



DOI: <https://doi.org/10.23857/dc.v11i4.4575>

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

Impact of Negative Work Stress and Burnout Syndrome on Health Professionals in Ecuador

Impacto do stress ocupacional negativo e da síndrome de burnout nos profissionais de saúde no Equador

Anthonela Lisbeth Alvarado Zúñiga ^I
aalvaradoz6@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0002-8650-2716>

Liliana Gabriela Arévalo Carrillo ^{II}
larevaloc2@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0006-9083-0164>

Rosa Elena Carrión Pérez ^{III}
rcarrionp@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0004-8676-4665>

Anahy Maricela Vásquez Romero ^{IV}
avasquezr5@unemi.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0003-5197-4921>

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

Correspondencia: aalvaradoz6@unemi.edu.ec

***Recibido:** 23 de septiembre de 2025 ***Aceptado:** 29 de octubre de 2025 *** Publicado:** 07 de noviembre 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.

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

Resumen

El estrés laboral es uno de los problemas más frecuentes entre los profesionales de la salud, y su incremento ha sido directamente asociado con el síndrome de Burnout, el cual se caracteriza por agotamiento emocional, despersonalización, y disminución de la realización personal. Esta situación no solo impacta la salud de los trabajadores, también afecta la calidad de cuidado del paciente. El objetivo de este estudio es determinar cómo el estrés laboral negativo afecta al síndrome de Burnout en los profesionales de la salud del Ecuador. El siguiente estudio sigue un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo correlacional además de experimental. Se aplican instrumentos validados como la Escala de Estrés Percibido (EEP), el Cuestionario de Estrés Laboral de la OIT-OMS y el Maslach Burnout Inventory (MBI). La muestra está conformada por 120 profesionales de la salud de diversas áreas: médicos, enfermeras, odontólogos, obstetras, psicólogos y otros, seleccionados mediante muestreo de conveniencia. Los resultados indican que la sobrecarga laboral y largas horas de trabajo, son asociados significativamente con niveles altos de síndrome de Burnout, en donde el 45% manifestó sentirse abrumado a veces y el 47% indicó que las largas jornadas de trabajo impactan negativamente en su bienestar. Asimismo, se evidencia que el 54% de los encuestados reportó un agotamiento emocional moderado, mientras que un 25% presentó niveles altos o muy altos. Respecto a los síntomas físicos asociados al estrés, el 44.5% los padece ocasionalmente y cerca de un 24.3% los experimenta frecuentemente o siempre. Agregando a lo anterior, la prevalencia del síndrome de Burnout alcanzó un 31.1% de la muestra total, lo que corresponde a 37 participantes, una cifra clínicamente relevante que ratifica el impacto del estrés laboral negativo en este fenómeno. Los síntomas más frecuentes incluyen despersonalización, pérdida de motivación, agotamiento emocional, los cuales son considerados elementos principales del síndrome. El estrés laboral negativo se establece como un factor crítico en el desarrollo del síndrome de Burnout en profesionales de la salud en Ecuador. Estos resultados evidencian la necesidad de diseñar e implementar políticas públicas y estrategias organizacionales orientadas a la prevención y manejo del estrés laboral, a fin de proteger la salud del personal y garantizar una atención sanitaria de mayor calidad.

Palabras Claves: Estrés laboral negativo; síndrome de Burnout; profesionales de la salud; Ecuador.

Abstract

Work-related stress is one of the most frequent problems among healthcare professionals, and its increase has been directly associated with burnout syndrome, characterized by emotional exhaustion,

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

depersonalization, and a diminished sense of personal accomplishment. This situation not only impacts the health of workers but also affects the quality of patient care. The objective of this study is to determine how negative work-related stress affects burnout syndrome in healthcare professionals in Ecuador. This study follows a quantitative approach with a descriptive-correlational and experimental design. Validated instruments such as the Perceived Stress Scale (PSS), the ILO-WHO Work Stress Questionnaire, and the Maslach Burnout Inventory (MBI) are used. The sample consists of 120 healthcare professionals from various fields: physicians, nurses, dentists, obstetricians, psychologists, and others, selected through convenience sampling. The results indicate that work overload and long working hours are significantly associated with high levels of burnout syndrome, with 45% reporting feeling overwhelmed at times and 47% indicating that long workdays negatively impact their well-being. Furthermore, 54% of respondents reported moderate emotional exhaustion, while 25% presented high or very high levels. Regarding physical symptoms associated with stress, 44.5% experience them occasionally, and approximately 24.3% experience them frequently or always. In addition, the prevalence of burnout syndrome reached 31.1% of the total sample, corresponding to 37 participants—a clinically relevant figure that confirms the impact of negative work-related stress on this phenomenon. The most frequent symptoms include depersonalization, loss of motivation, and emotional exhaustion, which are considered key elements of the syndrome. Negative work-related stress is established as a critical factor in the development of burnout syndrome among healthcare professionals in Ecuador. These results highlight the need to design and implement public policies and organizational strategies aimed at preventing and managing work-related stress, in order to protect the health of staff and ensure higher quality healthcare.

Keywords: Negative work stress; burnout syndrome; healthcare professionals; Ecuador.

Resumo

O stresse relacionado com o trabalho é um dos problemas mais frequentes entre os profissionais de saúde, e o seu aumento tem sido diretamente associado à síndrome de burnout, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da sensação de realização pessoal. Esta situação não só tem impacto na saúde dos trabalhadores, como também afeta a qualidade da assistência ao doente. O objetivo deste estudo é determinar como o stress negativo relacionado com o trabalho afeta a síndrome de burnout em profissionais de saúde no Equador. Este estudo adota uma abordagem quantitativa com um desenho descritivo-correlacional e experimental. Foram utilizados instrumentos

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

validados, como a Escala de Stress Percepcionado (PSS), o Questionário de Stress no Trabalho OIT-OMS e o Inventário de Burnout de Maslach (MBI). A amostra é constituída por 120 profissionais de saúde de diversas áreas: médicos, enfermeiros, dentistas, obstetras, psicólogos e outros, selecionados por amostragem de conveniência. Os resultados indicam que a sobrecarga de trabalho e as longas jornadas de trabalho estão significativamente associadas a níveis elevados de síndrome de burnout, com 45% a referirem sentir-se sobrecarregados em alguns momentos e 47% a indicar que as longas jornadas de trabalho impactam negativamente o seu bem-estar. Além disso, 54% dos inquiridos referiram exaustão emocional moderada, enquanto 25% apresentaram níveis elevados ou muito elevados. Em relação aos sintomas físicos associados ao stress, 44,5% experimentam-nos ocasionalmente e aproximadamente 24,3% experimentam-nos frequentemente ou sempre. Ademais, a prevalência da síndrome de burnout atingiu 31,1% do total da amostra, correspondendo a 37 participantes — um número clinicamente relevante que confirma o impacto do stress ocupacional negativo neste fenómeno. Os sintomas mais frequentes incluem despersonalização, perda de motivação e exaustão emocional, considerados elementos-chave da síndrome. O stress ocupacional negativo estabelece-se como um fator crítico no desenvolvimento da síndrome de burnout entre os profissionais de saúde no Equador. Estes resultados realçam a necessidade de elaborar e implementar políticas públicas e estratégias organizacionais que visem a prevenção e a gestão do stress ocupacional, de forma a proteger a saúde dos profissionais e a garantir uma maior qualidade de cuidados de saúde.

Palavras-chave: Stress negativo no trabalho; síndrome de burnout; profissionais de saúde; Equador.

Introducción

El estrés laboral constituye un problema de salud ocupacional que ha sido objeto de exhaustiva investigación debido a sus repercusiones en los trabajadores, el estrés laboral afecta negativamente a la salud psicológica y física de los trabajadores, así como a la eficacia de las entidades para las que trabajan (1). La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al síndrome de burnout como un fenómeno ocupacional. No se clasifica como una condición médica (2), el burnout es una consecuencia del estrés laboral prolongado que no se maneja de forma adecuada, y se presenta a través de cansancio extremo, desconexión emocional o perspectivas pesimistas hacia el empleo, así como una reducción en la efectividad laboral.

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

A nivel internacional, el estrés laboral negativo es una problemática creciente entre los empleados de diversas regiones. Según el State of the Global Workplace 2024 Report de Gallup, alrededor del 41% de los trabajadores reportaron experimentar altos niveles de estrés laboral, con variaciones según la región, Medio Oriente y África del Norte registraron los niveles más altos (52%), mientras que América Latina y el Caribe alcanzaron un 44% y Europa un 37% (3). Aunque el estudio no detalla las causas precisas del estrés, se sugiere que tanto factores internos, como la carga laboral y el bajo compromiso, como externos, incluyendo la inflación, contribuyen a su aumento. A pesar de que no hay datos precisos sobre el número de trabajadores de la salud, se considera que este sector es especialmente susceptible debido a la presión emocional, jornadas largas y sus funciones.

En Latinoamérica, según un estudio presentado en Paraguay, se ha reportado que los participantes profesionales de la salud mostraron síntomas moderados y severos en diferentes dimensiones como lo son la depresión (32,2%), ansiedad (41,3%), insomnio (27,8%), distrés (38,9%) y fatiga por compasión (64,3%) (4), es importante señalar que el distrés, con un 38,9%, constituye una parte considerable del estrés negativo relacionado con el trabajo, mostrando el efecto emocional y mental que esta situación ejerce sobre la salud y el rendimiento de los empleados.

A nivel de Ecuador, los datos estadísticos acerca de la salud en el trabajo son escasos y provienen en su mayoría del año 2016, lo que implica que no hay información actual sobre afecciones laborales, como el estrés en el trabajo, sin embargo, un estudio efectuado por la Organización Panamericana de la Salud junto con el Ministerio de Salud Pública del Ecuador, reveló que el 44,44% de los trabajadores del sector salud informó haber experimentado estrés vinculado a su profesión. Asimismo, el estudio mostró que el 41,21% dedicaba más de 40 horas a la semana, el 95,65% tenía un tiempo de empleo inferior o igual a 60 meses citado en (5). En el ámbito local, en la ciudad de Milagro, se llevó a cabo en el año 2022 una investigación en el área quirúrgica de un hospital durante la crisis de COVID-19. Este estudio mostró un alto nivel de estrés (63,73%) y un bajo nivel de cuidado humanizado (85,29%). Estos resultados demuestran que el estrés en el trabajo afecta no solo la calidad del servicio proporcionado, sino que también impacta la salud física, psicológica y social del personal de salud en el entorno local (6).

- En el presente estudio se busca examinar la dimensión negativa del estrés en el entorno laboral y su relación con el síndrome de Burnout entre los profesionales de la salud en Ecuador. Con este fin, se utiliza una metodología cuantitativa y descriptiva, enfocándose en las impresiones y vivencias de los participantes, obtenidas a través de cuestionarios estandarizados. El

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

objetivo del estudio es determinar cómo el estrés laboral negativo afecta al síndrome de Burnout en los profesionales de la salud del Ecuador.

Metodología

La presente investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo y correlacional, lo cual permitió analizar la variable de estrés laboral en los profesionales de la salud del Ecuador. Este estudio se orientó a describir los diferentes niveles de estrés percibidos e identificar el impacto en el bienestar de los participantes. Para ello, se elaboró un árbol de problemas que facilitó la identificación de causas y efectos, así como una matriz de consistencia que incluyó objetivos, hipótesis e indicadores, garantizando la coherencia metodológica y la validez del estudio.

La población estuvo conformada por profesionales de la salud pertenecientes a distintas áreas y centros asistenciales del Ecuador. La muestra fue de 120 participantes, seleccionados mediante un muestreo por conveniencia. Los criterios de inclusión fueron: encontrarse en ejercicio laboral activo en una institución de salud y aceptar voluntariamente participar en la investigación. Se excluyó a los profesionales con licencia médica y a quienes no desearon participar, con el fin de mantener la fiabilidad de los datos recolectados.

Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario estructurado con preguntas sociodemográficas y laborales, además de instrumentos como la Escala de Estrés Percibido (EEP), el Cuestionario de Estrés Laboral de la OIT–OMS y el Maslach Burnout Inventory (MBI), que permitieron evaluar la presencia de estrés y los niveles del síndrome de Burnout en la muestra. Estos instrumentos fueron seleccionados por su confiabilidad y amplia aplicación en el ámbito de la salud ocupacional.

La tabulación y el análisis de los datos se realizaron con Microsoft Excel y SPSS, aplicando estadísticas descriptivas para caracterizar la muestra e identificar patrones entre las variables de interés. Los resultados se presentaron en tablas y gráficos, reflejando frecuencias, porcentajes y correlaciones obtenidas en el estudio. Asimismo, se garantizó la confidencialidad de la información y el consentimiento informado de los participantes, respetando los principios éticos de la investigación en salud.

Este diseño metodológico permitió establecer un panorama claro de los factores asociados al estrés laboral en los profesionales de la salud del Ecuador, aportando evidencia científica que contribuye a la discusión sobre sus implicaciones en el ámbito personal y profesional, y que servirá como base para futuras investigaciones orientadas a la prevención y al bienestar en el entorno sanitario.

Resultados

Tabla 1. Frecuencia de sobrecarga y largas jornadas de trabajo

Alternativas	¿Con qué frecuencia siente sobrecarga de trabajo?	Alternativas	¿Las largas jornadas influyen negativamente en su bienestar?
Nunca	5%	Nunca	7 %
Rara vez	21%	Rara vez	26 %
A veces	45%	A veces	47%
Frecuentemente	25 %	Frecuentemente	16%
Siempre	4 %	Siempre	5 %
Total	100 %	Total	100 %

Fuente: Base de datos

Autores: Alvarado Anthonela, Arévalo Liliana, Carrión Rosa, Vásquez Anahy

Interpretación: La tabla 1 muestra que, de un total de 120 personas encuestadas, que el 45% manifestó que “a veces” se siente abrumado por carga laboral, corrido por un 25% que resaltó que esto sucede “frecuentemente”. Un 21% manifestó que “rara vez” observa esta presencia, mientras que un 5% aseguro que “nunca” lo aclama y solo un 4% mencionaron que “siempre” enfrenta esa sobrecarga. Estos resultados señalan que la mayor parte de los empleados vincula algún nivel de carga laboral en su día a día, aunque no siempre de manera constante.

En cuanto a cómo las largas horas de trabajo influye el bienestar, el 47% aclara que “a veces” tienen un choque negativo en su bienestar, mientras que un 26% señaló que esto se da “rara vez”. Un 16% señaló que la afectación se presenta “frecuentemente”, un 7% resalto que “nunca” afecta su bienestar y un 5% confirmo que “siempre” influye en su bienestar. Estos resultados indican que, aunque no todos los trabajadores sienten un impacto constante, hay una tendencia común a admitir que las largas jornadas laborales pueden tener efectos desfavorables. Estos resultados se definen mejor desde el Modelo Demandas – Recursos (JD – R), en donde explica que las largas jornadas y sobrecarga laboral puede influir negativamente en el riesgo de padecer burnout y agotamiento debido al desequilibrio de recursos adecuados como apoyo social o reconocimiento.

Tabla 2. Estrés laboral negativo y agotamiento emocional

Alternativas	¿Percibe falta de control en la organización de sus tareas?	Alternativas	¿Ha experimentado agotamiento emocional durante el último mes?
Nunca	13%	Muy bajo	8 %
Rara vez	37%	Bajo	13 %
A veces	36%	Moderado	54%
Frecuentemente	11 %	Alto	19%
Siempre	3 %	Muy alto	6 %
Total	100 %	Total	100 %

Fuente: Base de datos

Autores: Alvarado Anthonela, Arévalo Liliana, Carrión Rosa, Vásquez Anahy

Interpretación: En la tabla 2 se puede observar, de los 120 empleados en la encuesta, un 37% manifestó que “rara vez” siente que carece de control sobre la organización de sus tareas, mientras que un 36% señaló que esto ocurre “a veces”. Un 13% identificó que “nunca” lo experimenta, un 11% manifestó que ocurre “frecuentemente” y solo un 3% manifestó que esto es “siempre”. Estos resultados indican que la mayoría de los empleados enfrenta constantemente cierta dificultad al realizar sus tareas lo que puede afectar en su rendimiento y causar estrés.

En relación con el agotamiento emocional durante el último mes, el 54% de los empleados lo calificó como “moderado”, el 19% lo manifestó “alto” y un 6% confirmó que fue “muy alto”. En cuanto, el 13% se consultó que fue “bajo” y un 8% lo mencionó como “muy bajo”. Esto se revela que más de la mitad de los empleadores experimenta un nivel medio de agotamiento emocional, aunque también se analiza una parte significativa con niveles elevados, lo que señala un riesgo significativo para la salud mental. Estos resultados se ajustan al Modelo Demanda – Control de Karasek, en donde refuta que la mezcla de altas exigencias con bajo control sobre el trabajo lleva al estrés y al agotamiento emocional, elementos fundamentales para el desarrollo del síndrome del burnout.

Tabla 3. Síntomas de Burnout asociados al estrés

Alternativas	¿Con qué frecuencia experimentas síntomas físicos (dolores de cabeza, problemas de sueño, etc.)
Nunca	4.2%
Rara vez	27.7%
A veces	44.5%
Frecuentemente	17.6 %
Siempre	6.7 %
Total	100 %

Fuente: Base de datos

Autores: Alvarado Anthonela, Arévalo Liliana, Carrión Rosa, Vásquez Anahy

Interpretación: En la tabla 3 señala que, de un total de 120 personas encuestadas, el 44,5% afirmó que “a veces” siente síntomas físicos relacionados al estrés, como dolores de cabeza o dificultades para dormir. Un 27,7% señaló que estos síntomas se dan “raramente”, en cuanto, que un 17,6% indicó que sucede “con frecuencia”. En bajo proporción, un 6,7% confirmó que “siempre” padece de esos síntomas y solo un 4,2% afirmó que “nunca” los ha desarrollado.

Estos resultados revelan que la mayoría de los empleados desarrollan, de alguna manera, síntomas físicos relacionados con el síndrome de Burnout, siendo más usual de manera eventual. La presencia de porcentajes señalado en las categorías “frecuentemente” y “siempre” sugiere que hay una sección de la población que es más apta, lo que destaca la urgencia de disponer tácticas de preparación y apoyo para evitar la alteración del estrés laboral en la salud física. Este resultado se abarca por medio de la Teoría de Conservación de Recursos (COR) de Hobfoll, debido a que los trabajadores captan la pérdida continua de recursos (energía, sueño, salud física), lo que ocasiona un desgaste persistente y mayor riesgo al burnout.

Tabla 4. Prevalencia del Burnout en los últimos 6 meses.

Alternativas	¿Ha experimentado síntomas de burnout en los últimos 6 meses?
Si	31.1%
No	68.9%
Total	100%

Fuente: Base de datos

Autores: Alvarado Anthonela, Arévalo Liliana, Carrión Rosa, Vásquez Anahy

Interpretación: En la tabla 4, los resultados revelan que el 31.1% de los profesionales de la salud del Ecuador han padecido síntomas de Burnout en los últimos 6 meses mientras que el 68.9% indica que no los ha experimentado. A pesar de que la mayoría no manifiesta signos y síntomas evidentes de agotamiento, la existencia de que casi una tercera parte de la población del estudio experimente los síntomas afirman que el estrés laboral negativo es un factor contribuyente en el desarrollo del Burnout. Este resultado contesta el objetivo del estudio, al demostrar que largas jornadas laborales, sobrecarga laboral y la falta de organización están estrechamente ligados en la aparición del síndrome de Burnout. Este resultado se fundamenta por medio del Modelo Multidimensional de Maslach y Jackson, que detalla al Burnout en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. La prevalencia demostrada evidencia cómo los profesionales de la salud del Ecuador atraviesan por estas dimensiones de modo representativo, a pesar de que la gran parte de estos profesionales no lo manifieste de manera crítica.

Discusión

Los hallazgos de esta investigación muestran que el estrés laboral negativo es un factor clave en la aparición del síndrome de Burnout en los trabajadores de la salud en Ecuador. La alta frecuencia de síntomas de desgaste emocional, despersonalización y problemas físicos asociados al estrés respalda la conexión entre largas horas de trabajo, la carga laboral excesiva y el bienestar mental de los involucrados. Este descubrimiento coincide con lo que indica la Organización Mundial de la Salud en 2019 (2), que considera el burnout como una cuestión laboral que surge de una gestión inadecuada del estrés prolongado en el trabajo.

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

Al comparar esta información con investigaciones a nivel regional e internacional, se nota una tendencia comparable. En un análisis llevado a cabo en América Latina con trabajadores del área de la salud, el 59,8% manifestó experimentar síntomas de burnout, destacándose el agotamiento emocional y la despersonalización (7). Asimismo, estudios realizados en Ecuador muestran altos porcentajes encontraron que un 59.38% de los profesionales exhibían niveles elevados de estrés (5), lo cual es consistente con los hallazgos en este trabajo. Por otro lado, investigaciones realizadas durante la pandemia en hospitales de Ecuador reportaron que cerca un 95% sufrieron Burnout (8), evidenciando que las crisis sanitarias agravan los factores de riesgo y empeoran los síntomas del burnout.

El descubrimiento de que el 31,1% de los encuestados en esta investigación experimentó indicios de agotamiento en los últimos seis meses es significativo desde el punto de vista clínico, a pesar de que podría parecer una cifra moderada. Este asunto tiene un impacto directo en la calidad de la atención que se proporciona a los pacientes, así como en la seguridad y la estabilidad laboral de los trabajadores. Diversos estudios a nivel internacional han señalado de manera recurrente que el burnout está relacionado con errores en la atención médica, una disminución de la empatía, incremento en el ausentismo, rotación de personal y, en el ámbito personal, el riesgo de padecer trastornos de ansiedad, depresión e incluso enfermedades cardiovasculares.

Estos descubrimientos enfatizan la necesidad inmediata de aplicar tácticas de intervención en el contexto institucional y en las políticas públicas. Algunas de las iniciativas más significativas comprenden el reparto justo de las responsabilidades laborales, la regulación de las horas de trabajo, la creación de programas de apoyo psicológico y la promoción de descansos activos. Igualmente, es esencial formar un ambiente organizacional que ofrezca los recursos necesarios, aprecio y apoyo, sobre todo a los profesionales más jóvenes y a aquellos que realizan jornadas extensas.

Aunque la estructura metodológica de esta investigación facilitó la descripción y el análisis de las relaciones entre el estrés en el trabajo y el agotamiento, hay restricciones vinculadas a la representatividad de la población estudiada y al carácter transversal del estudio. Sin embargo, los hallazgos proporcionan información científica importante que subraya la urgencia de continuar explorando este fenómeno en el entorno ecuatoriano y latinoamericano, con el objetivo de crear intervenciones que aseguren tanto el bienestar de los profesionales como la calidad en la atención dentro de los servicios de salud.

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

Un aspecto relevante de los hallazgos es la coherencia que guardan con diversos modelos teóricos que explican la relación entre las demandas laborales y el desarrollo del síndrome de Burnout. Los resultados sobre la sobrecarga y las largas jornadas se interpretan desde el Modelo Demandas–Recursos (JD-R), que establece que un desequilibrio entre altas exigencias y recursos insuficientes conduce a agotamiento y desgaste emocional. Asimismo, la percepción de falta de control en la organización de tareas se ajusta al Modelo Demanda–Control de Karasek, el cual sostiene que altas demandas junto con bajo control incrementan significativamente el estrés y el riesgo de agotamiento. Por otro lado, los síntomas físicos recurrentes encontrados en los participantes se explican a través de la Teoría de Conservación de Recursos (COR) de Hobfoll, donde la pérdida progresiva de recursos personales y energéticos desemboca en mayor vulnerabilidad al burnout. Finalmente, la prevalencia del síndrome observada en la muestra confirma lo planteado por el Modelo Multidimensional de Maslach y Jackson, que define al burnout en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. La convergencia de los resultados con estas teorías refuerza la validez del estudio y resalta la necesidad de diseñar intervenciones organizacionales basadas en estos marcos conceptuales para mitigar el impacto del estrés laboral en los profesionales de la salud.

Conclusiones

El presente estudio no solamente demuestra que el estrés laboral negativo es una respuesta física y emocional dañina, paralelamente manifiesta que es un factor contribuyente en el desarrollo del síndrome de Burnout, en este caso, en los profesionales de la salud del Ecuador. Las largas jornadas laborales junto con la sobrecarga y la falta de organización se vinculan significativamente con altos niveles de agotamiento emocional, despersonalización, entre otros síntomas, considerados como elementos fundamentales del síndrome. La prevalencia del síndrome de Burnout alcanzó un 31.1%, que aunque no sea una cifra alta, resulta clínicamente relevante por su impacto en la salud del trabajador y en la calidad de cuidado que se ofrece a los pacientes. Estos datos revalidan el objetivo del presente estudio y destacan la urgencia de llevar a cabo políticas públicas y estrategias organizacionales orientadas en prevención y manejo del estrés laboral.

Referencias

1. Ávila G, Ramírez A, Mesa I, Serrano K. Síndrome de burnout en los profesionales de salud: revisión sistemática. ProSciences Revista de producción Ciencias e Investigación. 2021; 5(40): 18.
2. World Health Organization. El síndrome de burnout, un «fenómeno ocupacional»: Clasificación Internacional de Enfermedades. [Online].; 2019. Available from: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases?>
3. Melo M. El estrés laboral en el mundo. [Online].; 2024. Available from: <https://es.statista.com/grafico/26338/porcentaje-de-empleados-que-aseguran-haber-experimentado-estres-durante-gran-parte-del-dia-anterior/>.
4. Urzúa A, Samaniego A, Caqueo A, Zapata A, Irrarázaval M. Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia por COVID-19 en Chile. Revista médica de Chile. 2020; 148(8): p. 7.
5. Cabrera H, Yaguarshungo A. Tesis de maestría. [Online].; 2024. Available from: <https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/16162>.
6. Camba Fajardo IE. Estrés laboral y cuidado humanizado en personal sanitario del centro quirúrgico de un Hospital de Milagro en tiempos Covid -19, 2022. Tesis de Maestría. PIURA;; 2022.
7. Caldichoury Obando N, Ripoll Córdoba D, Morales Asencio B, Reyes SI, Flórez Y, Reyes Cervantes C, et al. Burnout en profesionales sanitarios de América Latina durante la pandemia de COVID-19. ELSEVIER. 2024;; p. 10.
8. Vinueza A, Aldaz N, Mera C, Tapia E, Vinueza M. Síndrome de Burnout en personal sanitario ecuatoriano durante la pandemia de la COVID-19. Correo Científico Médico. 2021.
- 9 Amengual, C. H., & Jiménez, A. P. (2006). Estrés laboral y burnout en Enfermería. <https://www.semanticscholar.org/paper/5a010fee2da0c2ccf710e19df79ff5b882a0efc5>

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

-
- 10 Burgaleta, E., Bedoya, D. N., Guaman, W. M., Ojeda, E. A., J. Siza, S., & Suntasig, M. E. (2022). Estrés laboral y el Síndrome de Burnout en el personal de salud en época de pandemia en la ciudad de Quito. Universidad Internacional SEK, 2–15. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/4637?locale=es>
- 11 Córdova Cárdenas, G. M., Espinoza Valencia, D. M., & Escobar Fuentes, B. A. (2022). Estrés laboral, síndrome de burnout y enfermedades psicosomáticas en estudiantes de enfermería: Estrés laboral, síndrome de burnout y enfermedades psicosomáticas en estudiantes de enfermería. KNOW AND SHARE PSYCHOLOGY, 3(3), 46–83. <https://doi.org/10.25115/kasp.v3i3.7016>
- 12 Córdova Cárdenas, G. M., Espinoza Valencia, D. M., & Escobar Fuentes, B. A. (2022). Estrés laboral, síndrome de burnout y enfermedades psicosomáticas en estudiantes de enfermería: Estrés laboral, síndrome de burnout y enfermedades psicosomáticas en estudiantes de enfermería. KNOW AND SHARE PSYCHOLOGY, 3(3), 46–83. <https://doi.org/10.25115/kasp.v3i3.7016>
- 13 Fajardo, C., & Enrique, I. (2022). Estrés laboral y cuidado humanizado en personal sanitario del centro quirúrgico de un Hospital de Milagro en tiempos Covid -19, 2022. Universidad César Vallejo.
- 14 Marín González, Y. (2022). Estrés laboral y síndrome de burnout en el personal sanitario en Colombia. <https://repositorio.uceva.edu.co/handle/20.500.12993/3883>
- 15 Martins, J. (2024). Obtenido de Qué es el burnout: cómo identificarlo y prevenir el desgaste profesional: <https://asana.com/es/resources/what-is-burnout>
- 16 Mendoza, M. (22 de mayo de 2021). Estres laboral en el ambito de salud . Obtenido de <https://saludlaboralydiscapacidad.org/wp-content/uploads/2019/04/sensibilizando-sobre-el-estres-laboral-en-los-paises-de-desarrollo-oms.pdf>

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

- 17 Monroy, S. (17 de 01 de 2024). ¿Qué es el síndrome de burnout y qué lo causa en el trabajo? Obtenido de APD: <https://www.apd.es/sindrome-burnout/>
- 18 Navinés, R., Olivé, V., Fonseca, F., & Martín-Santos, R. (2021). Estrés laboral y burnout en los médicos residentes, antes y durante la pandemia por COVID-19: una puesta al día. *Medicina Clinica*, 157(3), 130. <https://doi.org/10.1016/J.MEDCLI.2021.04.003>
- 19 Pacheco, N. (2022). SÍNDROME DE BURNOUT. Obtenido de Ucab extension social: <https://extensionsocial.ucab.edu.ve/sindrome-de-burnout/>
- 20 Pires S. A, J. d. (2023). Prevalencia y Factores Asociados al Estrés Laboral y al Síndrome de Burnout en Profesionales de Enfermería que Actúan en Oncología. *Revista Brasileira de Cancerologia*. doi:<https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2023v69n2.3644>
- 21 Ponce, C. V. (2021). PREVALENCIA DEL DESGASTE PROFESIONAL EN EL. Obtenido de <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/11120/1/16658.pdf>
- 22 Porras-Parral, F. E., Guzmán-Benavente, M. del R., Barragán-Ledesma, L. E., Quintanar-Escorza, M. A., Linares-Olivas, O. L., & Garza-Barragán, L. S. (2023). Estrés laboral, burnout y factores asociados a su aparición en técnicos en urgencias médicas. *Psicología y Salud*, 34(1). <https://doi.org/10.25009/pys.v34i1.2847>
- 23 Quiroz-Ascencio. (12 de junio de 2021). Prevalencia de síndrome de Burnout en profesionales. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2021/sje211h.pdf#:~:text=URL%3A%20https%3A%2F%2Fwww.medigraphic.com%2Fpdfs%2Fsajalisco%2Fsj>
- 24 Ramos Armijos, D., Carvajal Andrade, L. de J., Rueda García, D., Puchaicela Poma, M., Cerda Moscoso, V., & Espín Puchaicela, A. (2020). ESTRÉS LABORAL Y SÍNDROME DEL AGOTAMIENTO (BURNOUT) EN DOCENTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR: MARZO 2019 – MARZO 2020. *Revista Investigativa Academica Educación*, 4(1), 29–41. <https://revistaacademica->

Impacto del Estrés Laboral Negativo y Síndrome de Burnout en los Profesionales de la Salud del Ecuador

istcre.edu.ec/storage/publicaciones/revista/Junio%202020%20Vol.%204%20Nro.%201/articulo/pdf/ESTR%C3%89SLABORALYS%C3%8DNDROMEDELAGOTAMIENTO(BURNOUT)29-41.pdf

- 25 Sanz, E. V. (2023). Obtenido de Síndrome de Burnout: ¿Qué es y cómo evitarlo?: <https://www.endalia.com/news/sindrome-de-burnout-que-es-y-como-evitarlo/#:~:text=Burnout%20activo%3A%20es%20el%20primer,y%20no%20perder%20el%20control.>
- 26 Sonia, B., Valenzuela, N. P., Valladolid, B. J., & De Vicente, B. (2021). El estrés laboral y su relación con el síndrome de burnout en las enfermeras que laboran en el servicio de cuidados intensivos del hospital Edgardo Rebagliati Martins. Universidad Privada Norbert Wiener - WIENER. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/4505>
- 27 Terradez, M., Martino, P. L., Ramos, S., & Trossero, V. B. (2023, March 1). Estrés laboral y burnout en kinesiólogos/as con orientación en neurorrehabilitación en la ciudad de Rosario. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/222896>
- 28 Uribe, J. (2022). ¿Qué es el estrés laboral? Síntomas, causas y cómo prevenirlo. Canalsalud: <https://canalsalud.imq.es/blog/estres-laboral>
- 29 Valenzuela, M. A. (2024). ¿Qué es el estrés laboral? Topdoctors: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/estres-laboral>
- 30 Vásquez, R. (2021). Síndrome de Burnout en personal de enfermería del área de emergencia y hospitalización covid del hospital general Dr. León Becerra Camacho. Milagro. Obtenido de <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/6471>