



UNIVERSITAT ROVIRA i VIRGILI  
Facultat d'Infermeria

---

Campus Terres de l'Ebre

**Claudia Llopis Llansama**

**Amaia Araguas Urkidi**

**IMPACTO DE LA SOBRECARGA LABORAL EN LA CALIDAD DE VIDA DEL PROFESIONAL DE  
ENFERMERÍA: REVISIÓN NARRATIVA**

**TRABAJO DE FIN DE GRADO**

**Dirigido por:**

**Dra. Ester Gavaldà Espelta**

**Grado en Enfermería**



UNIVERSITAT ROVIRA i VIRGILI  
Facultat d'Infermeria

---

Campus Terres de l'Ebre

**TORTOSA 2023**



## **AGRADECIMIENTOS**

A nuestras familias, que a pesar de estar tan lejos, nos han brindado un continuo apoyo durante estos cuatro años. Les damos las gracias por confiar en nosotras y animarnos en todo momento a hacer lo que queremos.

A nuestra tutora, Ester Gavalrà, por guiarnos y acompañarnos durante el proceso de realización de este trabajo. También, a todos los profesores y profesionales sanitarios que hemos tenido durante toda la carrera por hacer que evolucionáramos tanto personalmente como profesionalmente.

A nuestras compañeras de Tortosa por escucharnos, animarnos y sacarnos una sonrisa cada vez que lo necesitábamos. Estos cuatro años no hubieran sido lo mismo sin ellas.



## ÍNDICE DE CONTENIDOS

RESUMEN .....	6
ABSTRACT .....	7
1. INTRODUCCIÓN .....	8
2. MARCO CONCEPTUAL .....	9
2.1. Satisfacción laboral en los profesionales de enfermería .....	9
2.2. La calidad de vida entre los profesionales de enfermería .....	10
2.3. El concepto del Síndrome de Burnout .....	11
2.4. La calidad asistencial en el ámbito sanitario .....	12
3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	14
4. OBJETIVOS .....	14
4.1. Objetivo general .....	14
4.2. Objetivos específicos .....	14
5. METODOLOGÍA .....	15
5.1. Descripción del estudio .....	15
5.2. Criterios de inclusión y exclusión .....	15
5.3. Estrategia de búsqueda .....	15
6. RESULTADOS .....	17
6.1. Estrategias de búsqueda .....	17
6.2. Diagrama de flujo según el modelo prisma .....	17
6.3. Resumen de resultados .....	19
7. DISCUSIÓN .....	31
8. CONCLUSIÓN .....	35
9. LIMITACIONES Y LÍNEAS FUTURAS .....	37
10. BIBLIOGRAFÍA .....	38
11. ANEXOS .....	41
11.1. Anexo 1: Cuestionario de Maslach Burnout Inventory- Human Services Survey (MBI-HSS) .....	41



## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Dimensiones de la calidad asistencial según la OMS .....	13
<b>Tabla 2.</b> Palabras clave y descriptores de la búsqueda.....	16
<b>Tabla 3.</b> Estrategias de búsqueda .....	17
<b>Tabla 4.</b> Resumen de artículos de Scopus .....	19
<b>Tabla 5.</b> Resumen de artículos de Scielo .....	22
<b>Tabla 6.</b> Resumen de artículos de Web of Science .....	25
<b>Tabla 7.</b> Resumen de artículos de PubMed .....	30

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Diagrama de flujo según el modelo prisma .....	18
---	----

## SIGLAS Y ABREVIATURAS

AP	Atención Primaria
DeCS	Descriptores en Ciencias de la Salud
MeSH	Medical Subject Headings
OMS	Organización Mundial de la Salud
SB	Síndrome de Burnout
UCI	Unidad de Cuidados Intensivos



## **RESUMEN**

### **Introducción**

La profesión enfermera se encarga de brindar cuidados integrales e individualizados a los pacientes. Su labor abarca desde la prevención hasta la recuperación de la salud, combinando conocimiento y habilidades para proporcionar una atención segura y de calidad. A pesar de su reconocimiento, las enfermeras se enfrentan a una carga de trabajo significativa, lo que puede afectar a su salud y bienestar.

### **Metodología**

Se realizó una revisión narrativa mediante la búsqueda de la literatura científica sobre la temática en diferentes bases de datos: PubMed, Scopus, Scielo y Web of Science. Se identificaron un total de 16 artículos y se establecieron unos criterios de inclusión y exclusión que finalmente se seleccionaron los artículos que más se adaptaban al tema de investigación.

### **Objetivo**

Analizar las consecuencias de la sobrecarga laboral en el profesional de enfermería, tanto en su propia calidad de vida como en la calidad asistencial brindada a los pacientes.

### **Resultados**

Se seleccionaron 16 artículos en esta revisión bibliográfica, los cuales se muestran en 4 tablas resumen organizadas según las bases de datos.

### **Discusión y conclusión**

La sobrecarga laboral es una problemática que afecta a la calidad de vida de los profesionales de enfermería, perjudicando tanto a su salud física, psicológica y espiritual como a la calidad asistencial que se les brinda a los pacientes. La pandemia COVID-19 ha agravado esta situación por el incremento del estrés, agotamiento y desgaste emocional. Es esencial tomar medidas para mejorar las condiciones laborales y garantizar una atención de calidad.

**PALABRAS CLAVE:** Profesional de enfermería, sobrecarga laboral, calidad de vida y calidad asistencial.



## **ABSTRACT**

### **Introduction**

The nursing profession is responsible for providing comprehensive and individualized care to patients. Their work ranges from prevention to health recovery, combining knowledge and skills to provide safe and quality care. Despite their recognition, nurses face a significant workload, which can affect their health and well-being.

### **Method**

A narrative review was carried out by searching the scientific literature on the subject in different databases: PubMed, Scopus, Scielo and Web of Science. A total of 16 articles were identified and inclusion and exclusion criteria were limited, which finally the articles that best suited the research topic were selected.

### **Objective**

To analyse the consequences of work overload in nursing professionals, both in their own quality of life and in the quality of care for patients.

### **Results**

16 articles were selected in this bibliographic review, which are shown in 4 summary tables organized according to the databases.

### **Discussion and conclusions**

Work overload is a problem that affects the quality of life of nursing professionals, damaging their physical, psychological and spiritual health as well as the quality of care provided to patients. The COVID-19 pandemic has aggravated this situation due to increased stress, exhaustion, and emotional exhaustion. It is essential to take measures to improve working conditions and ensure quality care.

**KEY WORDS:** Nursing professional, workload, quality of life and quality of care.



## 1. INTRODUCCIÓN

La enfermería es una profesión vital en el campo de la atención sanitaria, encargada de brindar atención y cuidados integrales e individualizados a los pacientes. La labor de las enfermeras se centra en el cuidado de las personas, sus familias y comunidades, abarcando desde la prevención hasta la recuperación de la salud. La enfermería es una disciplina científica y humanística que combina el conocimiento y la habilidad para brindar una atención segura y de calidad a los pacientes.

El concepto de la profesión enfermera ha evolucionado a lo largo del tiempo. En el pasado, las enfermeras eran consideradas como auxiliares del médico, cuyo papel se limitaba a tareas básicas y a la asistencia en las actividades de la vida diaria. Sin embargo, en la actualidad, la enfermería ha evolucionado como una práctica avanzada y autónoma, que abarca desde la Atención Primaria (AP) hasta la especializada, y es capaz de liderar equipos y procesos de atención. (Burgos Moreno & Paravic Klijn, 2009)

La ética del cuidar es un valor fundamental en la profesión enfermera, cuyo objetivo es el de velar por la seguridad, la dignidad y el bienestar de los pacientes. La ética del cuidar implica una actitud empática y respetuosa hacia el paciente, basada en la confianza, la escucha activa y la comunicación efectiva. La enfermería se enfoca en el cuidado holístico de los pacientes, lo que implica no solo tratar la enfermedad, sino también atender a las necesidades físicas, emocionales, sociales y espirituales del paciente. La evolución de la enfermería como profesión ha sido impulsada por factores como el avance de la tecnología médica, la complejidad de los cuidados, el aumento de la demanda de atención sanitaria y el reconocimiento de la importancia del cuidado como factor clave para mejorar la calidad de vida de los pacientes. (Burgos Moreno & Paravic Klijn, 2009)

A pesar del reconocimiento y la importancia de la enfermería, los profesionales de enfermería se enfrentan a una carga de trabajo significativa, lo que puede afectar a su salud y bienestar. La falta de personal, el exceso de tareas y la complejidad de los cuidados, son algunos de los factores que contribuyen a esta situación. La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) indica que la ratio de enfermera-paciente en España por cada 1.000 habitantes es de 5,7 enfermeras, según los datos publicados en el informe de 2019. (Crespo-Montero, 2020)

Las enfermeras son una parte fundamental de los equipos de atención sanitaria y su papel es crucial para la seguridad y el bienestar de los pacientes. Es importante que se promueva una

cultura de cuidado y se brinden los recursos necesarios para que las enfermeras puedan desempeñar su trabajo de manera segura y efectiva.

## 2. MARCO CONCEPTUAL

### 2.1. Satisfacción laboral en los profesionales de enfermería

La satisfacción laboral se puede definir como un sentimiento de bienestar como resultado de una perspectiva subjetiva de las vivencias en el centro de trabajo; un alto interés por la profesión aumenta la productividad en el trabajo y reduce considerablemente el número de bajas. (Guadalajara et al., 2021) Particularmente, los profesionales de enfermería son perjudicados por el estrés derivado de su trabajo: la existencia de la escasez de personal, las malas condiciones laborales, la falta de recursos y de estabilidad, las largas jornadas y baja remuneración de la profesión, el elevado ratio paciente-enfermera y la prestación de cuidados que requieren altas demandas emocionales; por lo cual, se ve afectado la carga laboral de los profesionales y los hace especialmente vulnerables a sufrir alteraciones del bienestar psicológico y físico, junto con una carga mental y física excesiva.

El Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) define la carga mental como “todo tipo de actividades donde el trabajador sobreexige su mente por las largas horas de análisis y concentración a las que se ve expuesto durante la jornada de trabajo, por lo tanto, la carga mental tiene que ver con la complejidad de la actividad y la cantidad de tiempo para ejercerla, provocando que se disminuya la calidad de trabajo”. Por otro lado, Lucero, define la carga física como “conjuntos de actividades que requieren un esfuerzo físico constante a lo largo de su jornada laboral, y que inciden directamente con las acciones que realiza el trabajador y que requieren de mucha concentración y precisión”. (del Valle, 2021)

Estos factores son visibles en la realidad de los centros de salud; la carga laboral afecta de manera directa en la vida del trabajador, causando un aumento en los problemas psicológicos del personal, como la depresión, la falta de motivación, el estrés y la insatisfacción propia. (Guadalajara et al., 2021) (Avila et al., 2014)

Los profesionales de enfermería tienen una gran responsabilidad sobre la atención del paciente, asumiendo múltiples tareas durante la jornada laboral y en la práctica clínica, entre ellas, la toma de decisiones inmediata en un periodo de tiempo limitado, la preparación y administración de fármacos, entre otras muchas otras funciones no menos importantes. Son labores que requieren gran concentración, exigencia mental y actividad física, repercutiendo



en la salud del profesional y en los cuidados integrales y holísticos que se ofrecen. La sobrecarga laboral sanitaria se podría mejorar reduciendo, por ejemplo, el rango de pacientes por profesional enfermero, disminuyendo de forma significativa el número de datos relevantes que se deben tener presentes a lo largo de la jornada laboral, afectando así de manera positiva en la satisfacción del propio personal y del paciente. (del Valle, 2021)

## **2.2. La calidad de vida entre los profesionales de enfermería**

La OMS define la calidad de vida como “la percepción que el individuo tiene sobre su posición en la vida, dentro del contexto de los sistemas de cultura y valores en los cuales está inserto y en relación a sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones”. (Vidotti et al., 2019) Además, la calidad de vida es influenciada por el autocuidado, el nivel socioeconómico y el bienestar espiritual, físico y psicológico, siendo así un concepto que abarca aspectos psíquicos y sociales. (Ribeiro et al., 2021)

La calidad de vida profesional está directamente vinculada con el nivel de satisfacción laboral, con las condiciones de trabajo, y con el estado de salud, donde incluye; la salud mental, la salud física, las relaciones sociales y la seguridad propia y del entorno del profesional. También, la relación interpersonal entre el equipo multidisciplinar, la remuneración satisfactoria, el reconocimiento y la valoración de la función realizada son elementos que influyen en la calidad de vida del profesional de enfermería, a parte de los factores externos de los propios individuos. (Ribeiro et al., 2021)

La profesión enfermera sigue siendo un colectivo vulnerable que sufre una gran inestabilidad laboral con contratos de poca duración y permanencia, la rotación de turnos continuos, los salarios precarios, la falta de previsibilidad, los riesgos de daños durante la jornada y acoso laboral, la carga emocional de la propia profesión, la carga importante de trabajo, la presión del tiempo y la realización de tareas de alta complejidad. Es un ámbito que está vinculado directamente con vivencias altamente intensas, que mantienen un estrecho contacto con la muerte, por lo que, para hacer frente a dichas labores, se requiere de altas capacidades de empatía y autocontrol para la gestión de las emociones. (Ribeiro et al., 2021)

En algunos estudios realizados para valorar la calidad de vida del trabajador, el gran porcentaje de profesionales refieren sentirse poco valorados y mal remunerados por las funciones que deben desempeñar, lo que influye negativamente en la satisfacción y realización de trabajo. A consecuencia de la desmotivación del personal, se ve afectada la



calidad de atención dirigida a los pacientes, por ello, se debe tener en consideración tanto la calidad de vida del equipo sanitario como la calidad asistencial percibida por los pacientes. (Ribeiro et al., 2021)

### **2.3. El concepto del Síndrome de Burnout**

El Síndrome de Burnout (SB) explica la disminución del cuidado y atención sanitaria de los profesionales a los pacientes en las instituciones de salud, que fue investigado inicialmente en Estados Unidos a principios de los años 70 por Fredeunberger. En cambio, la psicóloga estadounidense Maslach, presentó un modelo multifuncional que define el síndrome como un fenómeno psicológico que desarrolla una “pérdida gradual de preocupación y de todo sentimiento emocional hacia las personas con las que trabajan y que conlleva a un aislamiento o deshumanización” y es causada por factores personales, profesionales e institucionales. (Albaladejo et al., 2004) En cambio, según Gil-Monte, el SB es una “respuesta psicológica al estrés laboral crónico, de carácter interpersonal y emocional, caracterizado por un deterioro cognitivo y afectivo”. El deterioro cognitivo se expone por la falta de ilusión por la práctica clínica y el deterioro afectivo se muestra mediante el agotamiento tanto emocional como físico y por los comportamientos negativos dirigidos hacia los pacientes y hacia las instituciones de salud. (Soto Fuentes et al., 2017)

Este síndrome, está caracterizado por 3 aspectos fundamentales que son el agotamiento o cansancio emocional, la despersonalización y la falta de realización personal. El primero, está caracterizado por la disminución o por la pérdida de las habilidades emocionales como la empatía, el autoconocimiento, la escucha activa, la resiliencia o la comunicación asertiva. También, se define como el agotamiento que se manifiesta de manera física, psicológica o una combinación de ambos. El segundo, se identifica por el desarrollo o el aumento de los pensamientos o actitudes negativas y es una respuesta adaptativa que puede desarrollar en sentimientos patológicos. Y, por último, la falta de realización personal se destaca por la baja autoestima de los profesionales por no poder alcanzar los objetivos laborales propuestos y desarrollar una percepción negativa del trabajo junto con un incremento de irritabilidad, evitación de relaciones profesionales, baja productividad, baja autoestima... (Gutiérrez Acevez et al., 2006) (Albaladejo et al., 2004)

El Maslach Burnout Inventory (MBI) es un cuestionario creado por la psicóloga Maslach que mide el desgaste profesional o el SB y es el instrumento más utilizado en todo el mundo. En la última versión del manual se presentaron distintas versiones dirigidas a distintos



profesionales, como, por ejemplo, docentes o estudiantes. El Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS) es un instrumento que fue creado por Maslach y Jackson y mide el SB en los profesionales de la salud (*Anexo 1*). Está formado por 22 ítems que se distribuyen en 3 escalas para medir la frecuencia con que los profesionales perciben la baja realización personal, la despersonalización y el agotamiento emocional. (Olivares Faúndez & Gil-Monte, 2009)

Según diversas publicaciones científicas, se ha demostrado que existe una alta prevalencia del SB entre los profesionales de enfermería que trabajan en los hospitales y centros de atención médica, específicamente, varía del 30,5% al 39%, lo que significa que se enfrentan a una carga de trabajo excesiva. (Gutiérrez Acevez et al., 2006)

#### **2.4. La calidad asistencial en el ámbito sanitario**

La OMS define la calidad de la atención como el “grado en que los servicios sanitarios dirigidos a pacientes y a la comunidad aumentan la probabilidad de conseguir los resultados esperados y se adaptan a las competencias profesionales del personal sanitario” o “el nivel de realización de objetivos intrínsecos para mejorar la salud por los sistemas sanitarios y de receptividad a las expectativas legítimas de la población”. (OMS, 2020). En cambio, Avedis Donabedian, quien fue pionera de la calidad asistencial, dedicó toda su vida a buscar una definición que pudiera servir para varios contextos distintos: “El logro de los mayores beneficios posibles, con los menores riesgos para el paciente. [...] Se entiende por calidad en la prestación de los servicios de salud, las características con que se prestan dichos servicios, lo cual está determinada por la estructura y los procesos de atención que deben buscar optimizar los beneficios y minimizar los riesgos para la salud del usuario. [...] El grado de calidad es, por consiguiente, la medida en que se espera que la atención suministrada logre el equilibrio más favorable de riesgos y beneficios”. (Álvarez Heredia, 2007) Actualmente, no existe un consenso sobre como definir la calidad asistencial, pero las dimensiones que engloban los servicios sanitarios de calidad incluyen: efectividad y eficiencia, seguidamente se incluirían; seguridad, centrados en la persona, oportunidad, equidad, integrados y eficientes, que son los diferentes elementos de calidad revisados por la OMS en 2020 (*Tabla 1*). (OMS, 2020)

**Tabla 1.** Dimensiones de la calidad asistencial según la OMS

Efectivo	Lograr aquellos objetivos propuestos u objetivos deseados en relación a la mejora de la salud del paciente.
Eficiente	Es la relación entre coste y resultado. Realizar la óptima utilización de los recursos disponibles con el menor coste económico posible, para maximizar el rendimiento.
Oportuno	Intentar reducir las demoras que pueden agravar ciertas situaciones.
Equitativo	Prestar la misma atención de calidad para todos los pacientes y comunidades.
Centrado en la persona	Tener en cuenta las necesidades individuales a cada paciente y ofrecer un cuidado holístico.
Seguro	Reducir el riesgo asistencial que puede producir la atención sanitaria en la persona.
Integrado	Ofrecer cualquier servicio sanitario que sea de requerimiento, con uso de diferentes disciplinas y centros, que abarquen las necesidades de salud del paciente.

Fuente: Organización Mundial de la salud (2020) (OMS, 2020)

Los errores sanitarios que se producen a la hora de las prácticas de los cuidados del paciente comportan una disminución de esta calidad asistencial, debido a múltiples factores que influyen de forma directa e indirecta al profesional de enfermería. Hay varios factores personales y laborales que pueden afectar al personal, causando como resultado una mala praxis. Por otra parte, es importante considerar como otro factor estresor la sobrecarga laboral, siendo una de las dimensiones más visibles y que afecta en mayor medida al error humano, y en consecuencia a una menor calidad en la atención y en el cuidado biopsicosocial del paciente. La seguridad del paciente puede verse afectada según la organización del centro, debido a una mala gestión en la organización. (Sanz Gómez et al., 2016)



### **3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

¿El impacto de la sobrecarga laboral en el profesional de enfermería afecta en la disminución de su calidad de vida y en la calidad asistencial proporcionada a los pacientes?

### **4. OBJETIVOS**

#### **4.1. Objetivo general**

- Analizar las consecuencias de la sobrecarga laboral en la calidad de vida del profesional de enfermería.

#### **4.2. Objetivos específicos**

- Relacionar la sobrecarga laboral con la disminución de la calidad asistencial dirigida a los pacientes.
- Relacionar los condicionantes y determinar las características de la sobrecarga laboral en el profesional de enfermería.

## 5. METODOLOGÍA

### 5.1. Descripción del estudio

Para la realización de este trabajo se ha realizado una revisión narrativa mediante la búsqueda de la literatura científica sobre la temática en diferentes bases de datos, y así, relacionar varias cuestiones actuales importantes dentro del ámbito sanitario o de la atención sanitaria, como la sobrecarga laboral que padecen los profesionales de enfermería y la calidad de vida y asistencial como consecuencia de dicha sobrecarga.

### 5.2. Criterios de inclusión y exclusión

Para realizar la búsqueda se establecieron unos criterios de inclusión y exclusión para seleccionar los artículos que más se adecuaban al tema de investigación y a los objetivos, los cuales se utilizaron de manera transversal en todas las bases de datos.

#### Criterios de inclusión:

- Artículos con acceso libre y de texto completo
- Artículos publicados en los últimos 10 años, ambos incluidos (2013-2023), de ámbito nacional e internacional.
- Idiomas: trabajos publicados en español e inglés
- La elección de los artículos de revisión en las bases de datos de PubMed y Scopus.
- Publicaciones que se centraran en el área temática de enfermería en las bases de datos de Scopus y Web of Science.

#### Criterios de exclusión:

- Publicaciones de más de 10 años de antigüedad
- Los artículos que no se adecuaban al tema de investigación

### 5.3. Estrategia de búsqueda

La búsqueda se realizó entre los meses de enero hasta marzo de 2023 en las siguientes bases de datos: PubMed, Scopus, Scielo y Web of Science. La búsqueda se inició eligiendo las palabras clave, que fueron: “nursing profesional”, “workload”, “quality of life” y “quality of care” (profesional de enfermería, sobrecarga laboral, calidad de vida y calidad asistencial); la

terminología fue usada en inglés, ya que es el idioma que abarca un mayor número de resultados en las bases de datos.

Para poder realizar la búsqueda se identificaron los descriptores que se iban a utilizar, buscando las palabras clave seleccionadas en base a los diccionarios DeCS (Descriptores en Ciencias de la Salud) y MeSH (Medical Subject Headings) (*Tabla 2*).

**Tabla 2.** Palabras clave y descriptores de la búsqueda

Palabras clave	DeCS	MeSH
Enfermería	Nursing	Nursing
Profesional de enfermería	Nursing professional	Nursing profesional
Sobrecarga laboral	Workload	Workload
Calidad de vida	Quality of life	Quality of life
Calidad asistencial	Quality of care	Quality of health care
Estrés ocupacional	Occupational stress	Occupational stress

Se realizó una búsqueda bibliográfica en cada uno de los buscadores y bases de datos aplicando el operador booleano “AND”, puesto que se creyó conveniente utilizar un operador booleano que uniera e incluyera todas las palabras clave.

## 6. RESULTADOS

Mediante las diferentes búsquedas se identificaron un total de 16 artículos, entre las 4 bases de datos (*Tabla 3*).

### 6.1. Estrategias de búsqueda

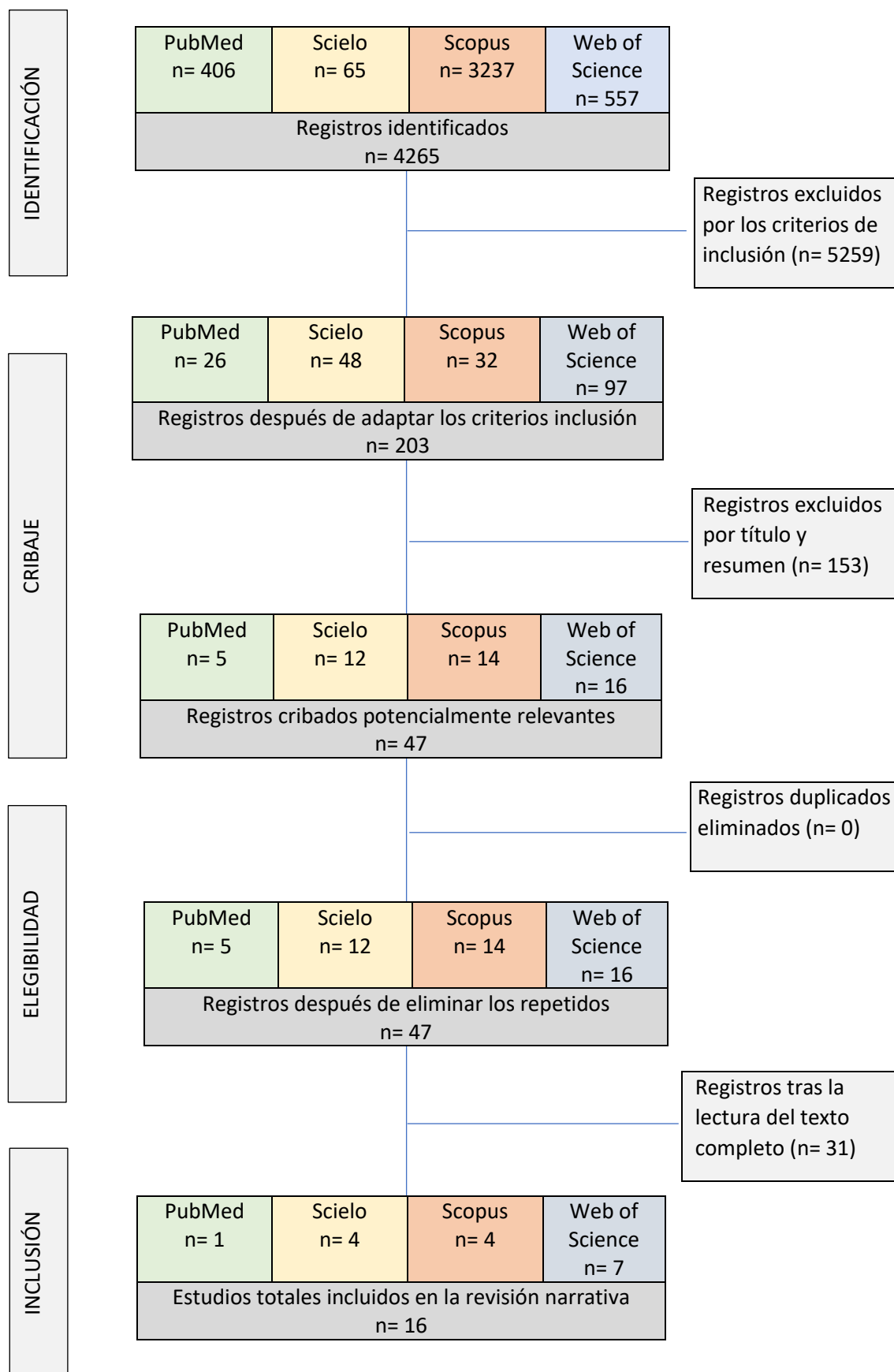
**Tabla 3.** Estrategias de búsqueda

Base de datos	Ecuaciones de búsqueda utilizada	Número total de artículos	Número total seleccionados
PUBMED	(nursing) AND (quality of life) AND (quality of care) AND (workload)	406	1
SCIELO	(nursing) AND (workload) AND (quality of care)	65	4
SCOPUS	(nursing professional) AND (quality of care) AND (workload) AND (quality of life) AND (occupational stress)	3237	4
WEB OF SCIENCE	(nursing) AND (quality of life) AND (quality of care) AND (workload)	557	7

### 6.2. Diagrama de flujo según el modelo prisma

Según los criterios nombrados anteriormente, hemos considerado adecuados 203 artículos, los cuales después de proceder a la lectura del resumen, seleccionamos 47 artículos. De los estudios que fueron elegidos, no se eliminó ninguno por estar duplicado. Finalmente, profundizando en el texto, se escogieron 16 artículos (*Figura 1*).

**Figura 1.** Diagrama de flujo según el modelo prisma



### 6.3. Resumen de resultados

En esta revisión narrativa se han seleccionado 16 artículos. A continuación, se muestran 4 tablas resumen según las bases de datos utilizadas.

En la primera tabla se exponen 4 artículos escogidos de la base de datos de Scopus. El primero es un estudio bibliométrico que relaciona el agotamiento y la insatisfacción laboral con el SB. El segundo es una revisión integradora que incluye 45 estudios que relacionan los efectos de la carga laboral de las enfermeras en su salud, agotamiento y disminución de la calidad prestada a los pacientes en la AP. El tercer artículo es una revisión sistemática que habla del agotamiento profesional y la calidad de vida de los profesionales de enfermería. Por último, el cuarto artículo es otra revisión sistemática que expone los predictores organizacionales e individuales en cuanto a la felicidad de las enfermeras. (Tabla 4)

**Tabla 4.** Resumen de artículos de Scopus

SCOPUS					
Autor/es, título, año, país	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra (n) / Intervención	Resultados	Conclusión
<a href="#">Galdino de Oliveira, D., et al</a>  Exploring global research trends in burnout among nursing professionals: A bibliometric analysis	Investigar las tendencias de investigación del agotamiento entre los profesionales de enfermería de todo el mundo.	Estudio bibliométrico	Se seleccionaron 1406 artículos que se identificaron mediante las bases de datos Scopus y Web of Science.	El 43% de los enfermeros tienen altas puntuaciones de burnout, y un porcentaje similar están insatisfechos con sus trabajos.	Puntualizar la importancia de desarrollar estudios específicos sobre intervenciones en equipos de enfermería, especialmente los que intentan reducir el

2021, Brasil					estrés y el burnout en estos profesionales.
<a href="#">Pérez-Francisco, D. H., et al</a>  Influence of workload on primary care nurses' health and burnout, patients' safety, and quality of care: Integrative study  2020, España	Identificar las relaciones entre sobrecarga, enfermedad del enfermero, agotamiento profesional, calidad y seguridad en los servicios.	Revisión integradora	La revisión incluye 45 estudios que se identificaron en las siguientes bases de datos: Biblioteca Virtual de Salud (BVS), Base de Datos de la Fundación Index sobre Cuidados de Salud Iberoamérica (CUIDEN), National Library of Medicine (MEDLINE), Joanna Briggs Institute (JBI), COCHRANE y más.	Los estudios que muestran que hay una elevada presión asistencial entre los profesionales de enfermería de AP.	Los profesionales de enfermería sufren muchas alteraciones de su salud debido al SB y esta situación, contribuye directamente al deterioro de calidad de la atención y la seguridad del paciente.
<a href="#">Khatatbeh, H., et al</a>  Nurses' burnout and quality of life: A systematic review and	Revisar la relación entre el agotamiento de los enfermeros y la calidad de vida e introducir	Revisión sistemática	Se seleccionaron 21 estudios que se identificaron en los siguientes bases de datos: CINAHL,	Se encontraron relaciones significativas entre las dimensiones del burnout y las dimensiones de la	Los niveles altos de agotamiento de los profesionales de enfermería se asociaron

critical analysis of measures used  2022, Hungría	recomendaciones prácticas para reducir el burnout de los enfermeros y mejorar su calidad de vida.		PubMed, Medline, Psychology and Behavioral Sciences Collection y Google Scholar.	calidad de vida en el profesional de enfermería.	negativamente con una mala calidad de vida.
<a href="#">Arulappan, J., et al</a>  Predictors of nurse's happiness: a systematic review  2021, Oman	Evaluar los predictores individuales y organizacionales de felicidad entre las enfermeras.	Revisión sistemática	Se seleccionaron 13 artículos que se identificaron en las siguientes bases de datos: Scopus, Medline, CINAHL, PsychINFO y Pubmed.	Los predictores relacionados con el trabajo se identificaron como predictores organizacionales; y los predictores personales, psicológicos, familiares, sociales y espirituales eran los predictores individuales.	Se recomiendan la necesidad de futuros estudios de intervención para aumentar la felicidad de las enfermeras, su salud mental y la calidad de vida relacionada con la salud.

En la siguiente tabla se explican 4 artículos de la base de datos de Scielo. El primero es un estudio transversal que expone la satisfacción con el trabajo y con la calidad de vida entre los profesionales de enfermería de una unidad de urgencias. El siguiente artículo es otro estudio transversal que relaciona la sobrecarga laboral con la disminución de la calidad asistencial. El tercero es un estudio descriptivo cuantitativo que expone los efectos de la carga de trabajo en la salud de las enfermeras y su consecuencia en los cuidados ofrecidos a los pacientes. Por último, el cuarto artículo es un estudio descriptivo transversal que evaluó las condiciones de trabajo y calidad de vida de las enfermeras del área de psicogeriatría. (Tabla 5)

**Tabla 5.** Resumen de artículos de Scielo

SCIELO					
Autor/es, título, país	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra (n)/Intervención	Resultados	Conclusión
<a href="#">Silveira Teixeira, G., et al</a>  Calidad de vida en el trabajo y perfil demográfico-laboral de la enfermería en unidad de urgencias  2019, Brasil	Describir el perfil demográfico, laboral y evaluar la calidad de vida en el trabajo del equipo de enfermería actuante en la Unidad de Urgencias.	Estudio transversal	Enfermeras (n=109) Se utilizó un cuestionario con perfil demográfico y laboral y la calidad de vida en el trabajo fue evaluada por medio de la adaptación del modelo de Walton.	La escala de la calidad de vida en el trabajo reveló que el 39,5% están insatisfechos y el 60,5% están satisfechos, se destaca que hubo mayor insatisfacción con la calidad de vida en el trabajo entre los	La necesidad de desarrollar estrategias para promover mejor calidad de vida en el trabajo a los trabajadores de enfermería insatisfechos y, así, permitirles prestar una asistencia de mejor calidad a sus pacientes.

				profesionales enfermeros.	
<a href="#">Müller de Magalhaes, AM., et al</a>  Association between workload of the nursing staff and patient safety outcomes  2017	Describir la carga de trabajo del equipo de enfermería y relacionarla con los resultados de seguridad del paciente en unidades de hospitalización clínica y quirúrgica de un hospital universitario.	Estudio transversal	Pacientes (n=157.481) Enfermeras (n=502) Observaciones de resultados de seguridad (n=264)	Hubo una asociación significativa entre las cargas de trabajo en las unidades de hospitalización y el tiempo media de estancia, y la satisfacción de los pacientes con la atención de enfermería.	El aumento de la carga de trabajo del equipo de enfermería repercutió en la calidad de la atención y en la seguridad de los pacientes.
<a href="#">Santana, LL., et al</a>  Description of workloads and fatigue experienced among health workers in a teaching hospital	Evaluar el nivel de carga laboral y el estrés entre los profesionales sanitarios de un hospital universitario.	Estudio explorativo, descriptivo y cuantitativo	Enfermedades relacionadas con el trabajo (n=128) Mediante un estudio previo titulado "Sistema de vigilancia de la salud de los	El estudio mostró que la categoría profesional más afectada por las enfermedades relacionadas con el trabajo fue la enfermería con un 64,8%.	Los ausentismos laborales son en la mayoría de los casos la consecuencia de las grandes cargas de trabajo, lo cual indica la importancia de hacer más énfasis en

2013, Brasil			trabajadores de Enfermería”.		promover la salud de los profesionales de la salud, y mejorar en el servicio prestado a los pacientes.
<a href="#">Sarabia-Cobo, CM., et al</a>  Relación entre estrés y calidad de vida en profesionales del área psicogerítrica como medidor de intervención para mejora en el clima laboral  2016, España	Investigar sobre la asociación que hay entre el estrés y la calidad de vida profesional, y evaluar los indicadores del ambiente laboral en los profesionales del ámbito de la psicogerítrica.	Estudio descriptivo transversal	Se evalúan dos variables; el SB y la calidad de vida en los profesionales sanitarios de un centro de Santander, donde se atienden a persona con diferentes niveles de deterioro cognitivo.	Se observa una puntuación media del estrés y de la calidad de vida laboral, con una fuerte relación con el cansancio emocional, la despersonalización y la calidad que engloba al trabajo.	Se concluye que hay una asociación entre el nivel de estrés y la calidad de vida profesional, principalmente en aquellos que ofrecen el servicio a personas con alto deterioro cognitivo, que requieren una elevada carga de trabajo.

En la siguiente tabla se exponen 7 artículos seleccionados de la base de datos de Web of Science. El primer artículo seleccionado es un estudio correlacional descriptivo que trata el estrés ocupacional y la calidad de vida de los profesionales de enfermería que cuidan de personas mayores. El segundo determina las características de las exigencias de la profesión enfermera y sus consecuencias en su salud y calidad de vida en una Unidad de Cuidados Intensivos (UCI). El tercer artículo, que es un estudio transversal, habla sobre la empatía, la fatiga por compasión y la autocompasión y lo relaciona con la calidad de vida de las enfermeras. El cuarto artículo es un estudio transversal que habla de la satisfacción por el trabajo y la intención de rotación. El quinto artículo tiene como objetivo evaluar las características y los síntomas del estrés, ansiedad y depresión de las enfermeras australianas. El sexto artículo es un estudio transversal que exponen las afecciones psicológicas de los profesionales de enfermería antes y durante la pandemia del COVID-19, influenciadas por las condiciones de trabajo. Por último, el séptimo artículo es un estudio mixto que refiere cuales son las condiciones laborales y significados del trabajo de los profesionales de enfermería en Barcelona. (Tabla 6)

**Tabla 6.** Resumen de artículos de Web of Science

WEB OF SCIENCE					
Autor/es, título, país	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra (n)/Intervención	Resultados	Conclusión
<a href="#">Anshasi, HA., et al</a>  Nurses' stressors and their quality of life: A study on nurses caring for older patients.	Determinar las fuentes de estrés ocupacional y el nivel de calidad de vida entre las enfermeras que atienden a personas mayores en el Líbano y	Estudio correlacional descriptivo	Enfermeras (n=119)  Se recogieron datos utilizando la escala de estrés de enfermería y el resumen de la escala de calidad de vida de la OMS.	Se informó que el nivel más alto de los dominios de calidad de vida fue la salud física mientras que el nivel más bajo fue el dominio ambiental. El estrés	La carga de trabajo y el trato con la muerte y el morir son las fuentes más comunes del trabajo de las enfermeras que resultaron en la mayor

2020	examinar los factores subyacentes para predecir la calidad de vida de las enfermeras.			ocupacional explicó una gran variación en el estado físico, psicológico y relación social.	frecuencia de factores estresantes ocupacionales.
<a href="#">Quijada-Martínez, P.J., et al</a>  Calidad de vida profesional y burnout del personal de enfermería de una unidad de cuidados intensivos de Venezuela  2021, Venezuela	Determinar la relación entre el nivel de calidad de vida profesional y las características del SB del personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos.	Estudio analítico transversal	Enfermeras (n=40)  Se utilizaron cuestionarios para determinar la percepción de calidad de vida de los propios profesionales de enfermería.	La prevalencia del SB alto fue de 22,5%; el agotamiento emocional afectó al 75,5% de los participantes y el 37,5% tenía baja realización personal. El nivel de calidad de vida profesional se relacionó con la severidad del Síndrome Burnout.	El personal de enfermería está expuesto a altos y sostenidos niveles de estrés, exigencias mentales, físicas y emocionales que lo predisponen al desgaste emocional, baja calidad de vida y desarrollo del SB con efecto negativo en su desempeño, salud y calidad de la atención brindada a los pacientes.

<p><a href="#">Duarte, J., et al</a></p> <p>Relationships between nurses' empathy, self-compassion and dimensions of professional quality of life: A cross-sectional study</p> <p>2016, Portugal</p>	<p>Explorar la empatía y la autocompasión se relacionan con la calidad de vida profesional.</p>	<p>Estudio transversal</p>	<p>Enfermeras (n=280)</p> <p>La calidad de vida profesional, la empatía y la autocompasión se midieron mediante medidas de autoinforme validadas.</p>	<p>Los análisis mostraron que la empatía y la autocompasión predijeron los tres aspectos de la calidad de vida profesional. La preocupación empática y la fatiga por compasión se asociaron positivamente con la satisfacción por compasión.</p>	<p>Los altos niveles de empatía afectiva pueden ser un factor de riesgo para la fatiga por compasión, mientras que la autocompasión podría ser protectora.</p>
<p><a href="#">Kaddourah, B., et al</a></p> <p>Quality of nursing work life and turnover intention among nurses of tertiary care hospitals Riyadh: a cross-sectional survey</p>	<p>Evaluar la calidad de vida laboral de enfermería y explorar la correlación con la intención de rotación.</p>	<p>Estudio transversal</p>	<p>Enfermeras (n=364)</p> <p>Los datos se recopilaron mediante un cuestionario autoadministrado de constaba de cuatro secciones.</p>	<p>El 54,7% de los profesionales de enfermería indicaron que se encontraban insatisfechos con su vida laboral, con casi el 94% indicando una intención de rotación.</p>	<p>Se relacionan la rotación y la calidad de vida laboral de los profesionales de enfermería.</p>

2018, Arabia Saudi					
<a href="#">Maharaj, S., et al</a> Prevalence and Risk Factors of Depression, Anxiety, and Stress in a Cohort of Australian Nurses 2019, Australia	Evaluar la prevalencia y los factores de riesgo de la depresión, ansiedad y estrés en una muestra representativa de enfermeras australianas.	Estudio transversal	Enfermeras (n=102) Los datos se recopilaban mediante cuestionarios de estilo de vida y de diseño propio.	Se encontró que las tasas de prevalencia de depresión, ansiedad y estrés eran del 32,4 %, 41,2 % y 41,2 %, respectivamente. La insatisfacción laboral predijo significativamente un mayor riesgo de que las enfermeras desarrollaran síntomas de depresión y estrés respectivamente.	La disminución de la salud mental del profesional de enfermería afecta en el desempeño profesional y, a su vez, la calidad de atención brindada al paciente.
<a href="#">Nagel, C., et al</a> Nurses' Work-Related Mental Health in 2017 and 2020- A	Investigar la asociación entre el efecto de diferentes factores en las situaciones laborales de las	Estudio longitudinal	Enfermeras (n=9219) Se envió un cuestionario a los profesionales de enfermería en la	Los resultados mostraron que la falta de alegría en el trabajo diario, una mayor carga de trabajo y la falta de	Se necesitan investigaciones futuras sobre el impacto a largo plazo de COVID-19 en todas las áreas de la

<p>comparative Follow-Up Study before and during the COVID-19 Pandemic</p> <p>2022</p>	<p>enfermeras asociadas con los diagnósticos de salud mental relacionado con el trabajo de las enfermeras, antes y durante la pandemia de COVID-19.</p>		<p>primavera de 2017 y durante la segunda ola de la pandemia de COVID-19 en el otoño de 2020.</p>	<p>apoyo de los compañeros de trabajo tenían una mayor asociación con los diagnósticos de salud mental relacionados con el trabajo</p>	<p>vida profesional y personal de las enfermeras.</p>
<p><a href="#">Granero, A., et al</a></p> <p>Condiciones laborales y significados del trabajo en enfermería en Barcelona</p> <p>2018, España</p>	<p>Analizar la relación entre la valoración cuantitativa de las condiciones de trabajo y la percepción cualitativa de la propia experiencia laboral.</p>	<p>Estudio mixto que incluyó la técnica cualitativa del análisis textual mediante palabras clave y las técnicas cuantitativas del análisis estadístico descriptivo de las condiciones del trabajo.</p>	<p>Profesionales de enfermería (n=1760) Respondieron a un cuestionario de valoración de sus condiciones de trabajo y resumieron en cinco palabras clave su propia experiencia laboral actual.</p>	<p>Se evidenció una estrecha relación entre las valoraciones cuantitativas de las condiciones laborales y los códigos verbales de significado del trabajo.</p>	<p>La información obtenida plantea desafíos para la reflexión y señala caminos orientados a la promoción de los aspectos positivos y a la prevención de los negativos de las condiciones del trabajo de enfermería</p>

En la siguiente tabla encontramos una revisión sistemática que se seleccionó en la base de datos de PubMed que identifica y evalúa la calidad de vida y satisfacción laboral de los profesionales enfermeros de la AP a nivel mundial. (Tabla 7)

**Tabla 7.** Resumen de artículos de PubMed

PUBMED					
Autor/es, título, país	Objetivo	Tipo de estudio	Muestra (n)/Intervención	Resultados	Conclusión
<a href="#">Laserna Jiménez, C., et al</a>  Quality of professional life of primary healthcare nurses: A systematic review  2022, España	Identificar y evaluar sobre la calidad de vida de las profesionales de enfermería de APa nivel mundial.	Revisión sistemática	Se realizó la búsqueda mediante diferentes bases de datos: PubMed, CINAHL, Scopus, Scielo y Web of Science. La literatura gris se revisó en OpenGrey.	Se incluyeron diez estudios de cinco países, de los cuales cinco estudios informaron sobre la satisfacción laboral de las enfermeras.	Se concluye un elevado nivel de satisfacción laboral entre las enfermeras de AP. El factor negativo más reconocido en la calidad de vida profesional fue la carga de trabajo.



## 7. DISCUSIÓN

Las instituciones laborales están caracterizadas por constantes cambios que afectan en los procesos de trabajo que influyen en las competencias de los trabajadores y en sus condiciones laborales, y, por tanto, en la salud de estos profesionales (Silveira Teixeira et al., 2019). El empeoramiento de las condiciones laborales se ha visto afectada por una “minimización de los cuadros de personal, un aumento del tiempo anual del trabajo, una obstaculización de la carrera profesional y un aumento de riesgos psicosociales asociados a la carga de trabajo”. Según el estudio de Granero, A. et al (2018), el resultado de la valoración media de las condiciones laborales, siendo ésta en escalas de rango de 0 a 10, fue de 5,77. Asimismo, en cuanto al significado del trabajo, el 62% tuvo una connotación positiva, que abarcaban el compromiso y compañerismo de los profesionales, y el 38% fueron connotaciones negativas, ya que los profesionales de enfermería caracterizaron su práctica clínica como agotadora y desgastante por la insuficiencia de tiempo y de recursos humanos disponibles que aumentaban la sobrecarga de trabajo (Granero et al., 2018). Kaddourah, B. et al (2018) revelaron que el 54,7% de los profesionales de enfermería estaban insatisfechos con su carrera profesional y el 94% refirieron deseos de cambiar el lugar de trabajo o incluso abandonar la profesión enfermera, lo que genera un gran impacto y afecta directamente a las instituciones y a la calidad de atención proporcionada al paciente. (Kaddourah et al., 2018).

Las características del trabajo de enfermería son la turnicidad, la necesidad de perfeccionar los conocimientos teóricos y prácticos, la excesiva responsabilidad, el exceso de trabajo justificado por la falta de personal, la presión por el cuidado y calidad asistencial, la rotación, los recortes de recursos materiales y humanos, las jornadas dobles y las relaciones interpersonales desarrolladas bajo la alta presión. Todas estas características aumentan el riesgo de los profesionales sanitarios a padecer afecciones físicas y mentales o psicológicas, como el ausentismo, la insatisfacción laboral, el agotamiento emocional y el aumento de riesgos de enfermedad. Silveira Teixeira, G., et al (2019) exponen que las enfermedades más prevalentes asociadas al entorno laboral de las enfermeras fueron las afecciones psicológicas, como el estrés ocupacional y la depresión (Silveira Teixeira et al., 2019). Además, el estudio de Maharaj, S. et al. (2019), determinó que la prevalencia de afectación de síntomas depresivos en los profesionales de enfermería era del 30%, los síntomas de ansiedad del 40% y los síntomas de angustia, también del 40%, siendo estas cifras más altas en comparación con la población general donde se realizó el estudio. Los autores afirmaron que los resultados obtenidos en este



estudio tenían similitud con las tasas globales de otros países (Maharaj et al., 2019). Sin embargo, según el estudio De Lima Santana et al. (2013), que manifestó que los profesionales de enfermería son el colectivo más afectado en cuanto a las enfermedades relacionadas con el trabajo, mostró que las alteraciones psicológicas no eran las enfermedades más frecuentes que desarrollaban este colectivo: el 25,2% era por causas musculoesqueléticas, el 21,3% por causas externas, el 20,5% por alteraciones de la salud mental y del comportamiento, el 10,2% por afectaciones respiratorias y el 5,5% por afectaciones circulatorias (Santana et al., 2013).

Por esta razón, se refleja la necesidad de crear un ambiente saludable laboral que promueva el bienestar y la salud emocional o psicológica, física y espiritual de los profesionales, y no ignorar síntomas de agotamiento o fatiga que puedan aumentar el estrés físico y emocional, teniendo consecuencias en la calidad asistencial prestada a los pacientes (Maharaj et al., 2019). La estancia de la recuperación hospitalaria, la incidencia de caídas, incidencia de úlceras por presión y las infecciones relacionadas con procedimientos invasivos fueron indicadores que evaluaron la calidad de los cuidados y la seguridad de los pacientes. Además, la asignación de más pacientes por cada profesional de enfermería, el ratio enfermera-paciente, disminuye el nivel de satisfacción de los pacientes por los cuidados recibidos (Müller de Magalhães et al., 2017).

El estudio realizado por Khatatbeh, H. et al (2022) demostró que las enfermeras presentaron niveles moderados-altos de SB, lo que se asocia de forma negativa con una baja calidad de vida. Algunos de los factores que influyeron en el aumento de SB fueron el ambiente o entorno de trabajo, condiciones estresantes y de elevada exigencia, horarios rotatorios, sobre todo nocturnos, elevados ratios de pacientes por profesional y escasez de trabajadores, todo esto en diferentes unidades y áreas del ámbito sanitario. (Khatatbeh et al., 2022).

Los profesionales de enfermería sufren una importante carga de trabajo que desencadena en la experimentación del estrés ocupacional, que influye en la disminución de la eficiencia de la realización de su trabajo. El estudio de Anshasi et al (2020) menciona la carga de trabajo como el estresor ocupacional más relevante en cuanto al cuidado de las personas mayores, ya que no tienen suficiente tiempo para realizar todas las labores de trabajo de enfermería y cubrir las necesidades de los pacientes (Anshasi et al., 2020). También, un estudio enfocado en los profesionales de un área psicogeriatrica, demostró la relación entre una presión asistencial excesiva y el riesgo de desarrollar SB, por la insatisfacción, agotamiento y el desgaste en el trabajo que sufrían los profesionales de enfermería. (Sarabia Cobo et al., 2016)



El estudio de Quijada Martínez et al. (2021) demostró que el personal de enfermería de la UCI es más vulnerable por la alta exposición a factores estresantes y el alto nivel de exigencia mentales, físicas y emocionales que requiere la unidad, lo cual conlleva a desarrollar un desgaste físico y emocional y una baja satisfacción laboral. La suma de todas estas dimensiones, afectan negativamente en la calidad de vida del profesional y aumenta el riesgo de desarrollar el SB (Quijada-Martínez et al., 2021). No obstante, otras áreas del ámbito sanitario, como la AP, también son afectadas por la sobrecarga de trabajo. Los profesionales de enfermería de la AP han asumido prácticas clínicas avanzadas por la escasez de los profesionales médicos en muchos países del mundo, lo que conlleva a una disminución de la calidad de vida del profesional. Como se demuestra en el estudio de Laserna Jiménez et al. (2022) el factor más señalado que influye negativamente en la calidad de vida de estos profesionales fue la sobrecarga laboral (Laserna Jiménez et al., 2022). Asimismo, tal y como explica el autor Pérez-Francisco et al. (2020), el aumento de la carga laboral en los profesionales de AP se relaciona con el agotamiento laboral y por ello, en la disminución de la calidad de los cuidados y de la atención prestada hacia los pacientes (Pérez-Francisco et al., 2020).

Por otra parte, se ha podido observar un cambio significativo en la salud de los profesionales de enfermería, tras hacer frente a la pandemia, siendo este un hecho que no se puede obviar. Los investigadores Nagel, C y Nilsson, K. (2022) hicieron una observación previa al inicio de la primera ola del COVID-19, y siguieron hasta la llegada de la segunda ola, causando un gran desafío en el sistema sanitario. Los resultados permitieron evidenciar que ya existía una elevada carga de trabajo antes de sufrir la pandemia, pero también permitió ver que en el 2020 el porcentaje de diagnósticos de agotamiento y estrés entre los profesionales sanitarios era tres veces mayor que en 2017, y que los diagnósticos de ansiedad y depresión dos veces mayor. Sin embargo, la COVID-19 sigue siendo un hecho histórico muy reciente, lo cual significa, que quedan muchas hipótesis por resolver (Nagel & Nilsson, 2022). Otro de los estudios analizados que hace una investigación sobre el agotamiento abarcando diferentes lugares del mundo, también menciona el gran impacto que causó la pandemia, y como las enfermeras que estuvieron en primera línea durante la COVID-19, desarrollaron graves problemas de salud mental, aumentando las probabilidades de desarrollar el SB (Galdino de Oliveira et al., 2021).

La revisión de los estudios permite extraer varios datos relevantes, los cuales abordan diferentes aspectos importantes relacionados con la salud de los profesionales de enfermería y



demuestran como repercuten negativamente en la calidad asistencial. Diferentes estudios enumeraron posibles soluciones o intervenciones para poder mejorar tanto la satisfacción laboral de los profesionales enfermeros y su salud física y mental, como la atención asistencial y calidad de cuidados prestados a los pacientes. Duarte, J., et al. (2016), es el primer estudio que ofrece la primera evidencia empírica sobre los beneficios de desarrollar la autocompasión y ayuda a mejorar ciertas habilidades que fomentan el bienestar espiritual y permiten una mejora en el afrontamiento durante las vivencias extremadamente intensas con la muerte y el sufrimiento vivido por los pacientes. De tal manera, se consigue reducir el agotamiento y fatiga por compasión, un apunte interesante para mejorar la calidad de vida profesional (Duarte et al., 2016). Otro aspecto de interés es que la felicidad y el bienestar espiritual de las enfermeras muestra una fuerte relación con la satisfacción personal, el mejor desempeño en las tareas del trabajo y con una atención asistencial de mayor calidad. Arulappan, J., et al. (2021) exponen la importancia que tiene la relación social y familiar entre las enfermeras, y como mejorando estas relaciones, influyen de forma positiva en el estado emocional, manteniendo un equilibrio en la salud espiritual, y, por consiguiente, hay una mejora notable en la atención prestada hacia los pacientes (Arulappan et al., 2021).

La adaptación de los turnos de trabajo, la teleasistencia, la potenciación de las capacidades para afrontar el estrés, la mejora de la comunicación con la organización y la concienciación de las preferencias del personal para el funcionamiento de distintas unidades podrían ser intervenciones para reducir el riesgo de padecer SB y proporcionar cuidados de enfermería más prolongados y de mayor calidad (Pérez-Francisco et al., 2020). Además, el aumento de salario, la reducción de las horas de trabajo, las sesiones de asesoramiento para controlar el estrés y recibir un apoyo social y de gestión ayudaría a mejorar la calidad de vida de las enfermeras y prevenir el SB, ya que altos niveles de SB se asocian con una disminución de la calidad de vida del profesional de enfermería. (Khatatbeh et al., 2022)



## 8. CONCLUSIÓN

La sobrecarga laboral en el ámbito de la enfermería es una problemática que ha cobrado gran relevancia en los últimos años. La creciente demanda de la atención sanitaria, el envejecimiento de la población, el aumento de las enfermedades crónicas y la falta de personal son algunos de los factores que han contribuido a que el trabajo de las enfermeras sea cada vez más estresante y exigente y a padecer alteraciones psicológicas, físicas y espirituales.

La sobrecarga laboral puede tener consecuencias graves tanto en la calidad de vida de las enfermeras como en la atención que reciben los pacientes. Por un lado, las enfermeras se ven sometidas a una importante presión laboral que puede afectar su salud física y emocional, provocando estrés, fatiga, agotamiento y desgaste emocional, lo que puede influir negativamente en su rendimiento laboral y su capacidad para prestar atención de calidad asistencial, aumentando errores en la atención de los pacientes. Por otro lado, la sobrecarga laboral puede generar consecuencias graves, ya que la atención puede ser deficiente debido a la falta de tiempo y recursos personales y materiales. Los pacientes pueden sufrir retrasos en la atención, errores en la medicación o en la realización de procedimientos, lo que puede poner en peligro su salud y su seguridad.

Por otro lado, según varios artículos, la pandemia de COVID-19 ha agravado aún más esta problemática. El incremento del número de pacientes, la necesidad de seguir protocolos específicos y la falta de recursos ha generado una situación de mayor estrés y fatiga en las enfermeras, que han visto empeorar su calidad de vida y su salud laboral, aumentando el riesgo de padecer el SB. La atención a los pacientes infectados ha sido especialmente exigente, debido a la necesidad de extremar las medidas de protección y la complejidad de los procedimientos necesarios para tratar la enfermedad.

Es importante destacar que la sobrecarga laboral en la enfermería no solo tiene consecuencias para la salud de las enfermeras y la calidad de la atención a los pacientes, sino también para la sostenibilidad del sistema sanitario en su conjunto. Las condiciones laborales deficientes pueden generar un aumento del absentismo laboral y de la rotación de personal, lo que a su vez puede repercutir negativamente en la calidad de la atención y en la eficiencia del sistema sanitario.

En este sentido, resulta fundamental prestar atención a esta problemática y tomar medidas que permitan mejorar las condiciones laborales de las enfermeras, garantizando una atención de calidad a los pacientes, ya que es una situación que afecta a la salud pública. Es necesario llevar a cabo acciones que permitan reducir la carga de trabajo y mejorar la organización del sistema



sanitario, de modo que se puedan garantizar unas condiciones laborales adecuadas para el personal de enfermería.

En definitiva, la sobrecarga laboral en la enfermería es una problemática que debe ser abordada con urgencia, ya que afecta negativamente tanto a la calidad de vida de las enfermeras como a la atención que se presta a los pacientes. Es necesario brindar atención a esta situación y tomar medidas que permitan mejorar las condiciones laborales de estos profesionales, garantizando así una atención de calidad a la población. Resulta imprescindible garantizar el bienestar biopsicosocial de las enfermeras para asegurar un cuidado holístico e integral hacia los pacientes, ya que es necesario cuidarse para cuidar.



## 9. LIMITACIONES Y LÍNEAS FUTURAS

Una de las principales limitaciones de esta revisión narrativa es que solo se utilizó una ecuación de búsqueda para seleccionar los artículos en la base de datos de Scopus, PubMed, Web of Science y Scielo. Sería interesante utilizar otros descriptores específicos del tema en otras bases de datos para comprobar si los hallazgos obtenidos son similares.

Además, los estudios seleccionados solo incluían a las enfermeras que se dedicaban al ámbito de la asistencia, por lo tanto, no se puede saber la influencia de la sobrecarga laboral en las enfermeras gestoras, docentes o investigadoras. Tampoco se encontraron artículos de enfermeras que trabajaban en otras unidades, como, por ejemplo, las enfermeras pediátricas o quirúrgicas, por lo que, aunque los resultados obtenidos se amplían a las enfermeras que se dedican a la atención asistencial, se desconoce las características específicas de la sobrecarga de trabajo en estas unidades.

Las futuras líneas de investigación podrían estar encaminadas a conocer cuáles son específicamente los factores negativos, externos al profesional de enfermería, que repercuten de manera más directa en la salud de la enfermera, y a su vez, en su bienestar y calidad de vida.

Asimismo, resultaría conveniente identificar, mediante estudios longitudinales, el impacto de las estrategias organizativas, como la mejora de los turnos de trabajo o dotación de recursos humanos acorde a las cargas de trabajo, y las estrategias individuales, como la fomentación del manejo del estrés o técnicas de mindfulness.

## 10. BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez Heredia, F. (2007). *Calidad y auditoria en salud*. 341.
- Anshasi, H. A., Fawaz, M., Alhalalmeh, S., Ahmad, W. Q., & Tassi, A. (2020). Nurses' stressors and their quality of life: A study on nurses caring for older patients. *Nursing Open*, 7(6), 1698–1706. <https://doi.org/10.1002/nop2.553>
- Arulappan, J., Pandarakutty, S., & Valsaraj, B. P. (2021). Predictors of nurse's happiness: A systematic review. *Frontiers of Nursing*, 8(4), 313–326. <https://doi.org/10.2478/FON-2021-0032>
- Avila, I. Y. C., Llanos, N. T., Gomez, A. A., Tapias, K. C., & Castro, S. L. (2014). Estrés laboral en enfermería y factores asociados. Cartagena (Colombia). *Salud Uninorte*, 30(1), 34–43. <https://doi.org/10.14482/sun.30.1.4312>
- del Valle, K. (2021). La sobrecarga laboral del personal de enfermería que influye en la atención a pacientes. *Revista San Gregorio*, 1(47), 165–179. <https://doi.org/10.36097/RSAN.V1I47.1966>
- Duarte, J., Pinto-Gouveia, J., & Cruz, B. (2016). Relationships between nurses' empathy, self-compassion and dimensions of professional quality of life: A cross-sectional study. *International Journal of Nursing Studies*, 60, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.02.015>
- Galdino de Oliveira, D., da Cunha Reis, A., de Melo Franco, I., & Liberato Braga, A. (2021). Exploring global research trends in burnout among nursing professionals: A bibliometric analysis. In *Healthcare (Switzerland)* (Vol. 9, Issue 12, p. 1680). Multidisciplinary Digital Publishing Institute. <https://doi.org/10.3390/healthcare9121680>
- Granero, A., Blanch, J. M., & Ochoa, P. (2018). Labor conditions and the meanings of nursing work in Barcelona. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 26. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2342.2947>
- Guadalajara, B. E. U. de, Ana Rosa Plascencia-Campos, D. R. A., María de Lourdes Preciado-Serrano, D. R., Katya Guadalupe Rayas-Servín, M., & Martín Acosta-Fernández, D. R. (2021). Relación de satisfacción laboral y calidad de vida profesional con la percepción de salud en personal de enfermería. *NURE Investigación*, 18(115). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8235261&info=resumen&idioma=SPA>
- Kaddourah, B., Abu-Shaheen, A. K., & Al-Tannir, M. (2018). Quality of nursing work life and



- turnover intention among nurses of tertiary care hospitals in Riyadh: A cross-sectional survey. *BMC Nursing*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-018-0312-0>
- Khatatbeh, H., Pakai, A., Al-Dwaikat, T., Onchonga, D., Amer, F., Prémusz, V., & Oláh, A. (2022). Nurses' burnout and quality of life: A systematic review and critical analysis of measures used. In *Nursing Open* (Vol. 9, Issue 3, pp. 1564–1574). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/nop2.936>
- Laserna Jiménez, C., Casado Montañés, I., Carol, M., Guix- Comellas, E. M., & Fabrellas, N. (2022). Quality of professional life of primary healthcare nurses: A systematic review. In *Journal of Clinical Nursing* (Vol. 31, Issues 9–10, pp. 1097–1112). J Clin Nurs. <https://doi.org/10.1111/jocn.16015>
- Maharaj, S., Lees, T., & Lal, S. (2019). Prevalence and risk factors of depression, anxiety, and stress in a cohort of Australian nurses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph16010061>
- Müller de Magalhães, A. M., Ghignatti da Costa, D., de Oliveira Riboldi, C., Mergen, T., da Silveira Barbosa, A., & Souto de Moura, G. M. S. (2017). Association between workload of the nursing staff and patient safety outcomes. *Revista Da Escola de Enfermagem*, 51, e03255. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2016021203255>
- Nagel, C., & Nilsson, K. (2022). Nurses' Work-Related Mental Health in 2017 and 2020—A Comparative Follow-Up Study before and during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph192315569>
- OMS. (2020). Servicios sanitarios de calidad. In *Oms* (pp. 1–5). <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/quality-health-services>
- Pérez-Francisco, D. H., Duarte-Clíments, G., Del Rosario-Melián, J. M., Gómez-Salgado, J., Romero-Martín, M., & Sánchez-Gómez, M. B. (2020). Influence of workload on primary care nurses' health and burnout, patients' safety, and quality of care: Integrative review. In *Healthcare (Switzerland)* (Vol. 8, Issue 1, p. 12). Multidisciplinary Digital Publishing Institute. <https://doi.org/10.3390/healthcare8010012>
- Quijada-Martínez, P. J., Cedeño-Idrogo, I. R., & Terán-Ángel, G. (2021). Quality Of Professional Life And Burnout Of The Nursing Staff At An Intensive Care Unit In Venezuela. *Investigacion y Educacion En Enfermeria*, 39(2).



<https://doi.org/10.17533/udea.iee.v39n2e08>

- Ribeiro, E. D. S., Silva, E. K. V. Da, Jatobá, L. D. A., Andrade, W. N., & Miranda, L. N. (2021). Calidad de vida en el trabajo de enfermeros de instituciones hospitalarias de la red pública. *Enfermería Global*, 20(3), 489–501. <https://doi.org/10.6018/eglobal.456911>
- Santana, L. de L., Miranda, F. M. D., Karino, M. E., Baptista, P. C. P., Felli, V. E. A., & Sarquis, L. M. M. (2013). Cargas e desgastes de trabalho vivenciados entre trabalhadores de saúde em um hospital de ensino. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 34(1), 64–70. <https://doi.org/10.1590/s1983-14472013000100008>
- Sanz Gómez, A. I., Iriarte Ramos, S., & Gascón Catalán, A. (2016). Aspectos sociodemográficos y laborales en el error asistencial de enfermería. *Enfermería Global*, 15(3), 176. <https://doi.org/10.6018/eglobal.15.3.214021>
- Sarabia Cobo, C., Díez Saiz, Z., San Millán, S., Salado, L., & Clemente, V. (2016). Relación entre estrés y calidad de vida en profesionales del área psicogerítrica como medidor de intervención para mejora en el clima laboral. *Gerokomos (Madr., Ed. Impr.)*, 27(2), 48–52. [https://scielo-isciii-es.sabidi.urv.cat/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2016000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo-isciii-es.sabidi.urv.cat/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2016000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
- Silveira Teixeira, G., da Penha Silveira, R. C., Aline Mininel, V., Teixeira Moraes, J., & da Silva Ribeiro, I. K. (2019). Quality of working life and occupational nursing stress in emergency care unit. *Enfermería Global*, 18(3), 510–524. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.3.340861>
- Soto Fuentes, P. E., Barrios Araya, S., & Molina Muñoz, Y. (2017). Síndrome de quemarse por el trabajo y satisfacción laboral como predictores de calidad de la atención de enfermería hospitalaria. *Ciencia y Enfermería*, 23(3), 99–111. <https://doi.org/10.4067/S0717-95532017000300099>
- Vidotti, V., Martins, J. T., Galdino, M. J. Q., Ribeiro, R. P., & Robazzi, M. L. do C. C. (2019). Síndrome de burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. *Enfermería Global*, 18(3), 344–354. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>



11. ANEXOS

11.1. Anexo 1: Cuestionario de Maslach Burnout Inventory- Human Services Survey (MBI-HSS)

- 0 = Nunca / Ninguna vez
- 1 = Casi nunca/ Pocas veces al año
- 2 = Algunas Veces / Una vez al mes o menos
- 3 = Regularmente / Pocas veces al mes
- 4 = Bastantes Veces / Una vez por semana
- 5 = Casi siempre / Pocas veces por semana
- 6 = Siempre / Todos los días

	Nunca / Ninguna vez	Casi nunca/ Pocas veces al año	Algunas Veces / Una vez al mes o menos	Regularmente / Pocas veces al mes	Bastantes Veces / Una vez por semana	Casi siempre / Pocas veces por semana	Siempre / Todos los días
	0	1	2	3	4	5	6
1. Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo							
2. Me siento cansado al final de la jornada de trabajo							
3. Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo							
4. Fácilmente comprendo cómo se sienten las personas que tengo que atender							
5. Creo que trato a algunas personas como si fueran objetos impersonales							
6. Trabajar todo el día con personas es realmente estresante para mi							
7. Trato con mucha efectividad los problemas de las personas							
8. Siento que mi trabajo me está desgastando							
9. Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de los demás con mi trabajo							
10. Me he vuelto insensible con la gente desde que ejerzo esta ocupación							
11. Me preocupa el hecho de que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente							
12. Me siento muy energético							
13. Me siento frustrado por mi trabajo							
14. Siento que estoy trabajando demasiado							
15. No me preocupa realmente lo que ocurre a algunas personas a las que doy servicio							
16. Trabajar directamente con personas me produce estrés							
17. Fácilmente puedo crear un clima agradable en mi trabajo							
18. Me siento estimulado después de trabajar en contacto con personas							
19. He conseguido muchas cosas valiosas en este trabajo							
20. Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades							
21. En mi trabajo, trato los problemas emocionales con mucha calma							
22. Creo que las personas a quienes atiendo me culpan de sus problemas							