

# CARGA LABORAL PERCIBIDA: PRINCIPAL FACTOR ESTRESANTE DE LA CRISIS ECONÓMICA ACTUAL EN ENFERMERÍA

AUTORÍA  
Raquel Alba Martín\*

\*\*USM HOSPITAL REINA SOFÍA-CÓRDOBA.

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar el nivel de estrés e identificar los principales elementos estresantes que afectan actualmente a los enfermeros de un hospital de Córdoba.

**Método:** estudio descriptivo transversal. Participaron 41 enfermeros seleccionados mediante muestreo aleatorio simple. Se utilizó la Nursing Stress Scale para medir situaciones percibidas como estresantes, con una fiabilidad de 0,84.

**Resultados:** se encontró que el 100% de los enfermeros presenta algún nivel de estrés, un 65,9% lo presenta a veces y un 34,1% de manera frecuente. El aspecto más afectado fue el físico, la carga de trabajo fue el factor que les genera más estrés (48,8%), seguido de la muerte y el sufrimiento (29,3%); así como la incertidumbre en el tratamiento (29,3%). Los varones se perciben más estresados (83,3%) que las mujeres (25,7%).

**Conclusiones:** los enfermeros se perciben a sí mismos como personas estresadas, con sobrecarga de trabajo y sensibles al sufrimiento de los usuarios.

## PALABRAS CLAVE

Percepción, estrés laboral, enfermeros, factores estresantes. (Fuente: DeCS, BIREME)

## TITLE

PERCEIVED WORK LOAD: MAIN FACTOR OF STRESSFUL THE CURRENT ECONOMIC CRISIS IN NURSING

## ABSTRACT

**Objective:**To determine the level of stress and identify major stressors affecting nurses at a hospital in Córdoba.

**Method:**A descriptive cross-sectional study. Involved 41 nurses selected by simple random sampling. The Nursing Stress Scale was used to measure perceived as stressful situations, with a fiability of 0.84.

**Results:**We found that 100% of nurses has some level of stress, 65.9% have it sometimes and 34.1% frequently. The most affected was the physical aspect, the workload was the factor that generates them more stress (48.8%), followed by death and suffering (29.3%); and uncertainty in treatment (29.3%). Males are perceived more stressed (83.3%) than women (25.7%).

**Conclusions:**nurses perceived themselves as stressed people, overworked and sensitive to the suffering of users.

## KEYWORDS

Perception, Job stress, nurses, stressors.

## INTRODUCCIÓN

El estrés es una alteración que a nivel mundial afecta cada vez a más personas. Aunque es una respuesta natural y automática de nuestro organismo ante situaciones que pueden ser amenazadoras o desafiantes, cuando esta situación es constante y sobrepasa las capacidades del individuo, llega a representar un problema de salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al estrés como un conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción ante cualquier estresor o situación estresante (1).

Otros autores lo describen como una percepción subjetiva de una condición ambiental debida a un desajuste o falta de equilibrio entre las demandas ambientales y las capacidades del individuo, identificando en este proceso componentes como estresores o factores estresantes. Definidos estos últimos como el estímulo que desencadena el estrés en cualquier individuo, clasificándolos en psicosociales y biogénéticos; los primeros son aquellos que pueden generar estrés por el significado que la persona les asigne, y los biogénéticos son los que por su capacidad para producir determinados cambios bioquímicos o eléctricos automáticamente disparan la repuesta de estrés (2,3). Uno de los factores que se ha comprobado como un fuerte generador de estrés para el individuo es el ámbito laboral, definido en 1956 por Selye como estrés laboral (4). Sobre el estrés laboral, la OMS menciona que es un proceso de perturbación que puede afectar al individuo cuando existe un desequilibrio de adaptación para afrontar circunstancias del medio profesional que sobrepasen sus capacidades físicas y/o psíquicas debido a jornadas laborales extenuantes, mala organización o ambiente social inadecuado (1).

La Organización Internacional del Trabajo (OIT), conceptualiza al estrés laboral como el conjunto de fenómenos que se suceden en el organismo del trabajador con la participación de agentes estresantes derivados directamente del trabajo o que con motivo de éste, pueden afectar la salud del trabajador. Es un problema que afecta a la productividad, al causar daño en la salud física y mental de los trabajadores, se considera además como causa directa e indirecta de accidentes de trabajo, que afecta la organización laboral, el contexto social, familiar con repercusiones en el comportamiento del trabajador que van desde involucrarse en abuso de drogas, depresión, ansiedad, desordenes del sueño y trastornos alimenticios (2,5). A nivel mundial se reconoce al estrés laboral como un problema importante, especialmente en los profesionales de la salud que desarrollan su actividad en el ámbito hospitalario, debido a que el hospital es un área laboral que tiene mayor capacidad de generar estrés, por las altas demandas laborales y una escasa autonomía o control sobre sí mismo, lo que produce una tensión laboral residual que puede verse reflejada en múltiples indicadores de salud (6,7). El ambiente hospitalario es además un espacio donde se encuentra con relativa frecuencia equipos de trabajo indiferentes, apáticos, cansados, con manifestaciones de estrés, despersonalización y desmotivación, que generan algunas veces conflictos o insatisfacción. Específicamente, los enfermeros

constituyen el mayor grupo de trabajo dentro de un hospital. Deben emplear un tiempo considerable de intensa relación con personas que se encuentran en situaciones problemáticas y de necesaria intervención en crisis; ya sea por sus condiciones médicas o por sus demandas psicológicas.

Este tipo de relaciones en muchas ocasiones derivan en eventos de intensa carga emocional para el enfermero, ya que es necesario controlarlas cuidadosamente para que la situación pueda ser resuelta de forma eficiente. En muchos de los casos estas situaciones tienen un desenlace negativo o fatal que es acompañado por sentimientos de frustración, temor, rabia o desesperación por parte del profesional (8).

Diversos estudios reportan una alta prevalencia de estrés en estos profesionales, debido a la gran responsabilidad que tienen sobre la calidad y equilibrio de salud del paciente, el trato con ellos, así como los problemas de organización en el hospital. Destacan las afecciones cognitivas-afectivas hacia el entorno organizacional y sus pacientes, constituyendo este último un estresante de riesgo para la aparición de altos niveles de estrés, debido a que mantienen un contacto más directo con los pacientes al vivir el sufrimiento y muerte de los mismos (10-12).

Estudios realizados en España, ponen de manifiesto que el estrés que sufren los enfermeros está relacionado con la presión laboral, la muerte y el sufrimiento, considerados como los principales factores con mayor capacidad para provocar estrés laboral. De igual forma, estudios realizados en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) en este mismo país mencionan que los mayores generadores de estrés son la carga de trabajo, la falta de personal y la antigüedad (13). En Australia, enfermeros especialistas en Psiquiatría sufren de alto nivel de desgaste personal, presentando agotamiento emocional, despersonalización e identificando la carga de trabajo como el mayor estresor percibido (14).

En México se comprobó que los enfermeros con jornadas laborales irregulares tienen mayores factores de estrés debido al cambio fisiológico alterado que presentan. Este se considera también como otro de los factores más importantes para generar estrés en estos profesionales (16).

Otro estudio realizado en la ciudad de Guadalajara muestra la sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo y el trato con familiares de los pacientes, como los principales generadores de estrés en esta población, presentando repercusiones negativas en su salud física y mental, tales como cansancio emocional, despersonalización y sentimientos negativos hacia su profesión (17). Tomando en consideración lo antes planteado y reconociendo que a pesar de que existen diversos estudios sobre el problema, es necesario profundizar en el conocimiento sobre el mismo a través de investigaciones que permitan corroborar o complementar la información existente, surge la inquietud de realizar esta investigación.

## OBJETIVOS

Determinar la percepción de estrés e identificar los principales estresores que afectan actualmente a los enfermeros de un hospital de Córdoba (España).

## MATERIAL Y MÉTODO

**Diseño:** Estudio descriptivo y transversal, realizado en enfermeras/os generalistas que trabajan en un hospital de Córdoba (España). La población de estudio incluía a 191 enfermeras/os. El muestreo fue aleatorio simple con una muestra de 41 enfermeras/os. Se incluyó personal de ambos sexos, ser diplomado o graduado, turno y que aceptaran contestar el cuestionario. Para recabar la información se utilizó la Nursing Stress Scale (NSS), elaborada por Pamela Gray Toft y James G. Anderson en 2002, que mide la frecuencia con la que ciertas situaciones son percibidas como estresantes por el personal de enfermería hospitalario. Consta de 34 ítems que describen distintas situaciones potencialmente causantes del estrés en enfermería; agrupados en siete factores, uno relacionado con el ambiente físico (carga de trabajo), cuatro con el ambiente psicológico (muerte y sufrimiento, preparación insuficiente, falta de apoyo e incertidumbre en el tratamiento) y dos relacionados con el ambiente social (problemas con los médicos y problemas con miembros del equipo de enfermería). En cada ítem las posibles respuestas son: nunca (0), a veces (1), frecuentemente (2), y muy frecuentemente (3), a mayor puntuación mayor nivel de estrés. La escala ha mostrado un coeficiente de fiabilidad entre 0,79 y 0,89, y en esta investigación se obtuvo un coeficiente de Alpha de Crombach de 0,84. En el aspecto ético la investigación se acogió al reglamento de la Ley General en materia de investigación para la salud (18), contó con la autorización del Comité de Investigación y Ética de la Facultad de Enfermería de Córdoba, y se obtuvo el permiso del director de la institución de salud para la aplicación del instrumento.

**Procedimiento:** Para recopilar la información se acudió a la institución hospitalaria en los tres turnos, se localizó a los enfermeros seleccionados y se les abordaba dando a conocer en primer lugar el objetivo de la investigación. Para participar se le solicitaba su autorización mediante la firma del consentimiento informado; una vez otorgada la autorización se procedía a la aplicación del instrumento. El tiempo de recolección de los datos fue de 10 a 15 minutos por cada enfermero. Recopilada la información, se realizó el análisis de los instrumentos en el paquete estadístico SPSS versión 17, donde se obtuvieron las frecuencias y porcentajes necesarios para nuestro estudio.

## RESULTADOS

Participaron 41 enfermeras(os), donde el 85,4% fueron mujeres y el 14,6% hombres. Con una edad promedio de 36 años, predominó el grupo de 31 a 40 años (34,1%). El 53,7% son enfermeros de nivel diplomado y 46,3% graduados en enfermería. La mayoría con más de 15 años de antigüedad (46,3%) y con una jornada laboral de 8 horas diarias (92,7%). Al analizar los factores generadores de estrés por ambiente, se encontró que en el ambiente psicológico los dos estresores percibidos como los que generan más estrés, en el 29,3% de los enfermeros participantes, son la muerte y el sufrimiento e incertidumbre en el tratamiento (Tabla 1). Hallazgos que sitúan a estos profesionales como personas que realmente viven conflictos emocionales diarios, generados por el contacto que tienen con la muerte y el sufrimiento de las personas a las que proporcionan cuidado, que son profesionales sensibles y en muchas

ocasiones son percibidos por los usuarios o familiares como personas poco sensibles a estos procesos.

Al analizar el nivel de estrés según género, antigüedad y el nivel de escolaridad (Tabla 2), se encontró que el 83% de los varones se perciben con niveles de estrés, de forma más frecuente, en comparación con las mujeres (25,7%). En relación con la antigüedad laboral, el grupo entre 11 y 15 años de antigüedad es el que reporta más estrés, situación que podía relacionarse con el paso de los años y con que conforme es mayor la experiencia laboral el nivel de estrés desciende en un 50% en comparación con el primer grupo.

## DISCUSIÓN

Los hallazgos de esta investigación permitieron conocer que el 100% de los enfermeros que participó en el estudio presenta algún nivel de estrés. Este dato coincide con un estudio realizado en Santander (7) el cual halla que el 94% de los enfermeros de su estudio presentaba algún grado de estrés. Este mismo estudio se menciona además que la sobrecarga laboral (40%) y el contacto con el dolor y la muerte (26%) fueron las principales situaciones generadoras de estrés en los enfermeros estudiados, hallazgo similar a lo encontrado en esta investigación, donde se identificó a la carga de trabajo (48,8%), así como la muerte y sufrimiento (29,3%) como los principales factores que generan estrés en los participantes. Este último dato es también similar a los resultados de diversos estudios realizados a enfermeros de hospitales en otros estados (17,19), así como en los enfermeros de la provincia de Alicante, en España (12). Lo cual pone de manifiesto que indistintamente de la nacionalidad de los enfermeros, están sufriendo situaciones de estrés que se manifiestan de la misma forma. En lo referente a la antigüedad laboral, se encontró que el nivel de estrés fue disminuyendo conforme se incrementaban los años de antigüedad, hallazgo que difiere a lo encontrado en el estudio realizado en un grupo de enfermeras, donde los resultados mostraron que a mayor edad, mayor probabilidad de presentar puntuaciones elevadas de estrés (16). En este mismo ambiente, la preparación insuficiente (17%) y la falta de apoyo (17%) se muestran como situaciones que también les generan estrés en nivel medio y alto, que si bien no son percibidos por toda la población, vale la pena destacar, debido a que son situaciones que se pueden subsanar al interior de la institución de salud, que al atenderlos reducirían los factores generadores de estrés en estos enfermeros. Con respecto al ambiente social, se conoce que es en él, donde se producen una gran mayoría de situaciones que pueden generar estrés en los individuos. Situación que al parecer no sucedió con este grupo estudiado, ya que los resultados muestran que el conflicto con los médicos es percibido en nivel bajo (83%) por la mayoría de los

participantes.

En el ambiente físico, la carga de trabajo fue el factor que, desde la perspectiva de los enfermeros, es el que más influye para generarles estrés en el área laboral. Aspecto de gran relevancia debido a que, si esta situación permanece de forma continuada, puede provocar alteraciones en la adaptación laboral y personal de estos profesionales, generando probablemente altos niveles de ansiedad y sentimientos de incapacidad para sobrellevar su trabajo, lo que representa un factor de riesgo de patologías relacionadas con el desgaste profesional (16). En lo que respecta al nivel de escolaridad, no se observan grandes diferencias entre los diplomados (31,8%) y los graduados en enfermería (36,8%) en cuanto al “nivel de estrés muy frecuente”. Dato que parece corroborar que es el entorno laboral el que somete a los profesionales de enfermería a niveles elevados de estrés.

## CONCLUSIONES

Con los datos obtenidos en este estudio fue posible conocer que los enfermeros de este hospital que participaron en la investigación presentan algún nivel de estrés, generado por sobrecarga de trabajo o situaciones que tienen que ver con la muerte, sufrimiento e incertidumbre en el tratamiento de sus pacientes. Hallazgo que muestra la continua tensión a la que se ven sometidos al proporcionar cuidado a personas que se enfrentan a situaciones de lucha entre la vida y la muerte. Lo que nos hace percibirlos como personas estresadas, con sobrecarga de trabajo y sensibles al sufrimiento de los usuarios.

Por todo ello se considera que se debe indagar más sobre el estrés en estos profesionales, que tienen bajo su responsabilidad el cuidado de personas que han perdido la salud, hasta su restauración o la muerte, dentro de instituciones donde muchas de las veces no hay preocupación por la salud de los cuidadores, lo que puede impedir el desarrollo de un sistema de salud de alta calidad.

De ahí la importancia de realizar programas de apoyo psicológico y promoción de salud dirigidas al personal de enfermería en el interior de las propias instituciones de salud; con estrategias de afrontamiento que ayuden a disminuir el estrés laboral, apoyándonos en metodología cualitativa como recurso enfermero (20-21), lo que repercutirá en una mejor condición de trabajo y salud del enfermero.

## AGRADECIMIENTOS

A todo el equipo que ha colaborado en este trabajo y, en especial, a todos los profesionales de CIBERREVISTA que hacen posible el avance de nuestra Enfermería y a quienes nos ayudan a divulgar nuestros conocimientos. Gracias de corazón.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Mamani A, Obando R, Uribe AM, Vivanco M. Factores que desencadenan el estrés y sus consecuencias en el desempeño laboral en emergencias. Rev. Per. Obst. Enf. 2007; 3(1):50-57. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de octubre de 2014]. URL disponible en: <http://revistas.concytec.gob.pe/pdf/rpoe/v3n1/a07v3n1.pdf>
2. Menzani G, Ferraz BE. Determinación de los factores de estrés de los enfermeros que actúan en una unidad de internamiento. Enf. Global 2005; 4(2):1-9. [En línea] [Fecha de acceso 1 de Julio de 2014]. URL disponible en: <http://revistas.um.es/global/article/view/461/444>

3. Enamorado EJ, Somoza TC, Aronne LK, Romero SR. Identificación de estresores influyentes en pacientes del hospital escuela periodo de Abril-Mayo 2004. Rev. Act. 2005; 2(1):59-63. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de agosto de 2014]. URL disponible en: <http://www.bvs.hn/RFCM/pdf/2005/pdf/RFCMVol2-1-2005-9.pdf>
4. Martín HP, Salanova MS, Peiró SJ. El estrés laboral: ¿Un concepto cajón-de-sastre? Rev. Rel. Lab. 2003; 10(11):1-17. [En línea] [Acceso: 17 de agosto de 2014]. URL disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=793102>
5. Más R, Escriba V, Cárdenas M. Estresores laborales percibidos por el personal de enfermería hospitalario. Un estudio cualitativo. Arch. Prev. Ries. Labor. 1999; 2(4):159-167. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de julio de 2014]. URL disponible en: [http://www.scsmt.cat/pdf/1999\\_n.4.originales.2.pdf](http://www.scsmt.cat/pdf/1999_n.4.originales.2.pdf)
6. Juárez-García A. Factores psicosociales laborales relacionados con la tensión arterial y síntomas cardiovasculares en personal de enfermería en México. Salud Pública Méx. 2007; 49(2):109-117. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de enero de 2014]. URL disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v49n2/a06v49n2.pdf>
7. Zambrano PG. Estresores en las unidades de cuidado intensivo. Aquichan 2006; 6(1):156-169. [En línea] [Fecha de acceso: 1 de julio de 2014]. URL disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74160116>
8. Novoa M, Nieto C, Forero C, Caycedo C, Palma M, Montealegre M, et al. Relación entre perfil psicológico, calidad de vida y estrés asistencial en personal de enfermería. Univ. Psychol. 2005; 4(1).
9. Casares González B, Lomba Pacheco A, Vidal Mosquera N, Guerra Rodríguez M, García Fernández H, Pérez Rodríguez M et al. Problemas de comunicación percibidos por las enfermeras. Metas Enferm. 2007; 10(5):26-30.
10. Quintero IL, Biela R, Barrera A, Campos-Arias A. Factores asociados a la satisfacción laboral en empleados de un hospital psiquiátrico de Bucaramanga, Colombia. Duazary 2008; 5(2):76-81. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de marzo de 2014]. URL disponible en: [http://www.imbiomed.com/1/1/articulos.php?method=showDetail&id\\_articulo=53967&id\\_seccion=-2051&id\\_ejemplar=5470&id\\_revista=127](http://www.imbiomed.com/1/1/articulos.php?method=showDetail&id_articulo=53967&id_seccion=-2051&id_ejemplar=5470&id_revista=127)
11. Herrera SR, Cassals VM. Algunos factores influyentes en la calidad de vida laboral de enfermería. Rev. Cubana Enf 2005; 21(1).
12. Ribera D, Cartagena P, Reig F, Romà F, Sans Q, Caruana V. Estrés laboral y salud en profesionales de enfermería. Estudio empírico en la provincia de Alicante. Espagrafic 1993. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de febrero de 2014]. URL disponible en: <http://publicaciones.ua.es/filespubli/pdf/LD84790808176814482.pdf>
13. Montejano LR, Castilla RY, Romero MJ, Rodríguez BJ, Pérez LE, Cebria JA, et al. La experiencia como protección del estrés en los profesionales de enfermería. Educare 21 2008; 50. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de enero de 2014]. URL disponible en: <http://www.enfermeria21.com/revistas/educare/articulo/50021/>
14. Pinikahana J, Happel B. Stress Burnout and job satisfaction in rural psychiatric nurses: a Victorian Study. Aust J Rural Health 2004; 12(3):120-125.
15. Moreno-Fergusson ME. Evidencia científica y autonomía. Aquichan. Año 14 - Vol. 14, Nº 2 - Chía, Colombia. Junio 2014.
16. Martínez-López C, López-Solache G. Características del síndrome de Burnout en un grupo de enfermeras mexicanas. Medigraphic 2005; 7(1):6-9. [En línea] [Fecha de acceso: 7 de julio de 2014]. URL disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/medfam/amf-2005/amf051c.pdf>
17. Loera M. Las enfermeras trabajan con estrés. La gaceta 2006. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de enero de 2014]. URL disponible en: <http://www.gaceta.udg.mx/Hemeroteca/paginas/461/461-8.pdf>
18. Reglamento de la Ley General de Salud en materia de investigación para la salud. México: Secretaría de Salud; 1987. [En línea] [Fecha de acceso: 14 de julio de 2014]. URL disponible en: <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/compi/rlgsmis.html>
19. Enríquez HC, Sánchez EA, Santos AS, Daberkow FC, Ruiz MM, Castellanos CE. Estresores laborales en personal de enfermería identificados mediante una escala de adaptación. Des Cientif. Enf. 2009; 17(3):110-112. [En línea] [Fecha de acceso: 10 de junio de 2014]. URL disponible en: [http://www.artemisaenlinea.org.mx/acervo/pdf/desarrollo\\_cientifico\\_la\\_enfermeria/4Estresores.pdf](http://www.artemisaenlinea.org.mx/acervo/pdf/desarrollo_cientifico_la_enfermeria/4Estresores.pdf)
20. Amezcua Manuel. El trabajo de campo etnográfico en salud: una aproximación a la observación participante. Index de Enfermería. 2000; IX (30): 30-35.
21. Bogdan, Robert; Taylor, Steven J. Introduction to qualitative research methods: a phenomenological approach to the social sciences. New York: J.Wiley, 1975.

**“La mente más sabia siempre tiene algo que aprender”.**  
**Jorge Santayana (Razón y sentido común, 1923)**