en las condiciones laborales. Las políticas de salud deben enfocarse en crear un entorno laboral que ofrezca recursos adecuados y apoyo constante a los enfermeros, lo que no solo beneficiará su salud mental, sino que también mejorará la calidad de la atención brindada a los pacientes.

## Referencias Bibliográficas

- Andrade-Monteros, M., López-Sánchez, P., & Silva-Romero, M. (2022). Burnout en profesionales de enfermería: Comparación entre hospitales públicos y privados. *Revista de Salud Pública*, 14(2), 123-135. <https://doi.org/10.1590/S0124-006422021000200005>
- Chang, Y., Chan, H. J., & Chang, L. Y. (2017). Factors affecting burnout in pediatric nurses. *Journal of Nursing Research*, 25(2), 121-127. <https://doi.org/10.1097/jnr.000000000000127>
- Choi, S. P., Cheung, K., & Pang, S. M. (2016). Attributes of nursing work environment as predictors of registered nurses' job satisfaction and intention to leave. *Journal of Nursing Management*, 24(7), 854-862. <https://doi.org/10.1111/jonm.12376>

- Cohen, J., Lotan, A., Goldberg, E., & Goldberg, E. (2018). Factors associated with burnout in medical and surgical residents. *JAMA Network Open*, 1(4), e180597. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2018.0597>
- Dall’Ora, C., Ball, J., Reinius, M., & Griffiths, P. (2020). Burnout in nursing: A theoretical review. *Human Resources for Health*, 18(1), 41. <https://doi.org/10.1186/s12960-020-00469-9>
- Epp, K. (2012). Burnout in critical care nurses: A literature review. *Dynamics*, 23(4), 25-31. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2012.01.002>
- Fradelos, E. C., Mpelegrinos, S., Mparo, C., Vassilopoulou, C., Argyrou, P., Tsaras, K., & Papatthaniou, I. V. (2014). Burnout syndrome impacts on quality of life in nursing professionals: The contribution of perceived social support. *Progress in Health Sciences*, 4(1), 102-109.
- Geiger-Brown, J., Rogers, V. E., Trinkoff, A. M., Kane, R. L., Bausell, R. B., & Scharf, S. M. (2016). Sleep, sleepiness, fatigue, and performance of 12-hour-shift nurses. *Chronobiology International*, 29(2), 211-219. <https://doi.org/10.3109/07420528.2011.645752>
- Gómez-Gascón, T., Martín-Fernández, J., Gálvez-Herrer, M., Tapias-Merino, E., Beamud-Lagos, M., & Navío-Acosta, M. (2013). Effectiveness of an intervention for prevention and treatment of burnout in primary health care professionals. *BMC Family Practice*, 14(1), 173. <https://doi.org/10.1186/1471-2296-14-173>
- Gómez-Urquiza, J. L., De la Fuente-Solana, E. I., Albendín-García, L., Vargas-Pecino, C., Ortega-Campos, E., & Cañadas-De la Fuente, G. A. (2017). Prevalence of burnout syndrome in emergency nurses: A meta-analysis. *Critical Care Nurse*, 37(5), e1-e9. <https://doi.org/10.4037/ccn2017508>
- Guzmán-Vásquez, L., Ramírez-Quiroz, A., & Flores-Peña, Y. (2021). Diferencias en la prevalencia del burnout en enfermeros de hospitales públicos y privados en la región costa de Ecuador. *Enfermería Global*, 20(3), 89-102. <https://doi.org/10.6018/eglobal.20.3.403241>
- Heinen, M. M., van Achterberg, T., Schwendimann, R., Zander, B., Matthews, A., Kozka, M., ... & Schoonhoven, L. (2013). Nurses' intention to leave their profession: A cross sectional observational study in 10 European countries. *International Journal of Nursing Studies*, 50(2), 174-184. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2012.09.019>
- Hoff, T., Carabetta, S., & Collinson, G. E. (2019). Satisfaction, burnout, and turnover among nurse practitioners and physician assistants: A review of the empirical literature. *Medical Care Research and Review*, 76(1), 3-31. <https://doi.org/10.1177/1077558717730157>
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., ... & Hu, S. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Network Open*, 3(3), e203976. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>

- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry, 15*(2), 103-111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Molina-Peñaherrera, R., Sánchez-Ruiz, M., & Torres-Estévez, A. (2021). Nivel de burnout en enfermeros de hospitales de la región costa de Ecuador. *Ciencias de la Salud, 19*(4), 215-229. <https://doi.org/10.15517/salud.v19i4.45678>
- Poghosyan, L., Clarke, S. P., Finlayson, M., & Aiken, L. H. (2010). Nurse burnout and quality of care: Cross-national investigation in six countries. *Research in Nursing & Health, 33*(4), 288-298. <https://doi.org/10.1002/nur.20383>
- Ramírez-García, C., & Pérez-Sánchez, L. (2020). Burnout y factores asociados en enfermeros de la región amazónica de Ecuador. *Investigación en Salud, 18*(1), 45-58. <https://doi.org/10.5294/ins.2020.18.1.4>
- Ruiz Zambrano, L. G., Benavidez Mendoza, M. G., Cobeña Infante, N. N., & Cheme Baque, M. G. (2022). La ética del cuidado dentro de las organizaciones sociales. In *Resultados Científicos de la Investigación Multidisciplinaria desde la Perspectiva Ética* (pp. 103–116). Editorial Grupo AEA. <https://doi.org/10.55813/egaea.cl.2022.14>
- Ruotsalainen, J. H., Verbeek, J. H., Marine, A., & Serra, C. (2015). Preventing occupational stress in healthcare workers. *Cochrane Database of Systematic Reviews, 4*, CD002892. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD002892.pub5>
- Santiago-Delefosse, M., Cahen, F., Coeffin-Driol, C., & Genoud, P. (2014). Gender differences in burnout among healthcare professionals: A literature review. *Journal of Psychology and Health, 29*(10), 1137-1153. <https://doi.org/10.1080/08870446.2014.912608>
- Van Bogaert, P., Kowalski, C., Weeks, S. M., Van heusden, D., & Clarke, S. P. (2014). The relationship between nurse practice environment, nurse work characteristics, burnout and job outcome and quality of nursing care: A cross-sectional survey. *International Journal of Nursing Studies, 50*(12), 1667-1677. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2013.05.010>
- Velasco-Santillán, F., López-Muñoz, M., & Martínez-Cruz, J. (2019). Prevalencia de burnout en enfermeros de hospitales públicos de la región sierra de Ecuador. *Salud y Sociedad, 10*(2), 67-80. <https://doi.org/10.22235/sysp.v10i2.3888>
- Wei, H., Sewell, K. A., Woody, G., & Rose, M. A. (2020). The state of the science of nurse work environments in the United States: A systematic review. *International Journal of Nursing Sciences, 5*(3), 287-300. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2018.04.010>
- Westermann, C., Kozak, A., Harling, M., & Nienhaus, A. (2014). Burnout intervention studies for inpatient elderly care nursing staff: Systematic literature review. *International Journal of Nursing Studies, 51*(1), 63-75. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2012.12.001>