



DOI: <https://doi.org/10.23857/dc.v11i4.4571>

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

***Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los
Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud***

***From Exhaustion to Emotional Collapse: The Impact of Chronic Stress on
Depressive Disorders in Healthcare Professionals***

***Da exaustão ao colapso emocional: o impacto do stress crónico nas perturbações
depressivas nos profissionais de saúde***

Camila Xiomara Bernal Jalca^I
cbernalj@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0009-0444-6038>

Doménica Solange Brito Astudillo^{II}
dbrito3@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0001-6312-7477>

Saray Romina Meza Flores^{III}
smezaf2@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0004-2460-7285>

Leslie Dayana Sisa Miñarcaja^{IV}
lsisam@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0007-7538-2401>

Mauricio Alfredo Guillen Godoy^V
mguilleng@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-8965-5959>

Correspondencia: cbernalj@unemi.edu.ec

***Recibido:** 23 de agosto de 2025 ***Aceptado:** 18 de septiembre de 2025 ***Publicado:** 05 de noviembre de 2025

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

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los
Profesionales de Salud

Resumen

Este estudio tiene como objetivo identificar las consecuencias del estrés crónico que pueden llevar a trastornos depresivos en los profesionales de salud, utilizando un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo y analítico, se realizó una encuesta estructurada a 97 profesionales de la salud en el Hospital León Becerra de la ciudad de Milagro, Ecuador. Los resultados obtenidos revelan que el estrés crónico está estrechamente relacionado con el desarrollo de síntomas depresivos en los trabajadores del sector salud. La muestra estuvo compuesta principalmente por mujeres (63%), lo que refleja una tendencia común en el sector salud. Los síntomas más reportados fueron agotamiento físico y mental persistente (47%), seguido por irritabilidad o ansiedad frecuente (24%). Asimismo, el 47% de los encuestados informó haber tenido pensamientos depresivos en su ambiente laboral. En cuanto a la gestión del estrés crónico, los profesionales optan principalmente por ejercicio físico (34%) y tiempo con amigos o familia (31%), mientras que la desconexión tecnológica sigue siendo poco utilizada (6%). En conclusión, el estrés crónico está determinado por factores tanto individuales como organizacionales, y está fuertemente vinculado al desarrollo de síntomas depresivos en los profesionales de la salud. Esta relación evidencia que los profesionales enfrentan niveles elevados de ansiedad, irritabilidad y agotamiento emocional, producto de episodios recurrentes de estrés, lo cual juega un papel crucial en la aparición de trastornos depresivos, particularmente cuando las demandas laborales son demasiado altas.

Palabras Claves: Trastorno depresivo; Estrés crónico; Salud mental; Profesionales de la salud; Bienestar emocional.

Abstract

This study aims to identify the consequences of chronic stress that can lead to depressive disorders in healthcare professionals. Using a quantitative approach and a descriptive and analytical design, a structured survey was conducted with 97 healthcare professionals at the León Becerra Hospital in the city of Milagro, Ecuador. The results reveal that chronic stress is closely related to the development of depressive symptoms in healthcare workers. The sample was primarily composed of women (63%), reflecting a common trend in the healthcare sector. The most frequently reported symptoms were persistent physical and mental exhaustion (47%), followed by frequent irritability or anxiety (24%). Additionally, 47% of respondents reported experiencing depressive thoughts in their work environment. Regarding chronic stress management, professionals primarily opted for physical

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los
Profesionales de Salud

exercise (34%) and spending time with friends or family (31%), while disconnecting from technology remains underutilized (6%). In conclusion, chronic stress is determined by both individual and organizational factors and is strongly linked to the development of depressive symptoms in healthcare professionals. This relationship demonstrates that these professionals face high levels of anxiety, irritability, and emotional exhaustion resulting from recurring episodes of stress, which plays a crucial role in the emergence of depressive disorders, particularly when job demands are excessively high.

Keywords: Depressive disorder; Chronic stress; Mental health; Healthcare professionals; Emotional well-being.

Resumo

Este estudo teve como objetivo identificar as consequências do stress crónico que podem levar a perturbações depressivas nos profissionais de saúde. Utilizando uma abordagem quantitativa e um desenho descritivo e analítico, foi realizado um inquérito estruturado a 97 profissionais de saúde do Hospital León Becerra, na cidade de Milagro, Equador. Os resultados revelaram que o stress crónico está intimamente relacionado com o desenvolvimento de sintomas depressivos nos profissionais de saúde. A amostra foi constituída maioritariamente por mulheres (63%), reflectindo uma tendência comum no sector da saúde. Os sintomas mais frequentemente notificados foram exaustão física e mental persistente (47%), seguida de irritabilidade ou ansiedade frequentes (24%). Além disso, 47% dos inquiridos referiram ter pensamentos depressivos no seu ambiente de trabalho. Em relação à gestão do stress crónico, os profissionais optaram principalmente pelo exercício físico (34%) e pelo tempo com amigos ou familiares (31%), enquanto o distanciamento da tecnologia permanece subutilizado (6%). Em conclusão, o stress crónico é determinado por factores individuais e organizacionais e está fortemente associado ao desenvolvimento de sintomas depressivos nos profissionais de saúde. Esta relação demonstra que estes profissionais enfrentam elevados níveis de ansiedade, irritabilidade e exaustão emocional resultantes de episódios recorrentes de stress, o que desempenha um papel crucial no surgimento de perturbações depressivas, principalmente quando as exigências do trabalho são excessivamente elevadas.

Palavras-chave: Perturbação depressiva; Stress crónico; Saúde mental; Profissionais de saúde; Bem-estar emocional.

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud

Introducción

El estrés crónico afecta profundamente la salud mental de los profesionales de la salud, quienes enfrentan situaciones de alta presión constantemente, donde la exposición prolongada al estrés tiene efectos devastadores en el bienestar emocional y físico, causando alteraciones en el estado de ánimo, trastornos de sueño y una disminución en la capacidad de enfrentarse a las demandas diarias, aumentando el riesgo de desarrollar trastornos depresivos en los trabajadores de la salud (Espinal *et al.*, 2025).

El trastorno depresivo es una de las consecuencias más comunes del estrés prolongado en los profesionales de la salud, los síntomas de este trastorno incluyen tristeza persistente, fatiga extrema, pérdida de interés y concentración, los cuales afectan negativamente la calidad de vida y el desempeño laboral. Ante las constantes demandas emocionales y físicas a las que están sometidos los profesionales facilitan el desarrollo de la depresión, lo que hace que esta población sea especialmente vulnerable (Da Estrela *et al.*, 2021).

La problemática del estrés crónico en los profesionales de la salud es alarmante. Un estudio indicó que más del 50% de los trabajadores de salud experimentaron tristeza persistente, pérdida de interés y otros síntomas depresivos debido al estrés. Sin embargo, solo el 22.7% recibió un diagnóstico adecuado y el 9.1% recibió tratamiento (Torres, 2023). A su vez, en otro estudio realizado evidencio que el 88% de los participantes consideró que los servicios de salud mental eran inaccesibles, lo que resalta la necesidad de mejorar el acceso a estos servicios (Naranjo, 2023).

En Ecuador, los profesionales de salud también enfrentan una alta prevalencia de estrés crónico y trastornos depresivos. Un estudio reciente encontró que el 70% de los trabajadores de salud en áreas rurales experimentan síntomas de agotamiento emocional y depresión debido a la presión constante de sus tareas. De estos trabajadores, el 40% reporta niveles elevados de estrés, lo que incrementa el riesgo de sufrir trastornos depresivos (Ministerio de Salud Pública, 2024).

A pesar de los esfuerzos realizados para abordar esta problemática, los resultados siguen siendo insuficientes, como la falta de programas de apoyo, recursos limitados y la normalización del agotamiento emocional han contribuido a que muchos profesionales no reciban el tratamiento adecuado, mencionando que es urgente implementar intervenciones efectivas para prevenir y tratar el estrés crónico y la depresión en el personal de salud, mejorando así su bienestar y la calidad de la atención que brindan (Bonetto *et al.*, 2022).

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud

Sin embargo, estos datos acentúan la importancia de esta investigación, que pone en evidencia la necesidad de visibilizar el impacto del estrés crónico en los profesionales de la salud, dada a la alta prevalencia de trastornos depresivos en este grupo evidencia la urgencia de desarrollar políticas públicas que aborden su bienestar emocional y proporcionen un mejor acceso a servicios de salud mental (García, 2022).

Con base en estas premisas, el presente estudio tiene como objetivo identificar las consecuencias del estrés crónico que pueden llevar a trastornos depresivos en los profesionales de salud. Para alcanzar este objetivo, se plantean los siguientes objetivos específicos: analizar la relación causal entre el estrés crónico y la aparición de síntomas relacionados con los trastornos depresivos, considerando factores individuales, organizacionales y las estrategias de afrontamiento en los profesionales de salud; comparar la relación causal entre el estrés crónico y los trastornos depresivos en los profesionales de salud; e indagar cómo el estrés crónico en la prevalencia causa la gravedad de los trastornos depresivos y genera dificultades tanto personales como profesionales en los trabajadores de salud.

METODOLOGÍA

La presente investigación se realizó mediante un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo y analítico. Se utilizó un diseño transversal para obtener una instantánea precisa de la prevalencia de los trastornos depresivos en profesionales de la salud, y cómo el estrés crónico impacta en su salud emocional. Este estudio se centró en los profesionales de la salud de la ciudad de Milagro, un grupo vulnerable a los trastornos depresivos debido a las exigencias de su entorno laboral.

Población y Muestra

La población de estudio estuvo conformada por 127 profesionales de la salud que laboran en el Hospital León Becerra, ubicado en la ciudad de Milagro, Ecuador. La muestra consistió en 97 personas seleccionadas de manera intencional, representando aproximadamente el 76.4% de la población total de profesionales en el hospital. Esta selección fue realizada con el fin de obtener una muestra representativa de las características emocionales y psicológicas de los profesionales de salud en este contexto específico.

Criterios de Inclusión

- Ser profesional de salud activo en el Hospital León Becerra.
- Aceptar participar en la investigación de manera voluntaria.
- Tener al menos 6 meses de experiencia laboral en el hospital.

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud

Criterios de Exclusión

- Personal no permanente del Hospital León Becerra.
- Profesionales de salud que no deseen participar en la investigación.

Instrumentos de Recolección

Se optó por utilizar encuestas estructuradas como técnica principal para la recolección de datos, con el objetivo de indagar las experiencias emocionales y psicológicas de los profesionales de la salud en relación con el estrés crónico y su vínculo con los trastornos depresivos. Las encuestas fueron digitalizadas a través de Google Forms y distribuidas por distintos canales electrónicos, con preguntas cerradas y de opción múltiple, lo que permitió una obtención clara y precisa de la información.

Se garantizaron las consideraciones éticas relacionadas con el anonimato y la confidencialidad de los participantes, asegurando que los datos recopilados se usaran exclusivamente para los fines de esta investigación. La institución brindó su autorización para la recolección de datos, y todos los participantes dieron su consentimiento para participar en el estudio.

Asimismo, se complementó la recolección de datos con una revisión bibliográfica de fuentes académicas actualizadas a través de bases de datos abiertas y suscritas, tales como Google Académico, Dialnet, Scielo, ScienceDirect, Latindex y Scopus, con el fin de obtener información relevante que contextualizara y respaldara los hallazgos del estudio.

RESULTADOS

Los resultados obtenidos a partir de la aplicación de una encuesta estructurada, compuesta por 6 preguntas, fueron tabulados y organizados en categorías. Para facilitar su comprensión, se agruparon por categorías, las cuales fueron creadas conforme a las variables de investigación que abordan el objetivo general establecido.

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud

Tabla 1.

Cargo desempeñado y conocimiento sobre el estrés crónico

Variable	Alternativas	Frecuencia	%
Profesiones/Cargo	Médicos	25	26
	Enfermera/o	58	60
	Auxiliares	14	14
¿Conoce usted cuál sería la consecuencia del estrés dentro del ámbito laboral?	Sí	69	71
	No	28	29

Fuente: Datos de encuestas

Análisis: La Tabla 1 muestra la distribución de los participantes según el cargo desempeñado y su conocimiento sobre el estrés crónico. El 60% de los encuestados son enfermeras/os, lo que refleja la gran importancia de este grupo en la atención directa a los pacientes. Los médicos representan el 26% de la muestra, lo cual es significativo dado su rol clave en el diagnóstico y tratamiento, aunque con una proporción menor en comparación con el personal de enfermería. Por otro lado, los auxiliares, que conforman el 14% de los encuestados, también desempeñan un papel importante dentro de los equipos de salud, aunque su porcentaje es menor, su labor de apoyo en áreas como la administración, la atención directa a los pacientes y el manejo de la logística hospitalaria es fundamental para el funcionamiento del sistema de salud. En cuanto al conocimiento sobre el estrés crónico, el 71% de los encuestados está consciente de las consecuencias que este puede tener en el ámbito laboral, lo que sugiere una comprensión amplia de los efectos de este fenómeno. Sin embargo, un 29% no está informado, lo que indica que aún queda un porcentaje importante de la población que necesita mayor sensibilización y educación sobre el impacto del estrés crónico en su bienestar y desempeño laboral.

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud

Tabla 2.

Nivel de estrés en el ambiente laboral y experiencia con estrés laboral

Variable	Alternativas	Frecuencia	%
Nivel de Estrés	Estrés frecuente	29	30
	Estrés ocasional	52	54
	Sin estrés	13	13
	Estrés crónico	3	3
¿Ha sufrido de estrés laboral?	Sí	76	78
	No	21	22

Fuente: Datos de encuestas

Análisis: La Tabla 2 revela que el estrés ocasional es el tipo más común de estrés experimentado por los empleados, con un 54% de los encuestados indicando que lo experimentan en su trabajo. Esto sugiere que, aunque el estrés es una constante, no siempre es intenso ni frecuente. Un 30% de los encuestados reportaron sufrir estrés frecuente, lo cual puede indicar que hay áreas dentro del entorno laboral que podrían mejorar para reducir la frecuencia de este estrés. Solo un 13% de los participantes afirmó no experimentar estrés en absoluto, lo que refleja que una pequeña minoría de los trabajadores se beneficia de condiciones laborales menos exigentes. Solo un 3% reportó estrés crónico, lo que evidencia que la mayoría de los trabajadores experimentan algún grado de estrés, con un 84% combinado entre estrés ocasional y frecuente. En cuanto a la experiencia con estrés crónico, un 78% de los encuestados admitió haberlo sufrido, lo que indica que el estrés crónico es un problema generalizado entre los trabajadores del sector salud. Por otro lado, un 22% no ha experimentado estrés crónico, lo que podría depender de factores como el tipo de tareas desempeñadas, el ambiente laboral y la gestión de estrés dentro del lugar de trabajo.

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud

Tabla 3.

Síntomas experimentados durante la jornada laboral y pensamientos depresivos en el ambiente laboral

Variable	Alternativas	Frecuencia	%
Síntomas experimentados durante la jornada laboral	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
¿Ha tenido pensamientos depresivos en su ambiente laboral?	Sí	46	47
	No	51	53

Fuente: Datos de encuestas

Análisis: La Tabla 3 refleja que el síntoma más prevalente experimentado durante la jornada laboral es la fatiga persistente o agotamiento físico y mental, obtenido por el 47% de los encuestados. Este hallazgo es significativo, ya que la fatiga crónica es un síntoma clave de la depresión y puede afectar tanto el desempeño laboral como la calidad de vida de los profesionales, donde la irritabilidad o ansiedad frecuente, experimentada por el 24%, es un indicador de estrés crónico, lo que puede generar conflictos en el entorno laboral y afectar las relaciones interpersonales. Las palpitaciones o el aumento de la frecuencia cardíaca, presentes en el 12%, son menos comunes, pero no deben subestimarse, ya que representan signos fisiológicos del estrés y pueden desencadenar otras complicaciones en la salud. Por otro lado, el 16% de los encuestados no presentó síntomas, lo que podría sugerir una menor exposición a factores estresantes o una mayor capacidad para manejarlos. En relación con los pensamientos depresivos en el ambiente laboral, un 47% de los encuestados admitió haber tenido pensamientos depresivos en su entorno laboral, lo cual es preocupante, ya que refleja el impacto negativo que el estrés crónico puede tener sobre la salud mental de los profesionales de la salud. Aunque el 53% no ha tenido pensamientos depresivos, la alta prevalencia de este problema en el grupo restante resalta la necesidad urgente de abordar el estrés crónico y sus efectos en la salud mental de los trabajadores.

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los
Profesionales de Salud

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en esta investigación resaltan la alta prevalencia de estrés crónico y trastornos depresivos entre los profesionales de la salud. En términos de género, la muestra está compuesta mayoritariamente por mujeres (63%), lo que refleja una tendencia común en el sector salud, donde las mujeres suelen ocupar una proporción significativa de los roles, especialmente en áreas como enfermería, como señala Bonetto *et al.* (2022), quienes indicaron que las mujeres enfrentan una mayor exposición a situaciones laborales estresantes, lo que puede contribuir al desarrollo de trastornos emocionales como la depresión. En cuanto a los síntomas de estrés crónico, el agotamiento físico y mental persistente fue el más reportado (47%), lo que coincide con los hallazgos de Da Estrela *et al.* (2021), quienes asociaron este tipo de agotamiento con el estrés crónico y su impacto negativo en la salud mental, evidenciando que este tipo de fatiga crónica no solo afecta el bienestar de los trabajadores, sino que también puede interferir con su rendimiento profesional y la calidad de la atención que brindan a los pacientes. En este contexto, Najafi *et al.* (2022) sostienen que el estrés crónico aumenta de manera significativa el riesgo de desarrollar trastornos depresivos, lo que resalta la urgencia de abordar el estrés en el entorno laboral de forma integral, especialmente en el sector sanitario.

Respecto a los síntomas depresivos reportados, un 24% de los participantes experimentan síntomas de depresión, lo que indica un impacto significativo del estrés crónico en la salud mental de los profesionales de la salud. Tal como señala Torres (2023), los trabajadores del sector salud a menudo enfrentan altos niveles de estrés crónico, lo que aumenta el riesgo de desarrollar depresión. Un 22% evidencia síntomas de depresión persistente, como insomnio, baja energía y sentimientos de desesperanza, lo cual resalta la relación entre el estrés y los trastornos depresivos de larga duración. En cuanto a las estrategias para manejar el estrés crónico, la mayoría de los encuestados optan por ejercicio físico (34%) y tiempo con amigos o familia (31%), lo que refleja la importancia de estrategias psicosociales y físicas para mitigar los efectos negativos del estrés. Sin embargo, la desconexión tecnológica sigue siendo una estrategia poco utilizada (6%), lo que indica que las demandas tecnológicas en el ámbito laboral son difíciles de gestionar para muchos profesionales. Naranjo (2023) también destacó que la desconexión del entorno digital es un área poco explorada en la gestión del estrés crónico en el ámbito sanitario.

En cuanto a los pensamientos depresivos en el entorno laboral, un 47% de los encuestados reportan haber experimentado estos pensamientos, lo que evidencia la necesidad urgente de implementar

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud

políticas y programas de salud mental en las instituciones de salud. La alta prevalencia de pensamientos depresivos refleja cómo el estrés crónico puede afectar gravemente la salud mental de los profesionales de la salud, lo cual es consistente con los hallazgos del Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2024), que aboga por mejorar la atención en salud mental y crear espacios de apoyo para estos trabajadores. Sin embargo, el 25% de los encuestados ha tenido que recibir tratamiento para la depresión, lo que destaca la gravedad de este trastorno en el ámbito laboral, resaltando la importancia de ofrecer programas de salud mental accesibles, capacitar al personal en la gestión del estrés crónico y proporcionar apoyo psicológico en las instituciones de salud, tal como lo indican las políticas de salud mental promovidas por el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2024).

CONCLUSIONES

El estrés crónico está influenciado por factores tanto personales como organizacionales, y se relaciona estrechamente con el desarrollo de síntomas depresivos en los profesionales de la salud, aunque el ejercicio físico y las interacciones sociales pueden ayudar a reducir el impacto inmediato del estrés, cuando este se prolonga y se convierte en estrés crónico, incrementa el riesgo de trastornos emocionales graves, como la depresión. Por ello, es fundamental crear un entorno laboral que favorezca la gestión del estrés crónico y promueva el bienestar psicosocial, con el fin de prevenir la aparición de trastornos depresivos en este sector.

A su vez, la relación entre el estrés crónico y los trastornos depresivos muestra que los profesionales de la salud enfrentan altos niveles de ansiedad, irritabilidad y agotamiento emocional debido a los episodios frecuentes de estrés, lo que contribuye significativamente al desarrollo de trastornos depresivos, especialmente cuando las exigencias laborales son excesivas, para mitigar el riesgo de depresión, es esencial establecer estrategias organizacionales que equilibren las cargas de trabajo y ofrezcan apoyo emocional continuo a los trabajadores de salud.

Sin embargo, el estrés crónico está estrechamente relacionado con la intensidad de los trastornos depresivos en los profesionales de la salud, debido a la exposición constante a demandas laborales extremas afecta negativamente tanto la salud emocional como la vida personal y profesional. A medida que el estrés persiste, la prevalencia de estos trastornos depresivos aumenta de forma significativa, lo que dificulta el rendimiento laboral y genera tensiones en las relaciones interpersonales.

Referencias

- Bonetto, G., Corral, R., Lupo, C., Duprat, M., Kanevsky, G., & Cabrera, P. (2022). Trastorno depresivo mayor y depresión resistente al tratamiento: un análisis epidemiológico en Argentina del estudio de Depresión resistente al tratamiento en América Latina. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, 33(155), 36-49. <https://revistavertex.com.ar/ojs/index.php/vertex/article/view/134>
- Da Estrela, C., McGrath, J., Booij, L., & Gouin, J. P. (2021). Heart Rate Variability, Sleep Quality, and Depression in the Context of Chronic Stress. *Annals of Behavioral Medicine*, 55(2), 155–164. <https://doi.org/10.1093/abm/kaaa039>
- Espinal, J., García, J., Jaimes, A., González, D., Jardón, D., Chimal, G., & Gutiérrez, D. (2025). Depresión en México: Un análisis de su impacto en la salud pública y la calidad de vida. *Revista Científica Multidisciplinar SAGA*, 2(2), 689-710. <https://doi.org/10.63415/saga.v2i2.136>
- García, J. (2022). Trastorno de depresión y su influencia en el desarrollo emocional de una persona de 22 años de la ciudad de Milagro. Repositorio de la UNEMI. <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/13675>
- Ministerio de Salud Pública. (2024). Política Nacional de Salud Mental 2024-2030. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. https://intranet.msp.gob.ec/images/Documentos/Ley_de_Transparencia/2024/OCTUBRE/politicas/Pol%C3%ADtica%20Nacional%20de%20Salud%20Mental%20octubre.pdf
- Najafi, K., Khoshab, H., Rahimi, N., & Jahanara, A. (2022). Relationship between spiritual health with stress, anxiety and depression in patients with chronic diseases. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 17. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2022.100463>
- Naranjo, V. (2023). Burnout, Ansiedad y Depresión en el personal de salud rural en el Ecuador durante el año 2022-2023. Universidad de las Américas. <https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/15284>
- Organización Mundial de la Salud. (2025). Trastorno depresivo (depresión). OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Torres, M. (2023). Factores asociados al trastorno depresivo en adultos mayores peruanos. *Horizonte Médico*, 23(3). http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1727-558X2023000300006&script=sci_abstract

Del Cansancio al Colapso Emocional: El Impacto del Estrés Crónico en los Trastornos Depresivos de los Profesionales de Salud

©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/>).|