



El estrés laboral y su incidencia en los trastornos depresivos en los profesionales de salud

Work-related stress and its impact on depressive disorders in healthcare professionals

O stress ocupacional e o seu impacto nas perturbações depressivas em profissionais de saúde

Emily Juliana Tumbaco-Patiño ^I

etumbacop@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0002-6576-9833>

Priscilla Yusibel Espinosa-Cuenca ^{II}

pespinosac@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0006-9013-5014>

Arelis Edith Alvarez-Castro ^{III}

aalvarezc8@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0008-5676-2676>

Mauricio Alfredo Guillen-Godoy ^{IV}

mguilleng@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-8965-5959>

Correspondencia: etumbacop@unemi.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

*** Recibido:** 20 de agosto de 2025 ***Aceptado:** 02 de septiembre de 2025 *** Publicado:** 22 de septiembre de 2025

- I. Universidad Estatal de Milagro, Ecuador.
- II. Universidad Estatal de Milagro, Ecuador.
- III. Universidad Estatal de Milagro, Ecuador.
- IV. Universidad Estatal de Milagro, Ecuador.

Resumen

El presente artículo analiza los niveles de incidencia del estrés laboral en los trastornos depresivos en los profesionales de la salud. El objetivo general fue identificar el nivel de incidencia del estrés laboral en los trastornos depresivos en el profesional de salud del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social, (IESS), ubicado en la ciudad de Milagro, año 2024. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo y de tipo descriptivo - correlacional. La población estuvo conformada por 127 profesionales de la salud que laboran en el IESS de Milagro, en el año 2024. La muestra fue de 92 participantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. El grupo de profesional de salud estuvo integrado por: médicos, enfermeras, auxiliares de enfermería, fisioterapeutas, odontólogos, paramédicos y personal de apoyo. Los resultados más relevantes revelan que el 30% de los trabajadores de salud encuestados presentan síntomas altos de depresión y esto se debe a que están expuestos a mayor al estrés agudo, por lo tanto tienen un mayor desgaste emocional. También se observó que el 54% de los encuestados manifestaron tener estrés ocasional, reflejando un riesgo medio de tener síntomas depresivos; además el 31% de los encuestados se sienten abrumados de forma frecuente (estrés episódico) mientras que el 47% dijo presentar fatiga persistente y el 24% irritabilidad. Estos hallazgos verifican que el estrés laboral sí incide significativamente en el desarrollo de los trastornos depresivos en los profesionales de salud de la población encuestada, por lo tanto se considera una problemática que debe ser abordada con relevancia, ya que de no atenderse, puede afectar negativamente no solo la salud emocional y física del personal médico, sino que también la calidad del servicio brindado a los pacientes y al centro hospitalarios en general.

Palabras clave: Estrés Laboral; Trastornos Depresivos; Profesional Médico; Salud; Centro Hospitalario.

Abstract

This article analyzes the incidence levels of work-related stress on depressive disorders in healthcare professionals. The general objective was to identify the incidence level of work-related stress on depressive disorders in healthcare professionals at the Ecuadorian Social Security Institute (IESS), located in the city of Milagro, in 2024. The research adopted a quantitative and descriptive-correlational approach. The population consisted of 127 healthcare professionals working at the IESS in Milagro, in 2024. The sample consisted of 92 participants, selected through non-

probabilistic convenience sampling. The healthcare professional group included physicians, nurses, nursing assistants, physical therapists, dentists, paramedics, and support staff. The most relevant results reveal that 30% of the healthcare workers surveyed present high symptoms of depression, due to their greater exposure to acute stress and therefore greater emotional exhaustion. It was also observed that 54% of respondents reported experiencing occasional stress, reflecting a medium risk of experiencing depressive symptoms. Furthermore, 31% of respondents frequently feel overwhelmed (episodic stress), while 47% reported persistent fatigue and 24% reported irritability. These findings confirm that work-related stress does significantly influence the development of depressive disorders among healthcare professionals in the surveyed population. Therefore, it is considered an issue that must be addressed with due regard. If left unaddressed, it can negatively affect not only the emotional and physical health of medical staff, but also the quality of care provided to patients and the hospital in general.

Keywords: Work-Related Stress; Depressive Disorders; Medical Professional; Health; Hospital.

Resumo

Este artigo analisa os níveis de incidência de stress ocupacional nas perturbações depressivas em profissionais de saúde. O objetivo geral foi identificar o nível de incidência de stress ocupacional nas perturbações depressivas nos profissionais de saúde do Instituto Equatoriano de Segurança Social (IESS), localizado na cidade de Milagro, em 2024. A pesquisa adotou uma abordagem quantitativa e descritivo-correlacional. A população foi constituída por 127 profissionais de saúde que trabalhavam no IESS em Milagro, em 2024. A amostra foi constituída por 92 participantes, selecionados através de uma amostragem não probabilística por conveniência. O grupo de profissionais de saúde incluiu médicos, enfermeiros, auxiliares de enfermagem, fisioterapeutas, dentistas, paramédicos e pessoal de apoio. Os resultados mais relevantes revelam que 30% dos profissionais de saúde inquiridos apresentam sintomas elevados de depressão, devido à sua maior exposição ao stress agudo e, por conseguinte, maior exaustão emocional. Observou-se também que 54% dos inquiridos relataram experimentar stress ocasional, refletindo um risco médio de apresentar sintomas depressivos. Além disso, 31% dos inquiridos sentem-se frequentemente sobrecarregados (stress episódico), enquanto 47% relataram fadiga persistente e 24% irritabilidade. Estes achados confirmam que o stress relacionado com o trabalho influencia significativamente o desenvolvimento de perturbações depressivas entre os profissionais de saúde da população

inquirida. Por isso, é considerado um problema que deve ser abordado com a devida atenção. Se não for abordado, pode afetar negativamente não só a saúde emocional e física da equipa médica, mas também a qualidade dos cuidados prestados aos doentes e ao hospital em geral.

Palavras-chave: Stress Relacionado com o Trabalho; Perturbações Depressivas; Profissional Médico; Saúde; Hospital.

Introducción

A nivel mundial, aproximadamente el 5,7 % de los adultos padecen depresión, según datos proporcionado por Organización Mundial de la Salud. La OMS también describe a la depresión como el resultado de interacciones complejas entre factores sociales, psicológicos y biológicos. Además, menciona que la depresión puede aumentar los niveles de estrés, (OMS, 2025).

En relación al estrés laboral, la Organización Internacional del Trabajo, describe a esta variable como “una respuesta física y emocional dañina a un desequilibrio entre las demandas percibidas y los recursos o capacidades de un trabajador para afrontarlas”, (OIT, 2017). Este organismo también señala la importancia de un marco legal en la prevención del estrés laboral. Esta preocupación por parte de la OIT por contrarrestar los efectos del estrés laboral en los trabajadores es debido a las altas cifras de prevalencia de estrés en los trabajadores a nivel mundial, siendo los profesionales de la salud los que mayor riesgo tienen de desarrollar síntomas depresivos, debido a que estos grupos, específicamente conformados por médicos y enfermeras, se encuentran en constante estrés tanto en su formación académica, como a nivel laboral. Un estudio realizado en México por (Cruz, Villarreal, & Cruz, 2024), demostró que el 84.5% del personal de enfermería y becarios del centro hospitalario seleccionado, presento estrés laboral desde moderado a severo, del género femenino 89.8% comparado con 80.9% del total de hombres y en cuanto a síntomas de depresión, el 29.3% de los participantes, presentó síntomas leves a síntomas de extrema gravedad. De la misma manera, otra investigación realizada en Estados Unidos a 150 enfermeras, encontró que alrededor del 20% a 21% de las encuestadas padecía depresión mayor, (Letvak, Ruhm, & McCoy, 2012). Asimismo, otra investigación llevada a cabo en Estados Unidos, expuso que el 12% de las mujeres y el 7% de los hombres sufren de depresión cada año, (National Institute of Mental Health, 2023). Igualmente, en China se ejecutó un estudio que demostró que el personal de enfermería tiene una prevalencia a la depresión en un 38%, según datos publicados por (Fernández, Nieves, & Arizmendi, 2022).

A nivel nacional, algunas organizaciones utilizan pausas activas para permitir que los empleados descansen, una de ellas es “Compuequip DOS”, la empresa tiene 27 años pero recién en 2014 los directivos comprendieron la importancia de implementar esta actividad. La jefa del departamento de seguridad y salud en el trabajo, Andrea Rodríguez, dijo que los empleados acudieron al departamento médico con diversos dolores de cabeza, espalda, rodillas y hombros. En el Instituto Psiquiátrico Sagrado Corazón de Quito, se identificaron algunas causas de fatiga a nivel laboral, como turnos bruscos, ansiedad e irritabilidad provocadas por el cuidado de familiares y la administración de medicamentos a corto plazo a los pacientes. Estrés provocado por el ingreso oportuno de nuevos pacientes, tensión muscular y sudoración provocada por pacientes agresivos y descompensados en diversos entornos asistenciales (centro de abuso de sustancias, psicología geriátrica, infanto-juvenil, etc.). Estos son algunos de los factores que inciden en las variables de investigación. Por tal razón, mediante este estudio se tiene como objetivo general, identificar el nivel de incidencia del estrés laboral en los trastornos depresivos en el profesional de salud y para ello primero se analizará la relación causal entre el estrés agudo y la aparición de síntomas depresivos, considerando factores individuales, organizacionales y estrategias de afrontamiento. En segundo lugar se determinará la relación causal entre el estrés agudo episódico y la depresión en profesionales de la salud, considerando la sintomatología. La hipótesis del presente estudio plantea que el estrés laboral sí incide significativamente en los trastornos de depresión en el profesional de salud y a través de los objetivos específicos de la investigación se espera dar respuesta a esta afirmación; además, se considera pertinente llevar a cabo este artículo, debido a que, existe una fuerte evidencia que sugiere que el estrés laboral es un factor de riesgo importante para el desarrollo del trastorno de depresión en el profesional de salud en Ecuador, puesto que, un estudio elaborado por (Fierro, Guadalupe, & Vaca, 2018) evidenció que un 93,5% de los trabajadores de la salud rural en Ecuador, están luchando contra trastornos de depresión, mientras que el 82,1% sufre el síndrome de Burnout, que es otra consecuencia del estrés laboral. Por lo tanto, se espera que el presente trabajo investigativo demuestre los niveles de incidencia del estrés laboral en los trastornos depresivos en los profesionales de la salud.

Métodos

Se llevó a cabo un estudio cuantitativo y con enfoque descriptivo-correlacional, puesto que según (Bernal, 2010), las investigaciones descriptivas ayudan a explicar todos los rasgos que presenta el

problema, en este caso, se describirá la información, previamente recopilada y tabulada, con el propósito de identificar la incidencia del estrés laboral en los trastornos depresivos en los profesionales de salud.

Población y muestra

La población estuvo conformada por 127 profesionales de la salud que laboran en el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social, (IESS), ubicado en la ciudad de Milagro, año 2024. Entre el personal están: médicos, enfermeras, auxiliares de enfermería, fisioterapeutas, odontólogos, paramédicos y personal de apoyo. La muestra fue de 92 participantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Instrumento

Cómo técnica de investigación se utilizó la encuesta estructurada y de preguntas cerradas con respuestas múltiples y se la elaboró en un formulario de Google Drive que luego fue aplicado de forma virtual a la población objeto de estudio. Además, la investigación fue de tipo no experimental, puesto que no se manipularon las variables investigativas.

Procedimiento y análisis de datos

La investigación se centró en describir y analizar la información recopilada de manera objetiva y organizada. Se utilizaron fuentes primarias y secundarias, tales como, artículos científicos registrados en bases de datos como Scielo, PubMed, Scopus y Redalyc; así como también, documentos institucionales (OMS y OIT).

La información recopilada fue sometida a un cruce de variables y se clasificaron los hallazgos en categorías temáticas, con la finalidad de responder a los objetivos específicos de la investigación.

Alcance

El alcance que propone el presente estudio es proporcionar una visión amplia y actualizada sobre el tema, basada en los datos correlacionados obtenidos de la encuesta. En cuanto a las limitaciones de la investigación, se podría decir que al ser un método deductivo y partir de una hipótesis absoluta, puede causar falta de profundidad en el tema.

Resultados

Tabla 1. Relación causal entre el estrés agudo y la aparición de síntomas depresivos, considerando factores individuales y estrategias de afrontamiento.

Pregunta	Opción	% de respuestas
1. En general, ¿Cómo describiría su nivel de estrés en su ambiente laboral?	Estrés frecuentemente	30%
	Estrés ocasional	54%
	Sin estrés	13%
	Estrés crónico	3%
2. ¿Considera que ha sufrido alguna vez de estrés laboral?	Sí	78%
	No	22%
3. ¿Qué estrategias cree conveniente utilizar para manejar su estrés?	Tiempo con amigos o familia	31%
	Ejercicio físico	34%
	Técnicas de meditación o relajación	29%
	Desconexión tecnológica	6%
	Ninguno	16%

Análisis: Los datos de la tabla 1 revelan que el 30% de los trabajadores de salud encuestados presentan síntomas altos de depresión y esto se debe a que están expuestos a mayor al estrés agudo, por lo tanto tienen un mayor desgaste emocional. También en estos datos se observó que el 54% de los encuestados manifestaron tener estrés ocasional, reflejando un riesgo medio de tener síntomas depresivos. Esto refleja que el estrés (aunque no sea constante) al estar acumulado puede provocar depresión. Por otro lado, se constató que una minoría (3%) de los participantes presenta

síntomas depresivos altos y esto afecta directamente su bienestar psicológico. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el 34% de los encuestados optó por el ejercicio, seguido del apoyo social con el 31% y 29% escogió la relajación. Este hallazgo manifiesta el nivel de conocimiento que poseen los encuestados para mitigar los posibles síntomas depresivos causados por el estrés laboral.

Tabla 2. Relación causal entre el estrés agudo episódico y la depresión en profesionales de la salud, considerando la sintomatología.

Pregunta	Opción	% de respuestas
1. ¿Con qué frecuencia se siente abrumado por situaciones estresantes?	Frecuentemente	31%
	Ocasionalmente	64%
	Intensamente	5%
2. ¿Cuáles son los síntomas que experimenta con mayor frecuencia durante su jornada laboral?	Palpitaciones o aumento de la frecuencia cardíaca.	12%
	Irritabilidad o ansiedad frecuente.	24%
	Fatiga persistente o agotamiento físico y mental.	47%
	Ninguno	16%

Análisis: Los datos de la tabla 2 indican que el 31% de los encuestados se sienten abrumados de forma frecuente (estrés episódico) mientras que el 47% dice presentar fatiga persistente y el 24% irritabilidad. Al correlacionar estas variables se deduce que existe una incidencia alta entre estrés agudo episódico y síntomas depresivos. Por otro lado, los resultados también mostraron que el 64% de los participantes dicen sentirse abrumados ocasionalmente, mientras que el 12% manifestó

tener palpitaciones y el 24% ansiedad. La relación de estas dos variables, evidencian un impacto progresivo en la salud mental de los profesionales de salud. Por último, sólo el 5% de los encuestados dijeron estar intensamente abrumados, lo cual refleja una fatiga crónica y agotamiento excesivo en su trabajo. Estos últimos datos demuestran que la intensidad del estrés aumenta la probabilidad de depresión severa en los profesionales de salud encuestados.

Discusión

Los hallazgos obtenidos en la investigación confirman la incidencia significativa del estrés laboral en el desarrollo de trastornos depresivos en los profesionales de la salud. Los datos obtenidos en la tabla 1 demostró que la aparición de síntomas depresivos están relacionados con el nivel de estrés frecuente y crónico de los encuestados, por lo tanto estos datos coinciden con lo expuesto por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025), que reconoce a la depresión como resultado de la interacción entre factores sociales, psicológicos y biológicos, en los cuales el estrés crónico ocupa un papel central.

Por otro lado, la Tabla 2 indica que el 31% de los profesionales se sienten abrumados con frecuencia y que un 47% presenta fatiga persistente, mientras que el 24% manifiesta ansiedad. Esta situación refleja una alta correlación entre el estrés agudo episódico y la aparición de síntomas depresivos, lo que concuerda con los estudios de (Letvak, Ruhm, & McCoy, 2012) y (Fernández, Nieves, & Arizmendi, 2022), quienes manifiestan una elevada prevalencia de depresión en personal de enfermería sometido a ambientes de alta presión laboral. La teoría o Modelo de Burnout (Torres, y otros, 2021), también hace hincapié en que un entorno laboral estresante, puede llevar a un deterioro significativo en la salud mental de los profesionales de la salud, incluyendo el desarrollo de trastornos depresivos.

De la misma manera, cabe recalcar que gran número de los encuestados dijeron haber presentado al menos una vez estrés laboral, lo cual refuerza la importancia del problema. Comparando las dos tablas de resultados, se registra que tanto el estrés agudo como el episódico son factores relevantes de sintomatología depresiva en los profesionales de la salud, demostrando que los participantes encuestados, ya están presentado síntomas físicos como resultados del estrés laboral; y la Organización Internacional de Trabajo define el estrés laboral como “una respuesta física y emocional dañina a un desequilibrio entre las demandas percibidas y los recursos o capacidades de

un trabajador para afrontarlas”, (OIT, 2017); lo cual respalda los resultados obtenidos a partir de la encuesta.

Conclusiones

Los datos del presente estudio permitieron verificar que el estrés laboral sí incide significativamente en el desarrollo de los trastornos depresivos en los profesionales de salud del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), ubicado en la ciudad de Milagro, año 2024; dado que se comprobó síntomas y factores que afectan de forma directa el bienestar físico y mental de los encuestados. Los resultados arrojaron que más de la mitad del personal de salud sufre de algún nivel de estrés frecuente u ocasional, reflejando un riesgo profundo de depresión. También se evidenció que esta relación causal se refleja con mayor magnitud en quienes reportan estrés agudo episódico, exponiendo síntomas de fatiga persistente, irritabilidad y ansiedad, los cuales son indicadores clínicos netamente relacionados con la depresión.

De igual manera, los hallazgos revelaron que la intensidad del estrés determina la severidad de los síntomas depresivos, ya que aquellos profesionales que dijeron sentirse intensamente abrumados fueron quienes presentaron signos más graves de agotamiento emocional y físico. Esto confirma la hipótesis inicial de que el estrés laboral incide de manera significativa en los trastornos depresivos dentro de este grupo poblacional. Asimismo, toda la información recolectada a partir de la encuesta, más la literatura citada y las principales teorías que respaldan el tema, sugieren la necesidad de que se implemente políticas de salud ocupacional que disminuyan la sobrecarga laboral, fortalezcan los sistemas de apoyo para reducir los niveles de estrés en las instituciones médicas, para así mitigar los trastornos depresivos con estrategias efectivas de afrontamiento y recuperación del bienestar psicológico por medio de talleres que enseñen a los profesionales de la salud a manejar el estrés laboral. Por último, se concluye el presente artículo evidenciando que el estrés laboral y su impacto en la aparición de trastornos depresivos en los profesionales de salud, es un tema que debe ser abordado con relevancia, ya que de no atender esta problemática, puede afectar negativamente no solo la salud emocional y física del personal médico, sino que también la calidad del servicio brindado a los pacientes y al centro hospitalarios en general.

Referencias

1. Bartra, H. (2021). Obtenido de Obtenido de file:///D:/Datos/Downloads/admin,+27-31+Art%C3%ADculo+Original+10(1)%20(1).pdf
2. Betancourt, M., Domínguez, W., Peláez, B., & Herrera, M. (9 de Septiembre de 2020). ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA DEL ÁREA DE UCI DURANTE LA PANDEMIA DE COVID 19. UNESUM - Ciencias. Revista Científica Multidisciplinaria, 4(3), 41–50. doi: <https://doi.org/10.47230/unesum-ciencias.v4.n1.2021.308>
3. Fernández, A., Nieves, M., & Arizmendi, E. (13 de Marzo de 2022). Relación de estrés-ansiedad y depresión laboral en profesionales de enfermería. Revista De Enfermería Neurológica, 18(1), 29-40. doi: <https://doi.org/10.51422/ren.v18i1.277>
4. Fiallos, T., López, G., Pallango, B., & Yancha, K. (Septiembre de 2021). Síndrome de burnout en profesionales sanitarios por la pandemia del Covid 19 una revisión para la actualización. Polo del Conocimiento, 6(9). Obtenido de <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/3134/html>
5. Fierro, S., Guadalupe, J., & Vaca, G. (2018). Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4918/1/UNACH-EC-FCS-PSC-CLIN-2018-0004.pdf>
6. García, T., & et al. (2021). Bienestar psicológico y burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19. Escritos de Psicología - Psychological Writing, 14(2), 96–106. doi: <https://doi.org/10.24310/espsies>
7. Gómez, J., De la Fuente, E., Albedín, L., Vargas, C., Ortega, E., & Cañadas, G. (1 de Octubre de 2017). Saltar destino de navegación. 37(5), e1–e9. doi: <https://doi.org/10.4037/ccn2017508>
8. Jaramillo, C. (10 de Octubre de 2014). El Comercio. Obtenido de <https://www.elcomercio.com/sociedad/estres-cause-trastornos-mentales/>
9. Jiménez, C. (2020). Estrés laboral y síndrome de burnout en profesionales de la salud. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, UNAM. Obtenido de <https://revistapsicologia.iztacala.unam.mx>

10. Letvak, S., Ruhm, C., & McCoy, T. (Junio de 2012). Depresión en enfermeras empleadas en hospitales. *Clinical Nurse Specialist*, 26(3), 177-182. doi: <https://doi.org/10.1097/NUR.0b013e3182503ef0>
11. Medrano, H., & et al. (2022). Correlación de estrés con ansiedad y depresión en personal sanitario mexicano atendiendo pacientes con COVID-19. *Horizonte Sanitario*, 21(3), 513–520. doi: <https://doi.org/10.19136/hs.a21n3.4661>
12. Morales, M. (2024). Obtenido de <file:///D:/Datos/Downloads/9434-Texto%20del%20art%C3%ADculo-46233-1-10-20240201.pdf>
13. National Institute of Mental Health. (2023). (NIH). Obtenido de U.S. Department of Health and Human Services: <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/major-depression>
14. OMS. (31 de Marzo de 2023). Obtenido de https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwjeuyBhBuEiwAJ3vuofQTK6hwwKYYVC2SljUCdq6o1aiX-QPwkv6XN3sq5gC2LPtRCEvkFRoCse8QAvD_Bw
15. OPS. (6 de Octubre de 2023). Organización Panamericana de la Salud. Obtenido de <https://www.paho.org/es/temas/depresion#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%20es%20causada%20por,y%20otros%20factores%20de%20riesgo>
16. Tania, M., Gutiérrez, A., Hernández, L., & Contreras, C. (Diciembre de 2008). Estrés psicosocial: Algunos aspectos clínicos y experimentales. *Revista Anales de Psicología*, 24(2), 353-360. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/167/16711589019.pdf>
17. Torres, F., Irigoyen, V., Moreno, A., Ruilova, E., Casares, J., & Mendoza, M. (Marzo de 2021). Síndrome de Burnout en profesionales de la salud del Ecuador y factores asociados en tiempos de pandemia. *Revista Virtual de la Sociedad Paraguaya de Medicina Interna (Scielo)*, 8(1), 126-136. doi: <https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.01.126>

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