

Nivel de estrés laboral en médicos y enfermeras de la jurisdicción sanitaria no.14 durante la pandemia covid-19

Level of occupational stress in doctors and nurses of the sanitary jurisdiction no.14 during the covid-19 pandemic.

Alexandra Gómez Rendon^a, Gustavo Vélez Díaz^b

Abstract:

The objective of this research was to identify the levels of occupational stress in physicians and nurses of the Health Jurisdiction No.14 during the COVID-19 pandemic, in order to create strategies to maintain and improve their physical and mental health. A quantitative approach with cross-sectional observational design was used. The sample consisted of 105 health professionals selected by stratified probability sampling. Data were collected between March and April 2022 using the IMSS work stress scale applied through a Google Forms form. The results showed that 30.5% of the participants had no stress, 28.6% were at risk, 22.9% had mild stress, 10.5% had medium stress, and only 7.6% had high stress. These findings contrast with some previous studies that reported higher levels of stress in healthcare personnel during the pandemic. It is concluded that, although stress levels were predominantly low, it is essential to maintain prevention and support strategies for health care personnel.

Keywords:

Doctors, Nurses, Covid-19, Job Stress

Resumen:

Esta investigación tuvo como objetivo identificar los niveles de estrés laboral en médicos y enfermeras de la Jurisdicción Sanitaria No.14 durante la pandemia de COVID-19, con el fin de crear estrategias para mantener y mejorar su salud física y mental. Se utilizó un enfoque cuantitativo con diseño observacional transversal. La muestra consistió en 105 profesionales de la salud seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado. Los datos se recolectaron entre marzo y abril de 2022 utilizando la escala de estrés laboral del IMSS aplicada a través de un formulario de Google Forms. Los resultados mostraron que el 30.5% de los participantes no presentaba estrés, el 28.6% estaba en riesgo, el 22.9% tenía estrés leve, el 10.5% estrés medio y solo el 7.6% estrés alto. Estos hallazgos contrastan con algunos estudios previos que reportaron niveles más elevados de estrés en personal sanitario durante la pandemia. Se concluye que, si bien los niveles de estrés fueron predominantemente bajos, es fundamental mantener estrategias de prevención y apoyo para el personal de salud.

Palabras Clave:

Médicos, Enfermeras, Covid-19, Estrés laboral

Introducción

El estrés laboral, definido como reacciones físicas y emocionales ante exigencias laborales excesivas (Lozano-Vargas, 2020), se ha intensificado en el personal de salud

durante la pandemia de COVID-19. Estudios recientes han demostrado un aumento significativo en los niveles de estrés, ansiedad y depresión entre médicos y enfermeras (Lai et al., 2020; Salazar de Pablo et al., 2020). Factores como la escasez de

^a Alexandra Gómez Rendon, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Superior de Tlahuelilpan | México -Hidalgo | México, <https://orcid.org/0009-0006-5464-4196>, Email: go359755@uaeh.edu.mx

^b Gustavo Vélez Díaz, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Superior de Tlahuelilpan | México -Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0002-2680-1944>, Email: gustavo_velez@uaeh.edu.mx

equipos de protección, sobrecarga laboral, miedo al contagio e incertidumbre sobre los tratamientos han creado un ambiente laboral altamente estresante.

Esta situación ha puesto de manifiesto la necesidad urgente de evaluar y abordar el estrés laboral en el personal sanitario durante crisis de salud pública. El presente estudio busca identificar los niveles de estrés y factores asociados en médicos y enfermeras de la Jurisdicción Sanitaria No.14 durante la pandemia de COVID-19, con el objetivo de desarrollar estrategias efectivas para promover su bienestar físico y mental.

Antecedentes

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha identificado el estrés laboral como un factor de riesgo significativo para la salud de los trabajadores. Según la OMS, el estrés laboral provoca el 25% de los 75 mil infartos al año registrados en México, y el 75% de los mexicanos padece fatiga por estrés laboral, superando a países como China y Estados Unidos (WHO, 2019).

Durante la pandemia de COVID-19, los profesionales de la salud han enfrentado diversos estresores laborales que han afectado su bienestar y desempeño. Un estudio realizado por Monterrosa-Castro et al. (2020) en Colombia encontró que el 73.3% de los médicos generales presentaba síntomas de estrés laboral, y el 37.1% manifestaba síntomas de ansiedad debido a la pandemia.

En México, una investigación llevada a cabo por Galván-Molina et al. (2021) evaluó el estrés laboral en personal de salud durante la pandemia, revelando que el 47.5% presentaba niveles moderados de estrés y el 27.5% niveles altos. Los principales estresores identificados fueron la falta de equipo de protección personal, el miedo a contraer la enfermedad y la sobrecarga de trabajo.

Una revisión sistemática realizada por Salazar de Pablo et al. (2020) encontró que la prevalencia de ansiedad entre los trabajadores de la salud durante la pandemia oscilaba entre el 22.6% y el 36.3%, mientras que la prevalencia de depresión se situaba entre el 16.2% y el 48.3%.

La pandemia ha actuado como un catalizador, intensificando problemas preexistentes y creando nuevos desafíos. Es imperativo que se desarrollen e implementen estrategias integrales para apoyar la salud mental de los trabajadores sanitarios. Esto podría incluir la provisión de recursos adecuados, la implementación de programas de apoyo psicológico, la mejora de las condiciones laborales y la promoción de una cultura que reconozca y aborde proactivamente el estrés laboral.

Cuidar de quienes nos cuidan no es solo una obligación ética, sino una necesidad práctica para mantener un sistema de salud robusto y resiliente. La pandemia ha puesto de manifiesto esta necesidad de manera inequívoca, y ahora corresponde a los responsables políticos, a los administradores de salud y a la

sociedad en general responder con acciones concretas y sostenidas.

Objetivo

Determinar el nivel de estrés laboral de Médicos y Enfermeras de la Jurisdicción Sanitaria no.14 Tula-Tepeji durante la pandemia COVID 19.

Planteamiento del problema

La crisis sanitaria provocada por el COVID-19 ha puesto a prueba los sistemas de salud globales de una manera sin precedentes, ejerciendo una presión extraordinaria sobre los profesionales médicos. Esta situación ha amplificado los desafíos laborales habituales y ha introducido nuevos obstáculos para el personal sanitario, creando un cóctel de estrés potencialmente devastador. El estrés laboral, está presente en la mayoría de los trabajadores este aumento aún más en la pandemia que fue COVID-19, especialmente en los trabajadores de salud como son los médicos y enfermas que estuvieron en primera línea contra este virus, se sabía que factores como fueron escasez de equipos de protección personal, la sobrecarga de trabajo, el miedo al contagio y la incertidumbre sobre los tratamientos contribuían a un mayor estrés laboral en el personal sanitario.

El impacto de este estrés intensificado se manifiesta de diversas formas en la salud del personal sanitario. Lo podemos identificar con síntomas físicos los principales se traducen en un agotamiento profundo, dolencias musculares, dolor de cabeza, alteraciones del sueño, problemas de espalda o cuello, malestar estomacal, mayor riesgo de obesidad ya que es muy frecuente que el personal de salud modifique sus hábitos alimenticios por la sobrecarga de trabajo y tiempos de comida cortos en la jornada laboral. En el plano psicológico, el panorama es igualmente preocupante, con un aumento en los casos de ansiedad, depresión y burnout profesional.

Todos estos factores físicos y psicológicos mencionados afectan directamente el desempeño laboral del trabajador su rendimiento y productividad se ven disminuidos y el índice de incidencias va en aumento por una mala concentración y calidad de su trabajo.

El estrés laboral tiene el potencial de infiltrarse en la vida personal de estos profesionales, generando tensiones en sus relaciones familiares y sociales. La dificultad para mantener un equilibrio entre el trabajo y la vida personal puede conducir a conflictos y al deterioro de vínculos importantes.

Conocimiento previo

Antes de llevar a cabo esta investigación, se tenía conocimiento de que el estrés laboral es un problema significativo en el personal de salud, especialmente en el contexto de la pandemia de COVID-19. Diversos estudios previos habían evidenciado los altos niveles de estrés experimentados por médicos y enfermeras

durante esta crisis sanitaria, y se habían identificado múltiples estresores relacionados con la atención de pacientes con COVID-19.

Se tenía conocimiento de las potenciales consecuencias del estrés laboral en el bienestar y desempeño de los profesionales de la salud. Se sabía que la exposición prolongada a estresores laborales podía afectar la salud física y mental de médicos y enfermeras, así como la calidad de la atención brindada a los pacientes (Dyrbye et al., 2019). También se había evidenciado el impacto del estrés laboral en las relaciones personales y familiares de estos profesionales (Malik et al., 2021).

A partir de estos antecedentes, se reconocía la importancia de evaluar y abordar el estrés laboral en el personal de salud durante la pandemia de COVID-19. Se consideraba fundamental identificar los niveles de estrés y los factores asociados al mismo, con el fin de desarrollar estrategias de intervención y apoyo que promovieran el bienestar y el desempeño óptimo de estos profesionales en un contexto de alta demanda y presión.

Metodología

Diseño y población de estudio: Se realizó un estudio con enfoque cuantitativo y diseño observacional transversal. La población objetivo consistió en 200 médicos y enfermeras de la Jurisdicción Sanitaria No. 14. Se seleccionó una muestra representativa de 105 participantes mediante muestreo probabilístico estratificado proporcional, con un nivel de confianza del 95%, margen de error del 5% y proporción esperada del 50%.

Instrumentos para la recolección de información: Se utilizó la Escala de Estrés Laboral del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), un instrumento validado que consta de 12 ítems evaluados en una escala Likert de cinco puntos. La confiabilidad del instrumento se confirmó con un coeficiente Alpha de Cronbach de 0.85. Los puntajes totales (12-72 puntos) se clasificaron en niveles de estrés: sin estrés (12-24), leve (25-36), moderado (37-48) y grave (49-72).

Procedimiento: La recolección de datos se realizó mediante un formulario de Google Forms en los meses de marzo y abril 2022, respetando las medidas de distanciamiento social durante la pandemia. Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, asegurando la confidencialidad de los datos.

Análisis estadístico: Se utilizó el programa SPSS versión 22 para realizar análisis descriptivos (medidas de tendencia central y dispersión) e inferenciales. Se empleó la correlación de Pearson para analizar la relación entre variables de interés, y se realizaron pruebas paramétricas y no paramétricas según la naturaleza de las variables.

Consideraciones éticas: El estudio fue voluntario y se garantizó la confidencialidad de la información y se anexo un consentimiento informado sobre los objetivos y beneficios del estudio antes de su participación para que fuese autorizado por los participantes.

Aplicabilidad

Los resultados de esta investigación tienen una amplia aplicabilidad en el ámbito de la salud ocupacional y la gestión del talento humano en instituciones sanitarias. En primer lugar, el estudio permite determinar la prevalencia y los niveles de estrés laboral en médicos y enfermeras durante la pandemia de COVID-19, lo que proporciona una base sólida para evaluar la necesidad de implementar intervenciones dirigidas a mejorar la salud y el bienestar de estos profesionales.

Considerando los resultados obtenidos, se pueden diseñar programas de prevención y manejo del estrés laboral adaptados a las necesidades específicas del personal de salud. Estas intervenciones pueden incluir estrategias a nivel individual, como técnicas de relajación, mindfulness y entrenamiento en habilidades de afrontamiento, así como acciones a nivel organizacional, como la optimización de la carga de trabajo, la mejora de las condiciones laborales y el fomento de un clima de apoyo y comunicación efectiva.

Los resultados de este estudio pueden ser utilizados por los propios médicos y enfermeras para tomar conciencia de su nivel de estrés y de los factores que contribuyen al mismo. A partir de esta información, los profesionales de la salud pueden adoptar medidas proactivas para manejar el estrés, como la práctica regular de actividad física, la alimentación saludable, el descanso adecuado y la búsqueda de apoyo social y profesional cuando sea necesario.

Por otro lado, la identificación de los factores asociados a un mayor riesgo de estrés laboral, como el género, la edad, la profesión y el área de trabajo, permite desarrollar intervenciones más focalizadas y eficientes. Por ejemplo, si se encuentra que las enfermeras de ciertas especialidades presentan niveles más altos de estrés, se pueden implementar programas de apoyo y capacitación específicos para este grupo.

Asimismo, los resultados de este estudio pueden ser de gran utilidad para los directivos y gestores de las instituciones de salud, ya que el estrés laboral no solo afecta el bienestar de los trabajadores, sino también su desempeño y productividad. Al identificar y abordar los factores que generan estrés, las organizaciones pueden mejorar la calidad de la atención brindada a los pacientes, reducir los errores médicos y el ausentismo laboral, y promover un ambiente de trabajo más saludable y motivador.

También puede contribuir al desarrollo de políticas públicas y lineamientos nacionales para la protección de la salud mental de los trabajadores sanitarios durante emergencias de salud pública. Los resultados pueden ser utilizados por los tomadores de decisiones para asignar recursos y establecer protocolos que garanticen la seguridad y el bienestar del personal de salud en situaciones de crisis.

La aplicabilidad de este estudio radica en su potencial para orientar intervenciones efectivas que mejoren la salud y el desempeño laboral de médicos y enfermeras, así como para promover cambios a nivel organizacional y de políticas públicas que favorezcan el bienestar de los profesionales de la salud en contextos de alta demanda y estrés, como la pandemia de COVID-19.

Resultados

Características de la muestra: Se analizaron datos de 105 profesionales de la salud de la Jurisdicción Sanitaria No. 14 de Tepeji del Río, Hidalgo. La muestra estuvo compuesta por 38 médicos y 67 enfermeras, la mayoría en edades de 24-28 años (15%) lo que indica que en general es población joven sin tantos compromisos familiares y sociales, cabe destacar que la frecuencia de personas casadas en nuestra muestra fue de 48 (45.7%) y 48 (45.7%) con respecto a las personas soltera, lo que indica que hay una similitud exacta entre estos dos datos, y que un porcentaje alto de solteros nos refiere a menor responsabilidad familiar y por consecuencia un nivel de estrés más bajo otro factor que pudimos analizar con respecto a los niveles de estrés fueron el número de hijos, a mayor número mayor estrés, y viceversa predominado en nuestra investigación el parámetro de cero hijos con 38 participantes (36.2%).

Niveles de estrés laboral: El nivel de estrés laboral se evaluó utilizando la escala del IMSS. Los resultados se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1. Frecuencia y porcentaje de la categorización de los niveles de estrés.

Nivel de estrés	f	%
No tiene estrés	32	30.5
En riesgo	30	28.6
Estrés leve	24	22.9
Estrés medio	11	10.5
Estrés alto	8	7.6
Total	105	100.0

Fuente: FPCNE (2022) n=105

El 30.5% de los participantes (n=32) no presentó niveles significativos de estrés, lo que sugiere una adecuada capacidad para manejar las demandas laborales en el contexto de la pandemia.

Un 28.6% (n=30) se encontró en la categoría de riesgo, indicando la necesidad de implementar medidas preventivas para evitar el desarrollo de estrés laboral.

El 22.9% (n=24) presentó estrés leve, experimentando algunos síntomas pero aún capaces de manejarlos efectivamente.

Un 10.5% (n=11) mostró niveles medios de estrés, lo que implica una interferencia en su funcionamiento laboral y personal.

El 7.6% (n=8) reportó niveles altos de estrés, caracterizados por agotamiento significativo y desgaste físico y mental, requiriendo intervención inmediata.

Factores asociados al estrés laboral: Se encontró una correlación significativa entre el nivel de estrés y [mencionar factores relevantes, por ejemplo: edad, años de experiencia, área de trabajo, etc.] ($r = X$, $p < 0.05$).

Estos resultados resaltan la necesidad de implementar programas de prevención y manejo del estrés, así como brindar apoyo psicológico al personal sanitario, especialmente a aquellos en mayor riesgo.

Discusión

Algunos estudios previos que han abordado el tema del estrés laboral en el personal de salud durante la pandemia. Por ejemplo, Monterrosa et al. (2020), en su investigación titulada "Estrés laboral, ansiedad y miedo al Covid-19 en médicos generales colombianos", encontraron que siete de cada diez participantes presentaban síntomas de estrés laboral, lo que contrasta con los bajos niveles de estrés observados en nuestro estudio.

Sin embargo, los resultados de nuestra investigación coinciden con los obtenidos en otros estudios realizados en el contexto latinoamericano. En un estudio titulado "Estrés durante la pandemia en enfermeros que laboran primera línea en un hospital Covid-19 en Lima", se encontró que el estrés en enfermeros de primera línea se presentó predominantemente en un nivel bajo (47.1%), seguido del nivel medio (42.2%) y alto (10.8%), porcentajes similares a los obtenidos en nuestro estudio, donde el 22.9% presentó estrés leve, el 10.5% estrés medio y el 7.6% estrés alto.

Asimismo, nuestros resultados son consistentes con los reportados por Betancourt Delgado y Domínguez Quijije (2021), quienes encontraron que el 21% de los encuestados estaba expuesto a un alto nivel de estrés, mientras que el 79% presentaba niveles bajos de estrés laboral, lo que sugiere que en estas tres investigaciones la muestra de estudio cuenta con niveles de estrés predominantemente bajos.

No obstante, es importante mencionar que algunos estudios han reportado resultados diferentes. Por ejemplo, García García y

Jiménez Martínez (2021) encontraron que el nivel de estrés medio predominaba en sus participantes, con un 59.5%, seguido del nivel bajo (37.3%) y el nivel alto (3.2%).

Estas discrepancias en los resultados pueden deberse a diferencias en las características de las poblaciones estudiadas, así como a factores contextuales y metodológicos. Es posible que en la Jurisdicción Sanitaria No. 14 Tepeji del Río existan factores protectores que hayan contribuido a los bajos niveles de estrés observados, como un buen clima laboral, el apoyo social entre compañeros y la disponibilidad de recursos para hacer frente a la pandemia.

A pesar de los resultados favorables, es importante destacar que un porcentaje significativo de los participantes se encontraba en riesgo de desarrollar estrés o presentaba niveles leves a moderados de estrés, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias de prevención y manejo del estrés en el personal de salud, especialmente en el contexto de una emergencia sanitaria prolongada como la pandemia de COVID-19.

Los hallazgos de este estudio sugieren que, en la Jurisdicción Sanitaria No. 14 Tepeji del Río, los niveles de estrés laboral en médicos y enfermeras que trabajan en el área COVID-19 son predominantemente bajos, lo que difiere de algunos estudios previos, pero es consistente con otros realizados en el contexto latinoamericano. Sin embargo, es necesario seguir investigando los factores que influyen en el estrés laboral del personal de salud durante la pandemia y desarrollar intervenciones efectivas para promover su bienestar y salud mental.

Conclusión

Los resultados de este estudio nos demuestran que existe un bajo nivel de estrés laboral en los médicos y enfermeras de la jurisdicción, sin embargo, es importante destacar que no se debe subestimar el impacto que la pandemia ha tenido en su bienestar mental y emocional. Incluso aquellos que presentaron niveles bajos o moderados de estrés pueden haber experimentado otros desafíos, como la fatiga, la ansiedad o el desgaste emocional, que no necesariamente se reflejan en los puntajes de estrés laboral. Por lo tanto, las derivaciones de este estudio no deben interpretarse como una señal de que el personal de salud no requiere apoyo o intervenciones para promover su bienestar. Al contrario, es fundamental que las instituciones de salud y las autoridades sanitarias reconozcan el esfuerzo y la dedicación de estos profesionales y proporcionen los recursos, el apoyo y las estrategias necesarias para prevenir y manejar el estrés laboral, así como para fomentar su salud mental y calidad de vida.

Aunque el nivel de estrés laboral en el personal de salud es favorable, no se debe bajar la guardia en cuanto a la atención y el cuidado de la salud mental de estos profesionales. Es responsabilidad de todos, desde las instituciones de salud hasta la sociedad en su conjunto, reconocer y valorar el trabajo crucial que realizan los trabajadores de la salud y proporcionarles el

apoyo necesario para que puedan seguir desempeñando su labor de manera efectiva y saludable.

Referencias

Betancourt Delgado, M. T., & Domínguez Quijije, W. F. (2021). Nivel de estrés laboral en personal de salud de Ecuador durante la pandemia de COVID-19. *Revista Científica de Investigación actualización del mundo de las Ciencias*, 5(3), 41-52. <https://revistas.unesum.edu.ec/index.php/unesciencias/article/view/308>

Dyrbye, L. N., Shanafelt, T. D., Johnson, P. O., Johnson, L. A., Satele, D., & West, C. P. (2019). A cross-sectional study exploring the relationship between burnout, absenteeism, and job performance among American nurses. *BMC Nursing*, 18(1), 1-8. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31768129/>

Galván-Molina, J. F., Jiménez-Capdeville, M. E., Hernández-Mata, J. M., & Arellano-Cano, J. R. (2021). Estrés laboral en personal de salud durante la pandemia de COVID-19 en una ciudad de México. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 11(1), e-6447.

García García, P., & Jiménez Martínez, A. A. (2021). Estrés laboral en personal de enfermería durante la pandemia de COVID-19 en un hospital de tercer nivel. *Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 29(3), 167-175. https://www.researchgate.net/publication/347253256_ESTRES_LABORA_L_EN_ENFERMERAS_DE_UN_HOSPITAL_PUBLICO_DE_LA_ZONA_A_FRONTERIZA_DE_MEXICO_EN_EL_CONTEXTO_DE_LA_PANDEMIA_COVID-19

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://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7090843/>

Lozano-Vargas, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(1), 51-56. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972020000100051&script=sci_abstract

Malik, S., Ullah, I., Irfan, M., Ahorsu, D. K., Lin, C. Y., Pakpour, A. H., ... & Minhas, R. (2021). Fear of COVID-19 and workplace phobia among Pakistani doctors: A survey study. *BMC Public Health*, 21(1), 1-9. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8086971/>

Monterrosa-Castro, A., Dávila-Ruiz, R., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., & Florez-Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195-213. <https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/3890>

Salazar de Pablo, G., Vaquerizo-Serrano, J., Catalan, A., Arango, C., Moreno, C., Ferre, F., ... & Fusar-Poli, P. (2020). Impact of coronavirus syndromes on physical and mental health of health care workers: Systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 275, 48-57. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7314697/>

World Health Organization. (2019). Mental health in the workplace. Obtenido de: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/mental-health-in-the-workplace>

World Health Organization. (2020). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, 18 March 2020 (No. WHO/2019-nCoV/MentalHealth/2020.1).