



Estrés laboral como agente causal de trastornos depresivos en el profesional de salud

Work-related stress as a causal agent of depressive disorders in health professionals

O stress ocupacional como agente causal de perturbações depressivas em profissionais de saúde

Leonidas Steven Castellano-Reyes ^I

lcastellanor@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0002-7328-2208>

Jeimmy Lisette Barreto-Avila ^{II}

jbarreto3@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0004-0244-3507>

Blanca Adriana Guaman-Lema ^{III}

bguamanl2@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0006-3162-1549>

Daniela Alejandra Pita-Sanchez ^{IV}

dpitas@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0008-8299-6919>

Mauricio Alfredo Guillen-Godoy ^V

mguilleng@unemi.edu.ec

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

Correspondencia: lcastellanor@unemi.edu.ec

Ciencias de la Salud

Artículo de Investigación

* **Recibido:** 20 de agosto de 2025 * **Aceptado:** 04 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.
- V. Universidad Estatal de Milagro, Ecuador.

Resumen

Introducción. El presente artículo trata sobre el estrés laboral como agente causal de trastornos depresivos en el personal de salud. **Objetivo.** Identificar las consecuencias del estrés laboral que puede llevar a trastornos depresivos en el profesional de salud. **Métodos.** Se realizó un estudio con enfoque cuantitativo y un alcance descriptivo. Se utilizó la encuesta como técnica de recolección de datos y fue elaborada con 9 preguntas, que luego fue aplicada de forma virtual a una muestra poblacional de 97 profesionales de salud del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), en el año 2024. **Resultados.** Entre los hallazgos más relevantes de la investigación, se registró que las enfermeras y enfermeros conforman el grupo más afectado, representando el 32% de la población estudiada, dado que factores como: la presión para proporcionar atención médica de alta calidad, las largas horas de trabajo y la exposición a situaciones emocionalmente desgastantes, contribuye significativamente a los niveles de estrés y, en consecuencia, a la aparición de trastornos depresivos en este grupo. También se dedujo que el segundo grupo más afectado fue el personal de limpieza, que representó el 26% de la población. Este hallazgo indica que la carga física del trabajo, las posibles exposiciones a agentes contaminantes y la presión para mantener altos estándares de higiene, pueden ser factores que contribuyen al estrés laboral en este grupo. **Conclusiones.** Se evidenció que el estrés laboral elevado sí está positivamente correlacionado con mayores niveles de depresión en el profesional de salud colaborativo del IESS de Milagro, por lo tanto, se recomienda desarrollar estrategias de intervención específicas para mitigar el estrés laboral en ambos grupos, con un enfoque particular en las enfermeras y enfermeros, que constituyen el grupo más afectado.

Palabras clave: Estrés Laboral; Depresión; Personal de salud; Centro Hospitalario.

Abstract

Introduction. This article addresses work-related stress as a causal agent of depressive disorders in healthcare personnel. **Objective.** To identify the consequences of work-related stress that can lead to depressive disorders in healthcare professionals. **Methods.** A quantitative, descriptive study was conducted. A survey was used as a data collection technique and was developed with 9 questions, which was then administered virtually to a population sample of 97 healthcare professionals from the Ecuadorian Social Security Institute (IESS) in 2024. **Results.** Among the most relevant findings of the research, it was recorded that nurses make up the most affected group, representing 32% of

the study population, given that factors such as the pressure to provide high-quality medical care, long working hours, and exposure to emotionally draining situations significantly contribute to stress levels and, consequently, to the onset of depressive disorders in this group. It was also concluded that the second most affected group was cleaning staff, representing 26% of the population. This finding indicates that the physical workload, potential exposure to contaminants, and the pressure to maintain high hygiene standards may be factors contributing to work-related stress in this group. Conclusions. It was found that high work-related stress is positively correlated with higher levels of depression in the collaborative health professionals at the IESS (Institutional Institute of Social Security) in Milagro. Therefore, it is recommended to develop specific intervention strategies to mitigate work-related stress in both groups, with a particular focus on nurses, who constitute the most affected group.

Keywords: Work-related Stress; Depression; Healthcare Personnel; Hospital Center.

Resumo

Introdução. Este artigo aborda o stress ocupacional como agente causal de perturbações depressivas em profissionais de saúde. Objetivo. Identificar as consequências do stress ocupacional que podem levar a perturbações depressivas nos profissionais de saúde. Métodos. Foi realizado um estudo quantitativo e descritivo. Utilizou-se como técnica de recolha de dados um questionário com 9 questões, aplicado virtualmente a uma amostra populacional de 97 profissionais de saúde do Instituto Equatoriano de Segurança Social (IESS) em 2024. Resultados. Entre os achados mais relevantes da investigação, registou-se que os enfermeiros constituem o grupo mais afetado, representando 32% da população estudada, dado que fatores como a pressão para prestar cuidados médicos de elevada qualidade, as longas jornadas de trabalho e a exposição a situações emocionalmente desgastantes contribuem significativamente para os níveis de stress e, consequentemente, para o surgimento de perturbações depressivas neste grupo. Concluiu-se ainda que o segundo grupo mais afetado foi o do pessoal de limpeza, representando 26% da população. Esta descoberta indica que a carga de trabalho física, a potencial exposição a contaminantes e a pressão para manter elevados padrões de higiene podem ser fatores que contribuem para o stress ocupacional neste grupo. Conclusões. Verificou-se que o elevado nível de stresse relacionado com o trabalho está positivamente correlacionado com níveis mais elevados de depressão nos profissionais de saúde colaboradores do IESS (Instituto Institucional de Segurança Social) em

Milagro. Assim, recomenda-se o desenvolvimento de estratégias de intervenção específicas para mitigar o stress relacionado com o trabalho em ambos os grupos, com especial enfoque nos enfermeiros, que constituem o grupo mais afectado.

Palavras-chave: Stress Relacionado com o Trabalho; Depressão; Profissionais de Saúde; Centro Hospitalar.

Introducción

En la actualidad, el estrés laboral y su relación con la depresión se consideran un problema de salud pública a nivel mundial. Organizaciones como la Organización Mundial de la Salud (2023) y la (OPS, 2023), reconocen la importancia de abordar el estrés laboral para prevenir la depresión y mejorar la salud mental general. La OMS también afirmó que 450 millones de personas en todo el mundo padecen algún tipo de enfermedad mental y los trastornos de depresión son problemas de salud mental comunes que afectan la capacidad laboral y la productividad. Sus informes también reveló que más de 300 millones de personas a nivel global sufren depresión, el 3,6% padece trastorno de estrés postraumático, el 2,8% sufre trastorno de estrés postraumático, el 9% de los ciudadanos comunes sufren de depresión y el 18% de los familiares experimentan síntomas de depresión. En referencia a los profesionales de salud, un estudio realizado en el sur de Estados Unidos a 150 enfermeras, encontró que alrededor del 20%-21% de las encuestadas padecía depresión mayor, (Letvak, Ruhm, & McCoy, 2012). Asimismo, otra investigación efectuada en Estados Unidos, informó que el 12% de las mujeres y el 7% de los hombres sufren de depresión cada año, (National Institute of Mental Health, 2023). Otro estudio elaborado en São Paulo que tuvo como muestra poblacional a 67 cuidadores de salud, observó que tenían una prevalencia de depresión del 28,4%. De igual forma, en China se llevó a cabo un estudio que demostró que las enfermeras tienen una prevalencia a la depresión en un 38%, según datos publicados por (Fernández, Nieves, & Arizmendi, 2022).

El Dr. Carlos Jaramillo (presidente de la Asociación Psiquiátrica Ecuatoriana), expuso que desde hace 11 años atrás, las enfermedades mentales más comunes en el Ecuador están relacionadas con situaciones estresantes que suelen sufrir las personas, como resultado padecen de trastornos depresivos y son considerados como la principal enfermedad mental identificada en el país (Jaramillo, 2014). Esta postura está respaldada por varias investigaciones recientes realizadas en Ecuador, en donde se han reportado cifras superiores al 30% de incidencia de estrés laboral en

profesionales de salud, por ejemplo, un estudio realizado por (Fiallos, López, Pallango, & Yancha, 2021) y llevado a cabo en la pandemia del Covid-19, demostró que los trabajadores de salud experimentaron una carga alta de trabajo y estrés como consecuencias de las normas de distanciamiento dadas en la emergencia sanitaria. Igualmente, otra investigación elaborada 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. Tras estos estudios, se refleja que Ecuador enfrenta un grave problema de depresión entre los trabajadores de la salud, debido al estrés que experimentan en el trabajo.

A nivel local, se percibe que en la ciudad de Milagro, provincia del Guayas, el estrés laboral tiene gran impacto en su población, dado que en los últimos años se ha descubierto que los niveles de estrés han aumentado debido a situaciones como el exceso de trabajo, circunstancias cotidianas diarias, mala comunión, ambientes de discordia en los lugares de trabajo, entre otros factores muy influyentes, originando como resultados bajos niveles del estado de ánimo (depresión), según datos proporcionados por Jiménez (2020). Este autor al igual que (Betancourt, Domínguez, Peláez, & Herrera, 2020) y (Gómez, y otros, 2017), señalaron en sus estudios sobre los efectos del estrés laboral en profesionales de enfermería, que la mayor del personal experimentaron efectos psicológicos como: insomnio, ansiedad, depresión, irritabilidad y dificultad para concentrarse durante las clases u horas de estudio. Por tal motivo, se considera oportuno llevar a cabo esta investigación, ya 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 y esta afirmación ha sido demostrada por diversos estudios realizados en el país, donde se evidencia la alta prevalencia de estrés entre este grupo, con estimaciones que oscilan entre el 29,8% y el 80,6%, por estas razones es necesario implementar medidas para reducir los factores de riesgo y promover el bienestar mental de los profesionales de salud.

La hipótesis que se formuló fue que el estrés laboral elevado está positivamente correlacionado con mayores niveles de depresión en el profesional de salud y con el fin de comprobar esta afirmación, se propuso como objetivo de estudio identificar las consecuencias del estrés laboral que puede llevar a trastornos depresivos en el profesional de salud. Para ello, primero se analizará la relación causal entre el estrés agudo y la aparición de síntomas en relación de trastornos depresivos, considerando factores individuales, organizacionales y estrategias de afrontamiento en el

profesional de salud. En segunda lugar, se comparará la relación causal entre el estrés agudo episódico y los trastornos depresivos en profesionales de salud. Por último, se indagará como el estrés crónico en la prevalencia, causa gravedad de los trastornos depresivos y genera dificultades, personales y profesionales en el profesional de salud.

Métodos

Se realizó un estudio con enfoque cuantitativo y alcance descriptivo. Para la recolección de datos, se utilizó como instrumento de investigación la encuesta. Esta investigación fue de tipo no experimental, ya que no se manipularon las variables. La población escogida fue 127 profesionales de la salud que laboran en el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social, (IESS), ubicado en la ciudad de Milagro, año 2024. El tipo de muestra es no probabilística, ya que fue a conveniencia de los investigadores y se tomó como muestra poblacional a 97 trabajadores de la salud. Para la recolección de la información y datos, se creó un formulario en Google Drive, donde se elaboró una encuesta de 12 preguntas con opciones múltiples. La encuesta fue aplicada de forma virtual, ya que se envió el link del formulario a cada uno de los participantes. Luego, se realizó un seguimiento tanto de la variable independiente (estrés laboral), como de la variable dependiente (depresión), para recopilar información de forma sistemática y obtener una visión clara de las opiniones, percepciones y actitudes del grupo objetivo de la encuesta. Junto a los datos estadísticos, también se colocó los análisis de cada pregunta aplicada en la encuesta.

Resultados

Las dos primeras interrogantes de la encuesta fueron preguntas filtros y sirvieron para certificar que las características del encuestado coincidan con el objetivo de la encuesta. A continuación se presentan los resultados obtenidos a partir de la encuesta:

Tabla 1. *¿Cuál es el cargo que desempeñas, según la entidad de salud en la cual labora?*

Profesiones/ Cargo	fi	%
Médicos	15	15%
Enfermera/o	32	33%
Auxiliares	14	14%
Personal de limpieza	26	27%
Guardias	10	10%
TOTAL	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: El personal de limpieza representa el grupo más numeroso con un 26% de la población. Esta cifra indica que la limpieza es un área de trabajo importante dentro de la organización o sector analizado, o sector analizado, enfermeras/os conforman el 32% de la población, esta proporción es relevante para evaluar la capacidad de atención médica y la disponibilidad de personal de enfermería, médicos representan el 15% de la población, es importante considerar la relación entre la cantidad de médicos y la población atendida para analizar la accesibilidad a servicios médicos, auxiliares conforman el 14% de la población, esta categoría puede incluir diferentes tipos de auxiliares, como administrativos, de laboratorio o de servicios generales, guardias representan el 10% de la población, es importante considerar el contexto laboral de los guardias para comprender sus funciones y necesidades específicas.

Tabla 2. *¿Conoce usted cuál sería la consecuencia del estrés dentro del ámbito laboral?*

Alternativas	fi	%
Sí	69	71%
No	28	29%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: Los datos presentados muestran que el 71% de los encuestados conoce las consecuencias del estrés laboral, mientras que el 29% no las conoce, esto indica que, si bien la mayoría de las personas están al tanto de este problema, todavía existe un porcentaje significativo que no lo está. Estas consecuencias pueden ser amplias y afectar tanto la salud física, como la salud mental de los trabajadores, es preocupante que un 29% de los profesionales de salud no conozca las consecuencias del estrés laboral, lo cual sugiere que puede haber una necesidad de mayor

educación y sensibilización sobre este tema. Las instituciones de salud y los trabajadores deben tener acceso a información precisa sobre las causas, los síntomas y las consecuencias del estrés laboral, así como sobre las estrategias para prevenirlo y manejarlo.

Tabla 3. En general, ¿Cómo describiría su nivel de estrés en su ambiente laboral?

Alternativas	Fi	%
Estrés frecuente	29	30%
Estrés ocasional	52	54%
Sin estrés	13	13%
Estrés crónico	3	3%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: El estrés ocasional es el nivel más común entre los empleados, con un 54% de las personas las personas encuestadas experimentándolo, esto sugiere que la mayoría de los empleados experimentan estrés en su trabajo, pero no de manera constante, un 30% de los encuestados reporta experimentar estrés con frecuencia en su ambiente laboral, aunque es menor que el estrés ocasional, sigue siendo significativo y puede indicar áreas de mejora en las condiciones de trabajo, el 13% de las personas encuestadas indicaron no experimentar estrés en absoluto en su ambiente laboral, esto es una minoría, lo que podría indicar que algunas políticas o condiciones en el lugar de trabajo pueden estar contribuyendo a un ambiente menos estresante para estos empleados y solo un pequeño porcentaje, el 3%, reporta experimentar estrés crónico, la mayoría de los empleados (30% + 53% = 84% entre estrés ocasional y frecuente) experimentan algún nivel de estrés en su ambiente laboral, lo cual puede influir en la moral, en la salud y otros factores en el profesional de salud.

Tabla 4. ¿Considera que ha sufrido alguna vez de estrés laboral?

Alternativas	Fi	%
Sí	76	78%
No	21	22%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: La mayoría de los encuestados, un 78%, afirma haber sufrido alguna vez de estrés laboral, esto indica que el estrés es una experiencia común entre los trabajadores en este caso en el

profesional de salud encuestados, un 22% de los encuestados indica no haber sufrido estrés laboral, aunque es un porcentaje menor, esta percepción puede estar influenciada por varios factores, como la naturaleza del trabajo, el ambiente laboral, y las políticas de gestión del estrés en la empresa, la alta prevalencia del estrés laboral (78%) sugiere la importancia de implementar estrategias efectivas de gestión del estrés en el lugar de trabajo del área de salud, esto podría incluir programas de bienestar, técnicas de manejo del estrés, políticas de apoyo psicológico, entre otros, para ayudar a reducir los efectos negativos del estrés en los empleados y mejorar su salud y desempeño laboral en las distintas áreas de salud en las cuales se desenvuelve.

Tabla 5. *¿Con qué frecuencia se siente abrumado por situaciones estresantes?*

Alternativas	fi	%
Frecuentemente	30	31%
Ocasionalmente	62	64%
Intensamente	5	5%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: Es importante destacar que no solo el ($64\% + 31\% = 95\%$) de los encuestados reporta sentirse abrumado por situaciones estresantes al menos ocasionalmente, sino que el 31% lo experimenta con frecuencia, esta cifra es alarmante y evidencia la magnitud del problema del estrés agudo episódico en el ámbito de la salud y el 5% presenta estrés intensamente, esta alta prevalencia se debe a la naturaleza exigente y demandante del trabajo en el sector sanitario, donde los profesionales de salud se enfrentan a situaciones de alta presión, cargas de trabajo elevadas y responsabilidades críticas que pueden afectar significativamente su salud mental.

Tabla 6. *¿Cuáles son los síntomas que experimenta con mayor frecuencia durante su jornada laboral?*

Alternativas	fi	%
Palpitaciones o aumento de la frecuencia cardíaca.	12	12%
Irritabilidad o ansiedad frecuente.	23	24%
Fatiga persistente o agotamiento físico y mental.	46	47%

Ninguno	16	16%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: Entre los síntomas más comunes experimentados durante la jornada laboral, cabe destacar que la fatiga persistente o el agotamiento físico y mental afecta a casi la mitad de los encuestados (47%), este dato es preocupante, ya que la fatiga crónica es un síntoma cardinal de la depresión y puede afectar negativamente el rendimiento laboral y la calidad de vida del profesional. la irritabilidad o ansiedad frecuente, presente en el 24% de los encuestados, también es un indicador de estrés agudo episódico y puede generar conflictos en el entorno laboral y afectar las relaciones interpersonales, si bien las palpitaciones o el aumento de la frecuencia cardíaca son menos comunes (12%) y el 16% no presentan ninguna sintomatología pero esto no deben subestimarse, ya que son signos fisiológicos claros de la respuesta al estrés y pueden desencadenar otras complicaciones de salud.

Tabla 7. ¿Ha tenido pensamientos depresivos en su ambiente laboral?

Alternativas	Fi	%
Sí	46	47%
No	51	53%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: Casi la mitad de los encuestados (47%) ha experimentado pensamientos depresivos en su ambiente laboral, esta cifra es alarmante y evidencia la magnitud del impacto negativo que el estrés laboral puede tener en la salud mental de los profesionales de la salud y un 23% no ha tenido pensamientos depresivos dentro de su ámbito laboral. Es probable que estos pensamientos depresivos estén asociados a las situaciones de alta presión, las cargas de trabajo excesivas, las responsabilidades críticas y la exposición a situaciones difíciles que caracterizan el trabajo en el ámbito sanitario.

Tabla 8 ¿Cuáles son los síntomas de depresión que experimenta durante su jornada laboral?

Alternativas	fi	%
Estado de ánimo deprimido durante la mayor parte del día, pérdida de interés, cambios significativos en el peso, alteraciones del sueño, pérdida de energía, sentimientos de inutilidad, dificultad para concentrarse, pensamientos recurrentes de muerte durante dos semanas.	23	24%
Insomnio, baja energía, baja autoestima, deprimido durante el día durante al menos dos años, sentimientos de desesperanza.	21	22%
Ninguno de los anteriores, pero me suelo sentir deprimido en ocasiones, hay días que estoy bien y otros que no.	53	55%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: El 24% de los encuestados reporta experimentar síntomas de depresión durante su jornada laboral, incluyendo estado de ánimo deprimido, pérdida de interés, alteraciones del sueño, pérdida de energía, sentimientos de inutilidad y dificultad para concentrarse, estos síntomas son indicadores claros de depresión moderada a severa, lo que representa un problema de salud mental grave que requiere atención inmediata, es importante destacar que el 22% de los encuestados menciona experimentar insomnio, baja energía, baja autoestima y sentimientos de desesperanza, síntomas que también se asocian a la depresión y el 55% de los encuestados afirma no experimentar ninguno de los síntomas mencionados, pero sí indica sentirse deprimido en ocasiones. Esto sugiere que la depresión puede manifestarse de manera fluctuante y no necesariamente con todos los síntomas presentes al mismo tiempo.

Tabla 9. ¿En su trayecto laboral ha presentado situaciones de depresión por los cuales se haya tenido que someter a tratamientos para el padecimiento?

Alternativas	Fi	%
Sí	24	25%
No	73	75%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia.

Análisis: Un 25% de los encuestados ha presentado situaciones de depresión en su trayecto laboral que han requerido tratamiento, esta cifra es considerable y refleja el impacto negativo que la depresión puede tener en la vida personal y profesional de los trabajadores de la salud, es importante considerar que el 75% de los encuestados no ha requerido tratamiento formal para la depresión, lo que podría deberse a diversos factores como la falta de acceso a servicios de salud mental, el estigma asociado a la depresión o la automedicación.

Discusión

Los resultados de la encuesta aplicada al personal de salud del IESS, muestran la presencia de niveles de depresión, ansiedad y estrés que, aunque en algunos casos se reportan en grados leves y moderados, en otros alcanzan porcentajes severos. Estos datos coinciden con lo señalado en estudios internacionales durante y después de la pandemia del COVID-19; ya que conforme a la Teoría del Estrés Psicosocial (Tania, Gutiérrez, Hernández, & Contreras, 2008), las demandas ambientales y sociales pueden generar estrés en los individuos y factores como la falta de recursos adecuados, la sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo institucional y las condiciones laborales precarias, pueden generar estrés crónico, dado que esta tensión prolongada puede afectar negativamente la salud mental y emocional, aumentando el riesgo de desarrollar trastornos depresivos.

Los resultados obtenidos también confirman que el estrés laboral constituye un factor de alto riesgo para el desarrollo del trastorno depresivo en los trabajadores de la salud (Bartra, 2021); (Morales, 2024), obtuvieron en sus investigaciones resultados similares. De la misma manera, un estudio publicado en la revista "Occupational and Environmental Medicine", encontró que los profesionales de la salud con altos niveles de estrés agudo episódico tenían un riesgo 2.5 veces mayor de desarrollar depresión en comparación con aquellos con niveles bajos de estrés, (García & et al, 2021). Asimismo, otra investigación publicada en "BMC Psychiatry", encontró que el estrés agudo episódico mediaba la relación entre el burnout y la depresión en el personal de enfermería, (Medrano & et al, 2022).

Los resultados de la encuesta aplicada al personal de salud también arrojó la existencia de una fuerte relación entre el estrés agudo episódico y la prevalencia de trastornos depresivos en los participantes; y de acuerdo al Modelo de Burnout (Torres, y otros, 2021), esto sucede por el agotamiento emocional, la despersonalización y la reducción de la realización personal; ya que

según esta teoría, el alto nivel de demandas y el entorno estresante en el que se trabaja, puede llevar a un deterioro significativo en la salud mental de los profesionales de la salud, incluyendo el desarrollo de trastornos depresivos. Por ende, la alta prevalencia de estrés agudo episódico reportada por los encuestados, junto con la presencia de síntomas como fatiga persistente, irritabilidad y ansiedad; además, de la evidencia científica que asocia estas variables con la depresión, establece un panorama preocupante sobre la salud mental del personal de salud. Si bien el estrés agudo episódico es una respuesta normal a los desafíos y demandas del trabajo en el ámbito sanitario, la exposición constante a este tipo de estrés sin estrategias adecuadas de afrontamiento, puede tener consecuencias graves para la salud mental de los profesionales, afectando no solo su bienestar individual, sino también la calidad de la atención que brindan a los pacientes.

Conclusiones

En base a la literatura citada y los resultados obtenidos se concluye que la hipótesis de la investigación es correcta, puesto que se evidenció que el estrés laboral elevado sí está positivamente correlacionado con mayores niveles de depresión en el profesional de salud y se identificó que las enfermeras y enfermeros conforman el grupo más afectado, representando el 32% de la población estudiada. Esta proporción considerable resalta la importancia de este grupo dentro del sector sanitario. El estudio concluyó identificando que las enfermeras y enfermeros enfrentan una alta demanda laboral y un constante contacto con pacientes, lo que los hace especialmente susceptibles al estrés y sus consecuencias. También se demostró que la presión para proporcionar atención médica de alta calidad, junto con las largas horas de trabajo y la exposición a situaciones emocionalmente desgastantes, contribuye significativamente a los niveles de estrés y en consecuencia, a la aparición de trastornos depresivos en este primer grupo. Los resultados del estudio también dedujeron que el segundo grupo más afectado fue el personal de limpieza, que representó el 26% de la población. Este hallazgo indica que la limpieza es un área fundamental dentro de la organización, y el personal que trabaja en esta área puede enfrentar condiciones laborales que generan estrés significativo. La carga física del trabajo, las posibles exposiciones a agentes contaminantes y la presión para mantener altos estándares de higiene pueden ser factores que contribuyen al estrés laboral en este grupo.

Estos resultados subrayan la necesidad de desarrollar estrategias de intervención específicas para mitigar el estrés laboral en ambos grupos, con un enfoque particular en las enfermeras y

enfermeros, que constituyen el grupo más afectado. La implementación de programas de apoyo psicológico, la mejora de las condiciones laborales y la promoción de un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida personal, son medidas esenciales para prevenir los trastornos depresivos en estos profesionales de salud.

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/unesciencias.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>