



**UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
CARRERA DE ENFERMERÍA**

**TEMA:**

**Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería  
de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil  
Ceibos, Período 2023-2024**

**AUTORAS:**

**Quintana Ocaña Estefany Solange  
Risco Mejía Carmen Josefa**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de  
Licenciado en Enfermería.**

**TUTORA:**

**Dra. Pérez Licea, Amarilis Rita PhD**

**Guayaquil, Ecuador**

**02 septiembre 2024**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
CARRERA DE ENFERMERÍA

**CERTIFICACIÓN**

Certificamos que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por **Quintana Ocaña Estefany Solange** y **Risco Mejía Carmen Josefa** como requerimiento para la obtención del título de **LICENCIADAS EN ENFERMERÍA**.

TUTORA

f. \_\_\_\_\_

**DRA. PÉREZ LICEA, AMARILIS RITA PHD**

DIRECTORA DE LA CARRERA

f. \_\_\_\_\_

**LCDA. MENDOZA VINCES, ÁNGELA OVILDA, MGs.**

**Guayaquil, a los 02 del mes de septiembre del año 2024**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE ENFERMERÍA**

## **DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD**

Yo, **Quintana Ocaña Estefany Solange**

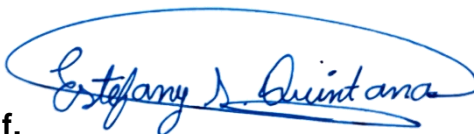
### **DECLARO QUE:**

El Trabajo de Titulación, **Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024**, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERÍA**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de nuestra total autoría.

En virtud de esta declaración, nos responsabilizamos del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

**Guayaquil, a los 02 del mes de septiembre del año 2024**

### **AUTORA:**

f. 

**Quintana Ocaña Estefany Solange**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE ENFERMERÍA**

## **DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD**

Yo, **Risco Mejía Carmen Josefa**

### **DECLARO QUE:**

El Trabajo de Titulación, **Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024**, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERÍA**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de nuestra total autoría.

En virtud de esta declaración, nos responsabilizamos del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

**Guayaquil, a los 02 del mes de septiembre del año 2024**

**AUTORA:**

f. \_\_\_\_\_

**Risco Mejía Carmen Josefa**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE ENFERMERIA**


**AUTORIZACIÓN**

Yo, **Quintana Ocaña Estefany Solange**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024**, cuyo contenido, ideas y criterios es de nuestra exclusiva responsabilidad y total autoría.

**Guayaquil, a los 02 del mes de septiembre del año 2024**

**AUTORA:**

  
f. \_\_\_\_\_

**Quintana Ocaña Estefany Solange**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE ENFERMERIA**

**AUTORIZACIÓN**

Yo, **Risco Mejía Carmen Josefa**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024**, cuyo contenido, ideas y criterios es de nuestra exclusiva responsabilidad y total autoría.

**Guayaquil, a los 02 del mes de septiembre del año 2024**

**AUTORA:**



f. \_\_\_\_\_

**Risco Mejía Carmen Josefa**

# REPORTE COMPILATION



## Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte



|  |   |   |
|--|---|---|
| <b>Nombre del documento:</b> Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte.docx<br><b>ID del documento:</b> 9c322bcad20a4ee2838a027ab5ed8d7a64dc35a<br><b>Tamaño del documento original:</b> 4,43 MB<br><b>Autores:</b> Quintana Ocaña Estefany Solange<br>Risco Mejía Carmen Josefa | <b>Depositante:</b> Amarilis Rita Pérez Licea<br><b>Fecha de depósito:</b> 27/8/2024<br><b>Tipo de carga:</b> interface<br><b>fecha de fin de análisis:</b> 27/8/2024 | <b>Número de palabras:</b> 15.045<br><b>Número de caracteres:</b> 106.752 |
|--|---|---|

Ubicación de las similitudes en el documento:



### Fuentes de similitudes

#### Fuentes principales detectadas

| N° | Descripciones  | Similitudes | Ubicaciones | Datos adicionales                     |
|----|--|-------------|-------------|---------------------------------------|
| 1  | Explorando los Desafíos Actuales en la Gestion de Carga Laboral y Salud ... #02a2fa<br>El documento proviene de mi grupo<br>10 fuentes similares   | 1%          |             | Palabras idénticas: 1% (234 palabras) |
| 2  | www.cso.go.cr<br><a href="https://www.cso.go.cr/legislacion/notas_tecnicas_preventivas_insh/NTP-544-Estimacion-de-la-carg...">https://www.cso.go.cr/legislacion/notas_tecnicas_preventivas_insh/NTP-544 - Estimacion de la carg...</a><br>23 fuentes similares   | 1%          |             | Palabras idénticas: 1% (224 palabras) |
| 3  | estrucplan.com.ar   Estimación de la carga mental de trabajo: el método NASA TLX...<br><a href="https://estrucplan.com.ar/estimacion-de-la-carga-mental-de-trabajo-el-metodo-nasa-tlx-parte-2/">https://estrucplan.com.ar/estimacion-de-la-carga-mental-de-trabajo-el-metodo-nasa-tlx-parte-2/</a><br>15 fuentes similares | 1%          |             | Palabras idénticas: 1% (223 palabras) |
| 4  | dspace.umh.es<br><a href="http://dspace.umh.es/bitstream/11000/27348/1/MONTENEGRO_MOURE_CARLOS_TFM.pdf">http://dspace.umh.es/bitstream/11000/27348/1/MONTENEGRO_MOURE_CARLOS_TFM.pdf</a><br>16 fuentes similares   | 1%          |             | Palabras idénticas: 1% (215 palabras) |
| 5  | repositorio.ucsg.edu.ec<br><a href="http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/21667/1/T-UCSG-POS-MSSGL-7.pdf">http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/21667/1/T-UCSG-POS-MSSGL-7.pdf</a><br>4 fuentes similares  | 1%          |             | Palabras idénticas: 1% (208 palabras) |

Fuentes con similitudes fortuitas

## **AGRADECIMIENTO**

Primero, agradezco a Dios, quien me ha guiado y me ha dado la fortaleza para seguir adelante a lo largo de este tiempo. A mi Divino Niño, que me ha bendecido con sabiduría e inteligencia para culminar mi carrera, le debo una profunda gratitud.

A mis padres, quienes han sido mi pilar fundamental en este camino, les agradezco por su amor incondicional y su apoyo constante a lo largo de mis estudios. A mi esposo y a mi hijo, que son mi mayor tesoro y la razón por la cual doy lo mejor de mí cada día, les agradezco con todo mi corazón.

A todas las personas que de una u otra forma me han apoyado, les agradezco sinceramente por su ayuda y aliento.

Un agradecimiento especial a mi tutora, la Dra. Amarilis Pérez Liceo, quien con su vasto conocimiento y dedicación supo guiarme en el desarrollo de esta tesis desde el principio hasta su culminación.

**Quintana Ocaña Estefany Solange**



## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco en primera instancia a Dios, quién me otorgó la vida y bendiciones en todo este tiempo; a mi padre Celestial, que con su infinito amor me dio la sabiduría e inteligencia suficiente para terminar este ciclo en mi vida.

Deseo manifestar mi más sincero agradecimiento y amor a mi esposo, hijos y cuñadas, por todo el apoyo que me brindaron para que yo pueda culminar esta etapa académica, asimismo su demostración de valores y virtudes se constituyeron en verdaderos ejemplos y se plasmaron en mi ser de manera perenne.

Agradezco a toda mi familia, en los que he podido confiar y apoyarme para seguir mi camino.

Gracias a los directivos de la Institución donde se realizó mi investigación, los cuales me brindaron la información necesaria para la realización de la presente tesis.

Agradezco a mi tutora, la Dra. Amarilis Pérez Licea, quien con sus conocimientos supo guiarme en el desarrollo de la presente tesis desde el principio hasta su culminación.

**Risco Mejía Carmen Josefa**

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis a Dios, por ser mi guía y mi fortaleza a lo largo de mi carrera. A mis padres, quienes han sido mi apoyo constante y mi fuente de inspiración para seguir adelante los años con todo mi corazón. A mi hijo, que ha sido mi mayor motivación y el ejemplo que me impulsa a no rendirme, con la esperanza de ser un modelo a seguir para él.

A mi esposo, por su apoyo incondicional en los momentos más difíciles, y por transmitirme su fortaleza, las cuales me han mantenido firme y constante en este camino.

**Quintana Ocaña Estefany Solange**

## **DEDICATORIA**

Dedico esta investigación a Dios, quien me ha dado la sabiduría para continuar con mi camino, por todo el amor que Él brinda a mi vida, por la valentía y fuerza que me entrega, lo cual me ayudó a superar los obstáculos que se presentaron desde el inicio hasta el final de esta travesía.

A mi esposo, por constituirse en el apoyo incondicional en mi vida, por ser esa persona que me transmite su energía y fortaleza, las cuales me hicieron mantenerme firme y constante para seguir este camino.

A mis hijos, quienes son mi tesoro más preciado y mi más grande motivación para progresar y construir un mejor futuro.

A mis cuñadas, por toda la ayuda incondicional que me han brindado a lo largo de este recorrido.

**Risco Mejía Carmen Josefa**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
CARRERA DE ENFERMERÍA**

**TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN**

f. \_\_\_\_\_

**LCDA. ANGELA OVILDA, MENDOZA VINCES, MGs.**

DIRECTORA DE CARRERA

f. \_\_\_\_\_

**LCDA. MARTHA LORENA, HOLGUÍN JIMÉNEZ, MGs.**

COORDINADORA DEL ÁREA DE UNIDAD DE TITULACIÓN

f. \_\_\_\_\_

**DR. OVIEDO PILATAXI, LUIS ALBERTO, MGs.**

OPONENTE

# ÍNDICE GENERAL

|   |      |
|---|------|
| RESUMEN .....                                       | XVI  |
| ABSTRACT.....                                       | XVII |
| INTRODUCCIÓN .....                                  | 2    |
| CAPITULO I.....                                     | 3    |
| 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....                  | 3    |
| 1.1. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN .....               | 5    |
| 1.2. JUSTIFICACIÓN.....                             | 6    |
| 1.3. OBJETIVOS.....                                 | 7    |
| 1.3.1. OBJETIVO GENERAL.....                        | 7    |
| 1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS.....                   | 7    |
| CAPÍTULO II.....                                    | 8    |
| 2. FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL.....                   | 8    |
| 2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN .....         | 8    |
| 2.2. MARCO CONCEPTUAL .....                         | 11   |
| 2.2.1. Sobrecarga Laboral .....                     | 11   |
| 2.2.2. Causas de la sobrecarga laboral .....        | 11   |
| 2.2.3. Niveles de afectación de la sobrecarga ..... | 12   |
| 2.2.4. Cuestionario NASA TLX .....                  | 12   |
| 2.2.5. Consecuencias .....                          | 15   |
| 2.3. MARCO LEGAL .....                              | 19   |
| CAPÍTULO III.....                                   | 21   |
| 3. DISEÑO METODOLÓGICO .....                        | 21   |
| 3.1. Tipo de estudio .....                          | 21   |
| 3.2. Diseño:.....                                   | 21   |
| 3.3. Población y muestra.....                       | 21   |

|  |    |
|--|----|
| 3.4. Criterios de inclusión y exclusión:.....  | 21 |
| 3.5. Procedimiento para recolección de información .....   | 22 |
| 3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos .....   | 22 |
| 3.7. Procedimientos para garantizar aspectos éticos en las investigaciones con sujetos humano..... | 22 |
| 3.8. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....   | 23 |
| 4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS .....   | 26 |
| 4.1. Características Sociodemográficas .....   | 26 |
| 4.2. Consecuencia de la sobrecarga laboral .....   | 37 |
| 5. DISCUSIÓN .....   | 40 |
| 6. CONCLUSIONES .....  | 42 |
| 7. RECOMENDACIONES.....  | 43 |
| 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....   | 44 |
| ANEXOS .....   | 55 |
| Imágenes de Recolección de Datos.....  | 57 |
| Cuestionario De Preguntas .....  | 59 |

## ÍNDICE FIGURAS

|   |    |
|---|----|
| Figura 1: Niveles de afectación de la sobrecargada en el ser humano.....                        | 12 |
| Figura 2: Características Sociodemográficas de los profesionales de enfermería<br>.....         | 26 |
| Figura 3: Capacidad mental y de percepción en el cumplimiento de sus<br>actividades.....        | 27 |
| Figura 4: Clasificación de las tareas según la exigencia mental.....                            | 28 |
| Figura 5: Nivel de Actividad física que implementa para cumplir los cuidados                    | 29 |
| Figura 6: Clasificación de las tareas según la exigencia física .....                           | 30 |
| Figura 7: Nivel de presión por el ritmo de las labores o los componentes de esas<br>tareas..... | 31 |
| Figura 8: Ritmo de las tareas durante los turnos de trabajo .....                               | 32 |
| Figura 9: Nivel de Resultados .....   | 33 |
| Figura 10: Grado de esfuerzo para satisfacer o cumplir sus objetivos.....                       | 34 |
| Figura 11: Éxitos en sus objetivos establecidos .....   | 35 |
| Figura 12: Emociones durante la tarea .....   | 36 |
| Figura 13: Consecuencias Biológicas por la sobrecarga laboral .....                             | 37 |
| Figura 14: Consecuencias psicológicas por la sobrecarga laboral .....                           | 38 |
| Figura 15: Consecuencias sociales por la sobrecarga laboral.....                                | 39 |

## RESUMEN

Cuando un trabajador decide o es requerido por su empleador a aumentar su carga horaria laboral más allá de lo habitual, puede experimentar consecuencias negativas debido a la sobrecarga laboral. **Objetivo:** Determinar las consecuencias de la sobrecarga laboral en el personal de enfermería. **Metodología:** Se realizó el estudio descriptivo/cuantitativo, con diseño prospectivo de naturaleza transversal. **Instrumento:** Encuesta, test NASA TLX. **Técnica:** Observación directa. **Población y Muestra:** 81 profesionales de unidad de cuidados intensivos intermedios (11 licenciados), unidad de cuidados intensivos adultos (40 licenciados), unidad de cuidados intensivos neonatales (30 licenciados). **Resultados:** Respecto a los datos sociodemográficos reflejaron que el 51% tiene entre los 28 a 33 años, 53% mujeres, 62% de zonas urbanas, 48% 2-4 años de experiencia en UCI, 94% trabaja entre 48-50 horas semanales, 49% son de UCIA. En cuanto a las exigencias mentales, 38% considera su capacidad mental y de percepción para cumplir las actividades en nivel alto y complejas (49%); físicas: 65% en nivel alto la actividad física durante su jornada laboral y rápidas (49%); temporales: 52% perciben nivel alto de presión por el ritmo de sus labores, con ritmo rápido y frenético; rendimiento: 40% trabaja en nivel alto para conseguir sus resultados/objetivos, 38% estuvieron satisfechos por el éxito de sus objetivos; frustración: 41% se ha sentido inseguro. **Conclusión:** se ha verificado que el 99% del personal de enfermería reportan molestias musculares por las exigencias físicas, mentales y también, tienen dificultad para dormir.

**Palabras Clave:** Consecuencia, Enfermería, Sobrecarga laboral, Test Nasa TLX, Unidad de Cuidados Intensivos



## ABSTRACT

When a worker decides or is required by his or her employer to increase his or her workload beyond what is usual, he or she may experience negative consequences due to work overload. **Objective:** Determine the consequences of work overload in nursing staff. **Methodology:** The descriptive/quantitative study was carried out, with a prospective cross-sectional design. **Instrument:** Survey, NASA TLX test. **Technique:** Direct observation. **Population and Sample:** 81 professionals from the intermediate intensive care unit (11 graduates), adult intensive care unit (40 graduates), neonatal intensive care unit (30 graduates). **Results:** Regarding the sociodemographic data, they reflected that 51% are between 28 and 33 years old, 53% women, 62% from urban areas, 48% 2-4 years of experience in the ICU, 94% work between 48-50 hours per week, 49% are from UCIA. Regarding mental demands, 38% consider their mental and perceptual capacity to carry out high-level and complex activities (49%); physical: 65% at a high level of physical activity during their work day and fast (49%); temporary: 52% perceive a high level of pressure due to the pace of their work, with a fast and frenetic pace; performance: 40% work at a high level to achieve their results/objectives, 38% were satisfied with the success of their objectives; Frustration: 41% have felt insecure. **Conclusion:** it has been verified that 99% of nursing staff report muscle discomfort due to physical and mental demands and also have difficulty sleeping.

**Keywords:** Consequence, Nursing, Work overload, Nasa TLX Test, Intensive Care Unit

## INTRODUCCIÓN

La enfermería es un campo esencial que incluye una serie de actuaciones individuales, grupales y hasta en comunidades; es considerada como una profesión humanitaria, ya que está en contacto consecutivo y directo con los pacientes-entorno, requiriendo una combinación de conocimientos técnicos y habilidades interpersonales, ya que implica tratar con personas en situaciones vulnerables, lo que podría llegar a tornarse perjudicial por la carga laboral y compromiso humano/profesional que esto conlleva (1).

De acuerdo al Consejo Internacional de Enfermeras (o) (CIE), indican que el bienestar en el balance mental de los profesionales de primera línea, es primordial para el funcionamiento a calidad de todo un equipo, ya sea este administrativo, asistencial o investigativo; reflejando su importancia, en que el 25% de alteraciones o enfermedades neurológicas/mentales, son por la sobrecarga en el trabajo, resultando así, en el 2020, por la epidemia del Sars-Cov2, el 95% de países informaron que el personal de salud se encuentra colapsado (2).

Además, el trabajo digno, adecuado y apropiado para todo trabajador, es un derecho que se debe cumplir para poder desempeñar acciones establecidas conforme a su perfil de contratación, en un ámbito de integridad física, social, seguridad etc (3). Por lo tanto, el propósito del trabajo fue determinar las consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024; basándonos en lo anterior dicho, la actual investigación fue de nivel descriptivo, cuantitativo, prospectiva y transversal; donde aplicamos la técnica cuestionario de preguntas para obtener del personal consecuencias de la sobrecarga laboral, características sociodemográficas, perfil clínico.

## CAPITULO I

### 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La sobrecarga laboral en profesionales de enfermería es uno de los temas más graves y extendido en muchos sistemas de atención médica, al encontrarse con una gran cantidad de responsabilidades y tareas diarias, como administrar medicamentos, realizar curaciones, monitorear signos vitales y atender las necesidades básicas de los pacientes; además, a menudo tienen que lidiar con turnos largos, falta de personal, aumento de demandas de atención y horarios irregulares, lo cual puede tener un impacto en su bienestar físico y mental (4).

Anunciado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) & la Organización Internacional del Trabajo (OIT)-2020 (5), el exceso por el trabajo estuvo relacionado con 897.241 accidentes, entre ellos, están los trastornos cerebros vasculares-coronarias, ansiedad, burnout, consumo excesivo de tabaco/alcohol/café, lo que aumenta el peligro de patologías secundarias en un 57%, de la cual, estaría relacionado por trabajar más de 50 horas semanales, personal con a 34 a 46 años, con experiencia entre 6 a 11 años, de áreas críticas (6).

La Unicef sitúa en un 20% la tasa de abandono prematuro en Europa. En Portugal, Bélgica y también España sufren déficit de enfermeras por renunciadas debido a la carga, con la necesidad de captar a profesionales extranjeros (7). En Galicia, la Xunta precisa realizar convocatorias anuales de acogida a profesionales extranjeros para asumir 830 puestos de trabajo vacantes en distintos centros asistenciales (8).

En Latinoamérica, varias asociaciones de la salud mental, han manifestado que el personal enfermero se encuentra en riesgo por la insatisfacción en el trabajo, falta de tiempo a su vida personal, trabajar bajo presión, déficit de profesionales y este es el principal causante a las consecuencias por sobrecarga, porque, según esta Organización Panamericana de la Salud (OPS), debe haber 23 enfermeros por 10.000 habitantes para poder brindar servicios esenciales y solo hay 11.2 en promedio (9).

En Ecuador, existe entre el 71% al 86% de consecuencias por la carga excesiva de trabajo en los trabajadores de primera línea (enfermería), debido a las horas excesivas de trabajo laborar en la misma área y realizar actividades repetitivas, demanda de pacientes, vivir a 2 horas de la institución, etc. Reportando, repercusiones biológicas, como trastornos cardiovasculares, sexuales, dermatológicos, seguido, de demandas psicológicas, como síndrome de Burnout y dificultad para dormir, junto, al consumo excesivo de alcohol/café/tabaco y absentismo laboral; la mayoría de los trabajadores tienen entre los 34 a 55 años, tienen más de 12 años de experiencia. Por ende, se aplicó instrumentos llamados NASA TLX, junto a una encuesta con el objetivo de obtener la parte sociodemográfica, complicaciones, las exigencias y carga laboral que se ve expuesto el personal de enfermería que reportan sobrecarga laboral, en la cual, está afectado el rendimiento, frustración, exigencias mentales y carga mental (10).

Estas consecuencias negativas se manifiestan en numerosos trastornos psicosomáticos, cuadros emocionales desadaptativos y alteraciones en el comportamiento profesional que presentan muchos individuos con profesiones que requiere la habilidad de ayudar, como son los casos de las enfermeras/o (11). Además, aunque a menor nivel de producción, se observa que aquellos trabajadores que sucumben a la sobrecarga realizan un trabajo de menor calidad y con menores niveles de satisfacción, una vez restablecido el tiempo de descanso como consecuencia de la recuperación del equilibrio físico y psíquico (12).

Por tal motivo, nos enfocamos en el hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, ya que es uno de las principales instituciones de dicha ciudad que recepta pacientes referidos de todo el sistema de asegurados del Ecuador, donde se ha observado en el personal de enfermería trabajar más del horario que está establecido o acudir a guardias por cubrir a otros compañeros (ausentismo), agotados fácilmente cuando realizan alguna actividad, lentitud o cierto quemeimportismo en las acciones cuando hay que asistir a un paciente o procedimiento, uso inadecuado de las abreviaturas peligrosas, consumo excesivo de café/tabaco. Entonces, por todos los precedentes antes mencionados, se genera la incógnita de conocer consecuencia del exceso de trabajo en estos profesionales.

## **1.1. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

- ¿Cuáles son las consecuencias de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024?
  
- ¿Cuáles son las características sociodemográficas en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024?
  
- ¿Cuáles son las exigencias laborales que indujeron a la sobrecarga a los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos, en el Hospital del Norte de Guayaquil, Período 2023-2024?

## 1.2. JUSTIFICACIÓN

Las consecuencias debido al exceso de trabajo dentro de la enfermería, es un tema de gran relevancia y actual debido a su impacto en el balance de su salud y bienestar. La carga de trabajo excesiva puede llevar a la fatiga física y mental, aumentando el riesgo de cometer errores y afectando la calidad de la atención otorgada a otras personas; asimismo, existe la posibilidad grande de acarrear repercusiones desfavorables en la esfera personal, ya que lo limita de su tiempo libre, afecta sus relaciones personales y genera altos niveles de estrés, lo que a su vez puede llevar al agotamiento emocional y al síndrome de burnout (13).

Además, esto puede repercutir en la parte económica de manera significativa, debido a los errores médicos como respuesta de la fatiga, estrés, lo que resultaría en grandes y caros litigios legales; sumándole, la solvencia económica que aumentaría por las atenciones médicas alargadas por el déficit en la calidad de atención otorgada (14).

La sobrecarga de trabajo en el enfermero es en la actualidad una situación de preocupación y fue un eslabón para las atenciones en la pandemia, crisis o emergencias, desastres naturales, etc. En estos escenarios, los profesionales de enfermería se enfrentan a distintas demandas que superan y agravan las secuelas dentro y fuera de tu entorno (15).

Abordar este tema en el contexto del enfermero/a es fundamental porque se garantiza la calidad cuando se prestan los servicios médicos y la salud del trabajador. Por ende, es de necesidad la implementación estratégico como por ejemplo el optimizar la parte de planificación de los trabajadores, fomentar en entorno de bienestar y ayuda psicológica/emocional a los profesionales de enfermería (16); inclusive, es relevante para la promoción de un mayor grado de concientización enfocados al problema y abogar por una variabilidad positiva por parte institucional, político.

## **1.3. OBJETIVOS**

### **1.3.1. OBJETIVO GENERAL**

- Determinar las consecuencias de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024

### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Identificar las características sociodemográficas de los profesionales de enfermería con sobrecarga laboral de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024
- Determinar las exigencias laborales de los profesionales de enfermería con sobrecarga laboral de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024

## CAPÍTULO II

### 2. FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL

#### 2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Luengo C, Sanhueza O (Chile-2020), titulan su estudio como las condiciones laborales y la relación de las características sociodemográficas para el desarrollo en la perspectiva de sobrecarga debido al trabajo, en la que aplicaron el test NASA TLX, junto a una encuesta a 1389 profesionales de la salud de distintos hospitales públicos/privados; en la parte sociodemográfica: el 74% tiene entre los 28 a 33 años, 88% hombres, 77% zona urbano, menos de 5 años de experiencia en UCI (65%), de 48 a 50 horas por semana (71%); de acuerdo a los instrumentos, en las exigencias se encontró en nivel alto las exigencias mentales y físicas (81%), por lo complejo que se torna para cumplir acciones sencillas a complejas y necesitan fuerza (17).

Galeano N, Cortes S (Colombia-2023), en la revisión de varias poblaciones con la aplicación de técnicas para la recolección de información sobre las consecuencias por el estrés laboral en personal enfermero, en las que se ve reflejado por el mismo trabajador las molestias musculares (80%), como el entumecimiento o dolor por mantener una sola posición o movimientos bruscos, 55% tienen alterado protección inmunológica por presentar gripes continuas o daños en órganos por inflamarse debido al aumento del cortisol (18).

Barro, E (Ecuador-2021), el estrés y la sobrecarga son factores y el 2do problema más preocupante al nivel internacional en el bienestar mental del trabajador de enfermería, porque es el primer causante de trastorno musculoesqueléticos, sin embargo, se ha tornado tan complicado tratarlo por lo que es una problemática multicausal, que se relaciona básicamente por la cantidad de horas que se trabaja de manera semanal, área hospitalaria (compleja), años de experiencia y el sexo, exigencias, como sentir presión en la mayoría del tiempo, complicarse para el cumplimiento de su rol, sentir que no alcanza el nivel óptimo, sentir inseguridad y poco satisfecho en sus actividades, por lo que el 68% ha indicado tener un nivel alto de frustración, bajo rendimiento (50%) y exigencias mentales (19).



Almudéver L, Pérez I (España-2020), considera que las cargas por las que se desarrolla la sobrecarga son una serie de requerimientos que comúnmente se afecta más al nivel mental por parte de enfermería, por distintos factores, entre ellos está el horario de trabajo que superan las 51 horas semanales, con una trayectoria de más de una década, entre los treinta y cuatro a treinta y nueve años de edad (79%), 88% trabajan en UCI (neonatales e intermedios); aprobando que el 46% tienen exigencias altas físicas, 33% exigencias de rendimiento, y con consecuencias del consumo excesivo de tabaco/café (59%) y psicológicas, como el síndrome Burnout (20).

Acosta et al. 2022 mencionan en su estudio que se evaluó a 108 miembros del área de enfermeras de un hospital de Colombia, donde representan el 58% las féminas, la edad que prevaleció fue 28 a 33 años con el 49% y eran solteros. En cuanto a la experiencia, más de 5 años fue de 57%, seguida de quienes laboran mayores a 48 horas que corresponden a un 50%. El área con un nivel alto de sobrecarga fue UCI adultos, dándose el 52%. Según la prueba NASA-TLX, donde la demanda o exigencia física, mental, de tiempo, rendimiento y esfuerzo manifiestan niveles altos de carga laboral, significa que una de las posibles causas es por el exceso de horas semanales. Estos factores afectan tanto al personal sanitario como al paciente, ya que conllevan a una mala calidad de atención en la salud (21).

Ospina y Velásquez (2022), manifestaron que el 51% de los 35 profesionales que trabajan en la UCI para adultos en mujeres, mientras que el 50% del grupo de edad se evidencia en los 26 a 35 años, esto indica que el personal es joven y tiene mayor resistencia en las exigencias de sus tareas. Seguido de un estado civil, el 70% son solteros. Dentro de las variables de las exigencias, tienen una tasa elevada de esfuerzo (90%), eficiencia (75%), física (75%), mental (70%), frustración y temporal (55%), en la que la causante es la sobrecarga laboral (22).

En la ciudad de Panamá, Aponte et al. 2021 mencionan que el personal sanitario de UCI proporciona cuidados durante la estancia hospitalaria crítica, donde deben satisfacer las necesidades agotadoras y altamente estresantes de cada paciente como parte de su ardua labor. El profesional de enfermería enfrenta condiciones laborales inadecuadas, lo que genera desafíos como la rutina diaria, asistencial y el cuidado en la que da lugar a los desórdenes musculoesqueléticos. Más del 80% se presentan en la región lumbar, cuello y hombros (23).

Además, la edad promedio es de 34 a 39 años y el 89% eran féminas. Se ha encontrado que el 79% de enfermería en UCI presenta síntomas osteomusculares debido a que realizan actividades físicas como trabajos pesados, transferencia de pacientes, operación de equipos, entre otros. Por otro lado, el 42% lleva 6 a 11 años y una media de 51 a 60 horas de trabajo, lo que corresponde al 58%. En consecuencia, el 42% experimenta una sobrecarga de trabajo elevada, dándose en la variable de carga física con 53% y mental con 46%. En definitiva, las enfermeras sufren riesgos ergonómicos (23).

Desde el punto de vista de Martínez y González (2022), las enfermeras están crónicamente sobrecargadas, las exigencias del turno y la falta de personal hacen de por sí que no cumplan plenamente sus responsabilidades. De acuerdo con el estudio que realizaron en un hospital público de Argentina, constituido por 119 personas del área de enfermería, en el que la feminización predominó, la edad es mayor a cuarenta años. Además, los principales factores sociales son el absentismo, el consumir excesivamente alcohol, sustancias ilícitas, tabaco y cafeína, automedicación, debido a que están relacionadas con el hecho de que el profesional tiene que cumplir tareas al mismo tiempo. Estos aspectos provocan estrés para el personal de salud como tal (24).

Por otro lado, Guerrero (2022), en su investigación sobre consecuencias psicológicas como depresión, ansiedad, síndrome de burnout (SB), dificultad para conciliar el sueño en el personal de UCI neonatal de un hospital de Ecuador, sugiere que el profesional está mayormente expuesto a situaciones problemáticas, ya sea por las condiciones médicas en las que enferma el RN, incluso dentro de la unidad es un evento traumático. En la unidad neonatal, enfrentan demandas y sobrecargas emocionales, intelectuales y físicas extremadamente elevadas porque el paciente críticamente enfermo es un RN. Por ende, la exigencia psicológica o mental en la jornada laboral se manifiesta de manera intensa, dándose como factor de riesgo del cansancio y la carga laboral en la unidad crítica (25).

Según el informe de Bustamante (2021), enfermería tiene un mayor índice de carga de trabajo, lo que indica que cada enfermero dedica aproximadamente 21 horas a administrar medicación. De esta manera, se puede evidenciar que los pacientes consumen gran cantidad de los profesionales de salud. Asimismo, se muestran niveles altos o extremos de sobrecarga laboral dándose con el 65%. En las

categorías, la carga física y mental se consideró en un 54%. Por lo tanto, las enfermeras experimentan estrés y agotamiento, lo que puede afectar su vitalidad si no pueden desempeñar sus funciones adecuadamente (26).

## **2.2. MARCO CONCEPTUAL**

### **2.2.1. Sobrecarga Laboral**

Se refiere a una serie de situaciones en que una persona se encuentra o se percibe auto reprimido un exceso de tareas, obligaciones o presión en el entorno laboral (27). Esta situación puede impactar negativamente en el bienestar físico/mental de la persona, generando estrés, agotamiento, inquietud y otros problemas relacionados con el bienestar (28).

El exceso laboral puede manifestarse de diversas formas, como largos tramos de compromisos en el trabajo, intervalos ajustados, déficit de recursos o apoyo por parte de la empresa, entre otros factores (29). Este exceso de demandas laborales puede afectar la productividad, la calidad del trabajo y los vínculos interpersonales en el ámbito laboral (30).

### **2.2.2. Causas de la sobrecarga laboral**

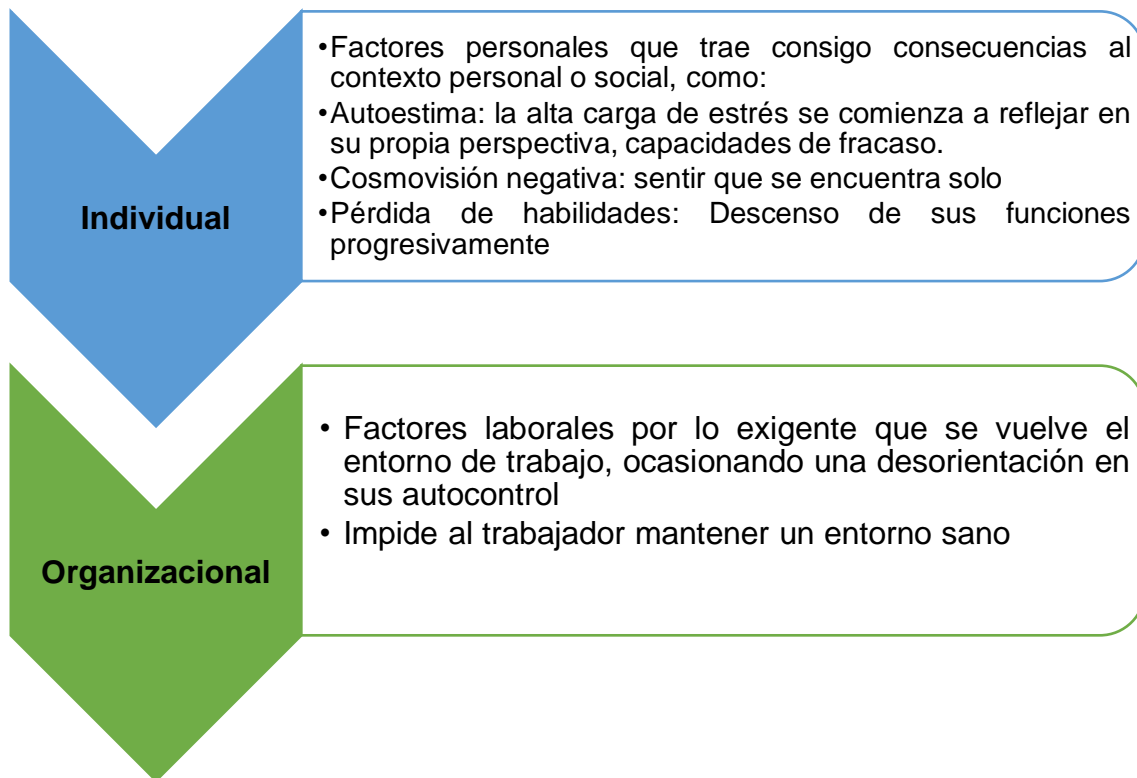
Este problema que se convertido en parte crónica debido a la calidad laboral en que se encuentra en la actualidad las personas, ya que, es considerado multicausal, sin embargo, perfilan como más consecutivos los siguientes factores:

- ❖ Tarea Repetitiva: Cuando se dedican a una sola función, con actividades que se repiten por largo tiempo y ocasionan aburrimiento; siendo uno de los detalles de trabajo más difíciles de evitar, por lo que, es parte de lo que alteraría al trabajo, causando una disminución en sus resultados (31).
- ❖ Propósito desconectado: fin por el que no puede llevar a cabo sus funciones y terminarlas, colocándolas como prioridades (31).
- ❖ Déficit de comunicación: falta de mantener conversación con el equipo de trabajo de una forma efectiva, por lo que se originan problemas tanto para llevar a cabo sus actividades, como para llevar a cumplir la meta (31).

- ❖ Desconexión con el trabajo: aquí influye la implementación del trabajo por vía internet, debido a que esto tomó fuerza por el poco contacto que debía tener las personas por la pandemia Covid-19, ocasionando alteraciones en horarios, jornadas, vida personales, etc (31).

### 2.2.3. Niveles de afectación de la sobrecarga

**Figura 1: Niveles de afectación de la sobrecarga en el ser humano**



**Realizado por:** Torres G, Troya L, González E

**Obtenido de:** Artículo sobre la sobrecarga y lo relacionado que está en con el estrés laboral (10)

### 2.2.4. Cuestionario NASA TLX

Es una técnica de gran uso para calcular el nivel de carga laboral que perciben la personas que realizan tareas diversas, desde operaciones en la industria hasta actividades en el ámbito de la salud (32). Este cuestionario contempla varios factores, como el requerimiento físico, psico mental y exigencias cognitivas, el desempeño propio, el empeño realizado y la frustración experimentada (33). Los participantes califican cada factor en una escala de Bajo (0-9), medio (10-15), alto (16-20), lo que permite obtener una medida cuantitativa de la carga de trabajo percibida.

Se ha comprobado como una herramienta de gran valor para la identificación de las áreas a mejorar en entornos laborales y diseñar intervenciones que reduzcan la percepción de la carga laboral por parte de los trabajadores. Sus capacidades para sujetar indicadores de la solvencia en la parte laboral, lo que hace especial el uso con el fin de aumentar la comprensión de retos que están expuestos los trabajadores en distintos contextos (29). Además, su aplicación no se limita a un sector específico, lo que hace ser una herramienta adaptable para evaluar la carga de la laboral en diferentes campos de trabajos. Por ende, este instrumento contiene los siguientes indicadores:

- Exigencias Mentales (34): los profesionales de la salud suelen enfrentarse a situaciones de alta complejidad y toma de soluciones críticas, lo que puede generar una carga mental destacada. El manejo de vidas humanas y la responsabilidad asociada a armonizar atenciones óptimas pueden contribuir a la presión psíquica experimentada por estos profesionales (35). El personal de enfermero a menudo trabaja en entornos de alta demanda, donde deben lidiar con una circulación continua de pacientes, acontecimientos médicos y plazos ajustados; esta sobrecarga de trabajo puede suscitar obligaciones/demandas mentales extras, ya que los profesionales deben mantener un alto nivel de concentración y desempeño cognitivos durante largas duraciones en tiempo (36). Por lo tanto, incluyen los siguientes parámetros:
  - Capacidad mental y de apreciación para cumplir acciones (37)
  - Tarea sencilla o complicada, simple o compleja, difícil o fácil (37)
- Exigencias Físicas (34): los trabajadores sanitarios consecutivamente enfrentan actividades físicamente exigentes, como trasladar pcts, ejecutar procedimientos médicos que requieren resistencia física y destrezas, junto a jornadas largas que no permite descansar adecuadamente; este indicador en el personal puede causar daño en la musculatura, cansancio e incrementar el grado de riesgos a las lesiones musculoesqueléticas; ahora, las necesidades de respuestas rápidas ante las urgencias, como aplicar el RCP (reanimación cardio-pulmonar) y transportar al afectado en condiciones

críticas, son las pocas de tantas causas que podría afectar el bienestar físico al prolongarse en los años, especialmente si hacen omisión y no toman las cartas adecuadas para reducir el peligro (38). Por lo tanto, incluyen los siguientes parámetros:

- La realización de ejercicio físico fue imprescindible. (37)
- Se trata de una labor que puede ser sencilla o complicada, que puede llevar tiempo o ser rápida, y que puede ser llevada a cabo de manera tranquila o agotadora (37)
- **Exigencias Momentáneas (34):** Se originan debido a la naturaleza misma de su trabajo, que a menudo implica horarios extensos, turnos rotativos y la necesidad de responder a situaciones imprevistas. Los profesionales de la salud suelen enfrentarse a plazos ajustados, especialmente en entornos hospitalarios y de emergencia, donde la atención inmediata y eficiente es fundamental para sostener la vida plena de los pacientes (39). Además, el personal de salud puede experimentar presión temporal debido a la necesidad de cumplir con protocolos médicos, realizar documentación detallada de cada caso clínico y coordinar el trabajo en equipo en un marco temporal específico; esta presión por cumplir con múltiples tareas en un lapso limitado puede generar estrés y ansiedad, impactando tanto en su desempeño laboral como en su bienestar emocional (40). Por lo tanto, incluyen los siguientes parámetros:
  - Presión de tiempo sintió, debido al ritmo (37)
  - Ritmo lento y pausado, unas que otras veces lento y rápido, rápido y frenético (37)
- **Rendimiento (34):** Las causas se incluyen la sobrecarga, agotamiento de las 2 esferas, falta de recursos adecuados, la falta de apoyo institucional, la exposición a situaciones traumáticas y el estrés crónico (41). Por lo tanto, incluyen los siguientes parámetros:
  - He tenido que esforzarme para lograr el nivel de rendimiento que deseo (37)
- **Esfuerzo (34):** la presión por brindar atención de alta calidad en un entorno donde los materiales suelen ser limitados o insuficientes, puede llevar al personal de salud a realizar esfuerzos adicionales para compensar estas deficiencias; esto puede incluir laborar horas adicionales, asumir

responsabilidades adicionales y realizar tareas más allá de su alcance habitual(18). El deseo de proporcionar el mejor cuidado posible a los pacientes, combinado con la responsabilidad ética y profesional que sienten los trabajadores de la salud, también, puede conducir al sobre esfuerzo; este compromiso con la excelencia en la atención médica puede llevar al trabajador a extenderse más allá de sus límites normales para garantizar el bienestar de quienes atienden (42). Por lo tanto, incluyen los siguientes parámetros:

- Considera que ha logrado cumplir con los objetivos trazados (37)
- Nivel de satisfacción respecto a su desempeño (37)
- **Sentimiento de descontento** (34): Algunas de las causas comunes de la frustración incluyen la falta de recursos adecuados, la burocracia administrativa, la falta de reconocimiento, la carga emocional derivada de situaciones difíciles y la carencia de dominio sobre las elecciones clínicas. La burocracia, por ejemplo, las diligencias excesivas, procedimientos engorrosos y peso administrativo adicional, se ha comprobado que es fuente directa para ocupar el tiempo de la enfermera, porque direcciona su visión hacia estos papeles, que atender con exactitud las dolencias del pcte. Sentirse poco valorado o percibir que su trabajo no es apreciado puede minar la motivación y el compromiso con la profesión. Por lo tanto, incluyen los siguientes parámetros:
  - Grado ha experimentado inseguridad, desaliento, irritación, tensión o preocupación durante la intervención (37)
  - Durante la tarea, en qué medida se ha experimentado confianza, alegría, tranquilidad y satisfacción (37)

### 2.2.5. Consecuencias

#### **Biológicas**

**Estado inmunológico:** el grado y la eficiencia en la funcionabilidad del inmunosistema de las personas, son el grupo de célula, tejidos y órganos que funcionan juntos para la protección al cuerpo de microorganismos de cualquier tipo, aquí, también incluye las de gen celular neoplásico

La sobrecarga en el trabajo aumenta los niveles de cortisol y consigo el estrés que podría resultar de tipo crónico, debilitando las defensas del organismo, alterando el sueño/descanso y haciéndolo más vulnerable a enfermedades o infecciones virales/bacterianas, como los resfriados (43).

**Molestias Musculares:** Suelen presentar como dolor, entumecimiento, angustia o rigidez en distintas zonas, como el cuello, hombro, brazo, espalda; esto, puede originarse por actividades repetitivas, posiciones irritantes o levantar cosas pesadas mientras se labora; ahora bien, la sobrecarga es el resultado de constantes presiones físicas, mentales, que somete al cuerpo, musculatura, sistema esquelético y más en funciones exigentes repetitivas; añadiéndole, que todo estos factores pueden provocar un aumento del ácido láctico, por lo que influye que la parte muscular sea rígida y provoque malestar.

Las exigencias físicas, mentales que el profesional tiene en sus turnos, por ejemplo, la presencia de actividad física alta debido al manejo de una tarea entre rápida, difícil y cansada, también, por la presión que ejerce el ritmo en que se desarrollan sus actividades (37).

**Trastornos intestinales:** El exceso de trabajo, las largas jornadas laborales y la presión constante pueden desencadenar respuestas fisiológicas de estrés, que pueden impactar adversamente en el digestivo (44). Incluso, influyen en los hábitos alimenticios y en la capacidad para mantener una dieta equilibrada, lo que a su vez puede desbalancear este equilibrio (45).

**Trastornos vasculares:** esto interviene en el proceso de la sobrecarga por el impacto que tiene el modo de vivir perezosa y estresante en el sistema circulatorio; el pasar largas horas sentado o de pie, el no realizar ejercicio físico de forma regular, pueden contribuir al desarrollo de trastornos vasculares como la insuficiencia venosa o la formación de coágulos sanguíneos (46). Además, el estrés crónico asociado a la sobrecarga laboral puede desencadenar respuestas fisiológicas que afectan el balance vascular, el desarrollo de problemas cardiovasculares la inflamación sistémica (47)

**Trastornos Dermatológicos:** Cuando estamos sometidos a una gran presión en el trabajo, nuestro cuerpo libera hormonas relacionadas con el estrés, por ejemplo, el cortisol, lo cual puede desencadenar dificultades en la piel como acné, eczema



o psoriasis (48). Inclusive, el estrés puede afectar negativamente nuestro sistema inmunológico, lo que a su vez puede exacerbar condiciones dermatológicas preexistentes (49). Asimismo, el descuido de la higiene personal y el sueño debido a la sobrecarga laboral pueden contribuir a la aparición de trastornos en la piel

**Trastornos sexuales:** pueden generar altos niveles de estrés, lo que a su vez puede afectar la libido, la capacidad de estimulación y rendimiento sexual; esto puede interferir con la producción de hormonas sexuales, afectando así la función sexual. La sobrecarga laboral puede reducir el tiempo y la energía disponibles para mantener una vida sexual satisfactoria (50).

### **Psicológicas**

**Ansiedad:** Se caracteriza por sentimientos de preocupación, nerviosismo o miedo intensos que pueden interferir con el rendimiento en el trabajo y excelencia del desempeño de vida. Entre los causales, se encuentra el estrés crónico derivado de la naturaleza exigente y emocionalmente desafiante del trabajo en el ámbito sanitario. Otros factores como brindar atención de calidad, tomar decisiones rápidas y precisas, y lidiar con situaciones difíciles como emergencias médicas o el sufrimiento de los pacientes, junto a la falta de apoyo emocional y la dificultad para desconectar del trabajo pueden agravar los síntomas (51)

**Depresión Crónica:** La ansiedad es un trastorno mental bastante frecuente en la sociedad actual. Implica un estado de ánimo persistentemente deprimido o la pérdida del placer o el interés por actividades significativas durante extensos periodos de tiempo (52)

**Síndrome de Burnout:** problema grave que en estos tiempos afecta a bastante trabajadores de la salud; siendo, una de las causas principales la carga laboral excesiva y la presión constante a la que son expuestos los enfermeros en su día a día, también, la falta de personal, déficit de reconocimientos por el arduo trabajo, los turnos largos, constante exposición ante el sufrimiento/padecimientos que ocasiona la pérdida de la empatía y la necesidad de tomar decisiones rápidas y precisas pueden generar un agotamiento físico y emocional importante (53) (54).

**Suicidio:** decisión que toma el ser humano de atentar con su propia vida de forma deliberada y voluntaria, consecutivamente ocasionado por sentimientos de

desesperación o sufrimiento; manifestándose con abusos a productos tóxicos, auto dañarse o ahorcarse (55).

**Dificultad para dormir:** o en otras palabras insomnio, es la situación consecutiva que se desarrolla por trabajar en turnos rotativos o de noche, esto se puede ocasionar por diferentes causales, entre ellos está el desajuste del ritmo circadiano que altera el sueño. Otra causa puede ser el estrés y la ansiedad relacionados con la carga laboral y las responsabilidades propias del trabajo en el ámbito sanitario (56) (30)

### **Sociales**

**Aislamiento:** situación laboral en que experimentan una desconexión emocional o falta de conexión interpersonal con sus colegas de trabajo, pacientes y el entorno laboral en su totalidad. Esta falta de conexión puede provocar consecuencias desfavorables en su salud mental, emocional, y en última instancia, en su eficacia laboral y satisfacción en el trabajo (57).

**Consumo excesivo de alcohol, drogas, tabaco:** hace referencia al hábito que tienen las personas para fumar una gran cantidad de ese producto, los cuales ya sobrepasan lo recomendado por distintas instituciones, lo cual ocasiona complicaciones para el bienestar físico/mental (28). La presión y estrés del trabajo ocasiona que el personal sanitario fume para intentar disminuir la ansiedad y cansancio (58).

**Absentismo laboral:** La ausencia en el trabajo que ejerce enfermería puede deberse a diversos factores, entre ellos, la fatiga física y mental causada por las exigencias de trabajo intensos, los turnos rotativos y a la presentación constante a situaciones estresantes en el entorno sanitario. Esta falta de asistencia, ya sea de manera puntual o prolongada, impacta significativamente en el rendimiento y la excelencia de la atención proporcionada a otras personas que acuden hacia el profesional (59).

**Consumo excesivo de café:** se refiere al hábito de ingerir grandes cantidades de esta bebida estimulante, muchas veces como una forma de mantenerse despiertos y alerta durante los turnos largos y exigentes (60). Una de las causas principales

de este comportamiento es la necesidad de combatir la fatiga y el cansancio asociados al trabajo en horarios irregulares y a la carga laboral intensa.

La cultura del consumo de café como parte integral de la rutina laboral, junto con la creencia errónea de que el café es la única solución para sobrellevar el estrés y la privación del sueño, así como otros factores en este hábito; esto, trae consigo efectos negativos en la salud, como alteraciones en el sueño, irritabilidad, nerviosismo y problemas gastrointestinales (61).

### **2.3. MARCO LEGAL**

#### **Ley de la Constitución del Ecuador**

Según el Art. 32: el bienestar es una norma garantizada por el gobierno, es un derecho permanente y está vinculado a otros como el agua, la educación de niños y jóvenes, la alimentación, el trabajo y un medio ambiente sano, donde tienen una apertura permanente, oportuna, entre otras. Para ello, ofrecer una atención de calidez y calidad integral (62).

#### **Labor y protección social**

En el Art. 33, laborar es una potestad y a su vez una obligación, siendo un derecho de economía, fuente de realización individual y entre otros. El gobierno garantiza aquellos empleados el pleno respeto a su soberanía, una bienestar digno, sueldos y salarios justos, buenas prácticas laborales, que son libres de elegir o aceptar (62).

#### **Ley de la salud**

El derecho a la vitalidad y seguridad, en el Art. 1, es el objeto de gestionar actividades que permitan la realización de la potestad universal de la vida, establecido por la Constitución. Dentro de los muchos principios como justicia, verdad, empatía, universalidad, inviolabilidad, oportunidad, abundancia, calidad y, entre otros, también hay derechos como el acceso multirracial, el género, la generación y la biología (63).

#### **Código de trabajo**

En el Artículo 3 de libertad de labor y contratar: el empleado tiene derecho a trabajar diligentemente. No se podrá realizar ningún trabajo, gratuito o remunerado, que no esté exigido por la ley, siendo caso urgente o necesidad de inmediato auxilio. Por

ende, nadie estará obligado a laborar sin ser contratado y remunerado correctamente (64).

Se menciona en el Art. 47, labor durante el turno: constará durante un período de trabajo de cuarenta horas por semana, con una duración diaria no superior a ocho horas, independientemente de las disposiciones legales (64).

Dentro del Artículo 51, duración del descanso: es el tiempo al que tienen derecho todos los trabajadores que laboran en el horario que les corresponde según la naturaleza del trabajo realizado. Dentro de al menos 48 horas consecutivas (64).

Art. 69 vacaciones al año: todo empleado gozará de 15 días de descanso, incluyendo los días no laborables. Quienes hayan trabajado en la misma empresa durante 5 años, recibirán 1 día adicional de compensación por cada año o recibirán una remuneración que corresponda a los días excedentes (64).

### **Bienestar y protección en el trabajo**

Artículo 16 de asistencia de corporativos de salud. Los trabajadores están obligados a cumplir estrictamente con aquellos deberes establecidos en el Art. 425 que se dan en el Código de Trabajo. La prestación de salud promueve la cooperación con la ayuda de protección y vitalidad en el trabajo (65).

Art. 117 indican que aquellas autoridades nacionales de bienestar que colaboran junto al encargado de regular el trabajo y empleo, incluyendo la institución de asegurados sociales (IEES) establecen disposiciones sobre seguridad y vitalidad en el empleo para resguardar el bienestar de los profesionales (65).

Se menciona que, en el Art 118, el empleador debe proteger la vitalidad de los empleados proporcionándoles información adecuada, protección para los profesionales, ropa apropiada y un entorno de labor sano para prevenir, reducir o eliminar accidentes, catástrofes y la aparición de enfermedades profesionales (65).

Por otro lado, el Art 119 manifiesta que el empleador debe notificar a las autoridades las eventualidades que se dan durante el trabajo, así mismo las enfermedades o dolencias profesionales, sin perjuicio de las medidas que disponga el Ministerio de Trabajo y Empleo como IESS (65).

## CAPÍTULO III

### 3. DISEÑO METODOLÓGICO

#### 3.1. Tipo de estudio

**Nivel:** Descriptivo, porque midió las características del personal, como sexo, procedencia, áreas de trabajo, religión.

**Métodos:** Cuantitativo, a causa de que se presentarán los datos por medida estadística

#### 3.2. Diseño:

**Según el tiempo:** Prospectivo, porque es aquel en el que los investigadores observan y le aplican un método directo, recogiendo datos sobre su exposición a ciertos factores y su evolución en relación a una enfermedad o condición específica. Estos estudios comienzan con la recolección de datos desde el presente y siguen hacia el futuro.

**Según la naturaleza:** Transversal, ya que el trabajo duró solo un lapso de tiempo determinado.

#### 3.3. Población y muestra

La cantidad de participantes y la sección de una muestra para este estudio fue de 81 profesionales de enfermería que laboran en áreas de UCIM (11 licenciados), UCI adulto (40 licenciados), UCIN (30 licenciados) del hospital del Norte IESS Ceibos.

#### 3.4. Criterios de inclusión y exclusión:

##### Criterios de Inclusión:

- Profesionales de enfermería de las unidades de cuidados intensivos.
- Profesionales de este staff que estén interesados de manera voluntaria formar parte de la investigación.
- Enfermeros/a que autoricen con su firma la participación

##### Criterios de exclusión:

- Otros colaboradores de la salud

- Personal que trabaje en otras áreas que no sea motivo de estudio.
- Profesional de enfermería que no firme el consentimiento informado

### **3.5. Procedimiento para recolección de información**

**Técnica:** Observación directa

**Instrumento:**

- Encuesta para la información sociodemográfica (edades, género, procedencia, tiempo de trabajo, horas laborales a la semana, área) y consecuencias de la sobrecarga (Biológicas, psicológicas, sociales)
- Test NASA TLX para obtener las exigencias laborales que serían los posibles orígenes, entre ellas se encuentra como indicadores la exigencia mental, física, rendimiento, exigencia temporal, frustración, esfuerzo.

### **3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

La recopilación de datos de este trabajo se llevó a cabo utilizando Microsoft Excel, donde se instauraron tablas o cuadros basados en los datos recabados

### **3.7. Procedimientos para garantizar aspectos éticos en las investigaciones con sujetos humano**

- Anteproyecto aceptado por la universidad e institución
- Consentimiento informado
- Respeto ante los resultados de la investigación
- Resguardo toda la información usada en el documento

### 3.8. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

**Variable General:** Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería

| Dimensión                         | Indicador                 | Escala   |
|-----------------------------------|---------------------------|--|
| Características sociodemográficas | Edad                      | 22-27 años<br>28-33 años<br>34-39 años<br>40-45 años<br>46 años en adelante        |
|                                   | Sexo                      | Hombre<br>Mujer  |
|                                   | Zona de procedencia       | Rural<br>Urbana  |
|                                   | Tiempo de experiencia     | Menos de 5 años<br>6-11 años<br>12-17 años   |
|                                   | Horas laborales semanales | Menos de 47 horas<br>48 a 50 horas<br>51 a 60 horas<br>61 horas en adelante        |
|                                   | Área                      | Unidad de cuidados intensivos adultos<br>Unidad de cuidados intensivos intermedios |

|   |                       |   |
|---|-----------------------|---|
|   |                       | Unidad cuidados intensivos neonatales   |
| Exigencias laborales del personal de enfermería | Exigencias Mentales   | -Capacidad mental y de percepción para cumplir actividades<br><br>-Tarea sencilla o complicada, simple o compleja, difícil o fácil  |
|   | Exigencias Físicas    | -La realización de ejercicio físico fue imprescindible (37)<br><br>-Se trata de una labor que puede ser sencilla o complicada, que puede llevar tiempo o ser rápida, y que puede ser llevada a cabo de manera tranquila o agotadora |
|   | Exigencias Temporales | -Experimentó presión de tiempo, a causa del ritmo acelerado<br><br>-Ritmo lento y pausado, unas que otras veces lento y rápido, rápido y frenético  |
|   | Rendimiento (34)      | - He tenido que esforzarme para lograr el nivel de rendimiento que deseo  |
|   | Esfuerzo              | -Considera que ha logrado cumplir con los objetivos trazados (37)<br><br>-Nivel de satisfacción respecto a su desempeño (37)  |
|   | Frustración           | -Grado ha experimentado inseguridad, desaliento, irritación,  |



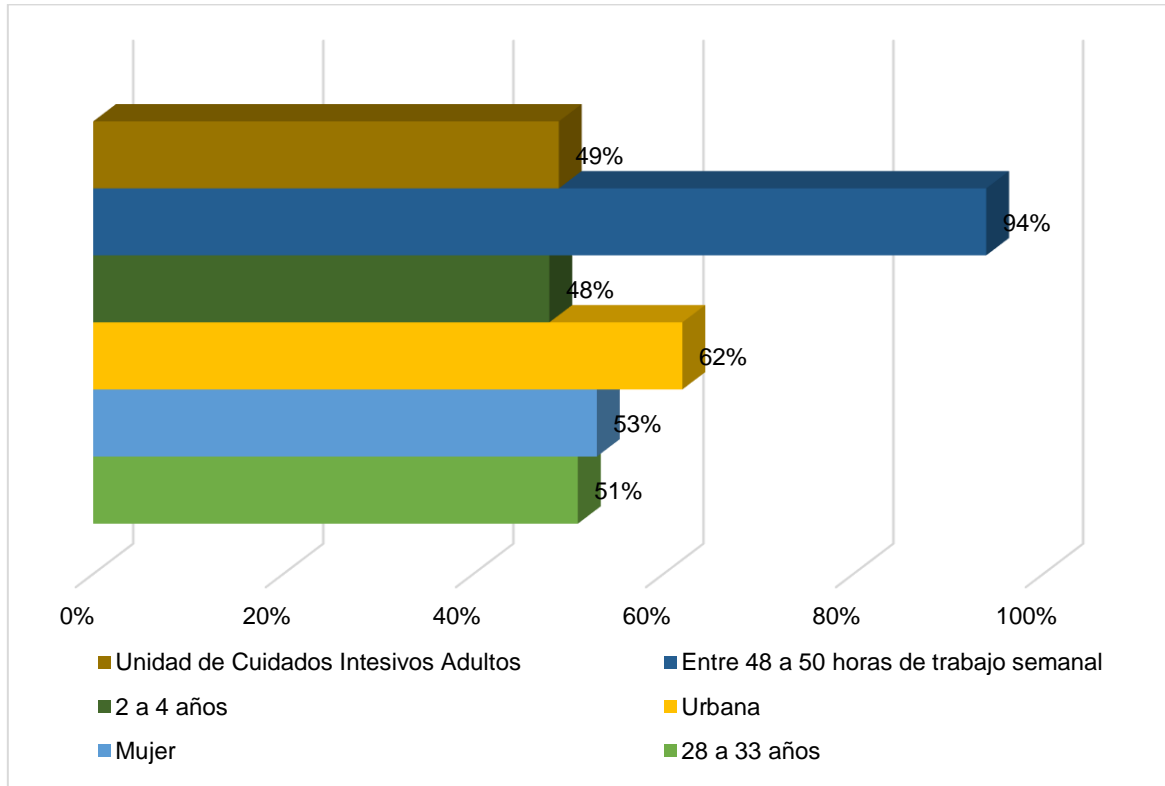
|               |              |   |
|---------------|--------------|---|
|               |              | <p>tensión o preocupación durante la intervención</p> <p>Durante la tarea, en qué medida se ha experimentado confianza, alegría, tranquilidad y satisfacción (37)</p>               |
| Consecuencias | Biológicas   | <p>Estado inmunológico</p> <p>Molestias Musculares</p> <p>Trastornos intestinales</p> <p>Trastornos vasculares</p> <p>Trastornos Dermatológicos</p> <p>Trastornos sexuales (66)</p> |
|               | Psicológicas | <p>Ansiedad</p> <p>Depresión Crónica</p> <p>Síndrome de Burnout</p> <p>Suicidio</p> <p>Dificultad para dormir (67)</p>  |
|               | Sociales     | <p>Aislamiento</p> <p>Consumo excesivo de alcohol, drogas, tabaco</p> <p>Absentismo laboral</p> <p>Consumo excesivo de café</p>   |

**Fuente:** Test NASA TLX para obtener las exigencias laborales e INSHT las cargas mentales o físicas por las consecuencias de la sobrecarga laboral en el personal de enfermería

## 4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

### 4.1. Características Sociodemográficas

Figura 2: Características Sociodemográficas de los profesionales de enfermería



Fuente: Cuestionario de Preguntas a los profesionales de enfermería

Elaborado por: Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

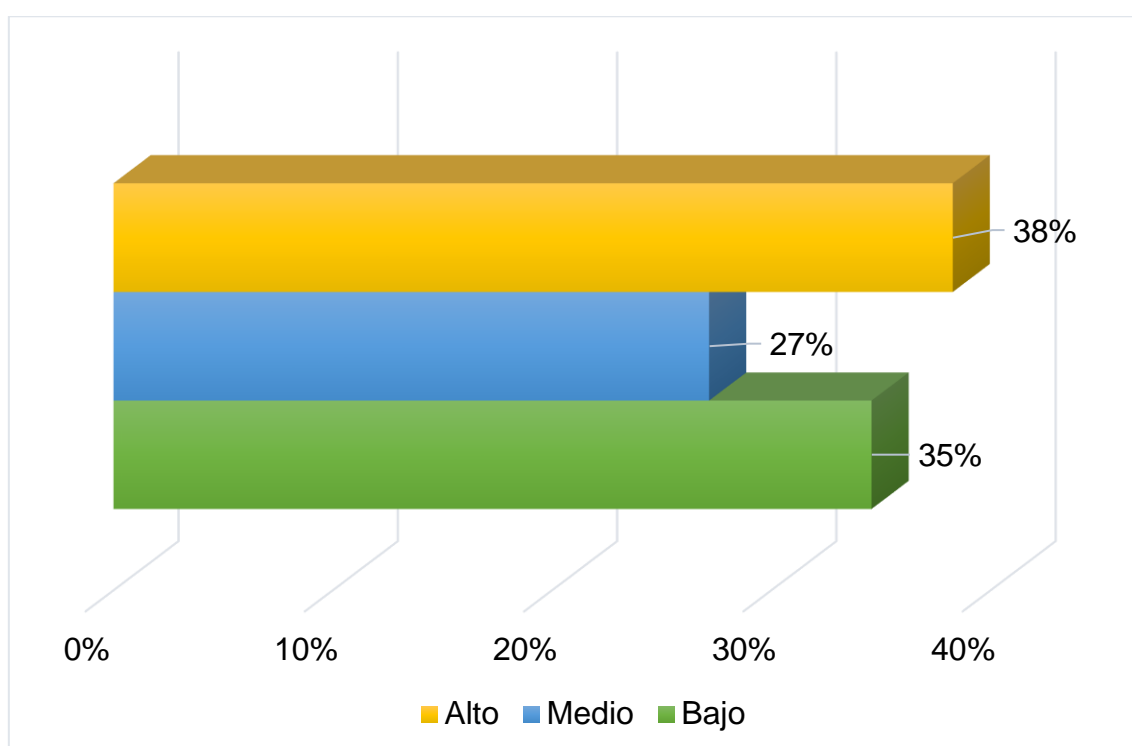
#### Análisis:

Se recolectó que el 51% del personal de enfermería tienen entre los 28 a 33 años. Aquello, se ha comprobado en varias referencias que mientras la/o enfermera/o sea más joven puede sentirse más presionado por la falta de experiencia, mientras que uno más mayor puede enfrentarse a dificultades para adaptarse a cambios en el entorno laboral (68). También, el 53% fueron mujeres, 62% pertenecieron a zonas urbanas, 48% tuvieron entre 2 a 4 años de experiencia en UCI, por lo que se encontró causales de que, el tiempo de trabajo en un área influye en el desenvolvimiento del trabajador, más aún en UCI, ya que se maneja situaciones complicadas, que un error puede culminar en el fallecimiento del pcte. El 94% trabaja entre 48 a 50 horas semanales, pese a que los horarios están por 160 horas

mensuales, el trabajo no culmina cuando salen de sus turnos, debido a que llevan trabajo a sus hogares o están en constante comunicación el compañero al que entregó guardia para cualquier novedad (69). Y el 49% de enfermeros son de unidad de cuidados intensivos adultos.

### ESCALA NASA TLX

**Figura 3: Capacidad mental y de percepción en el cumplimiento de sus actividades.**



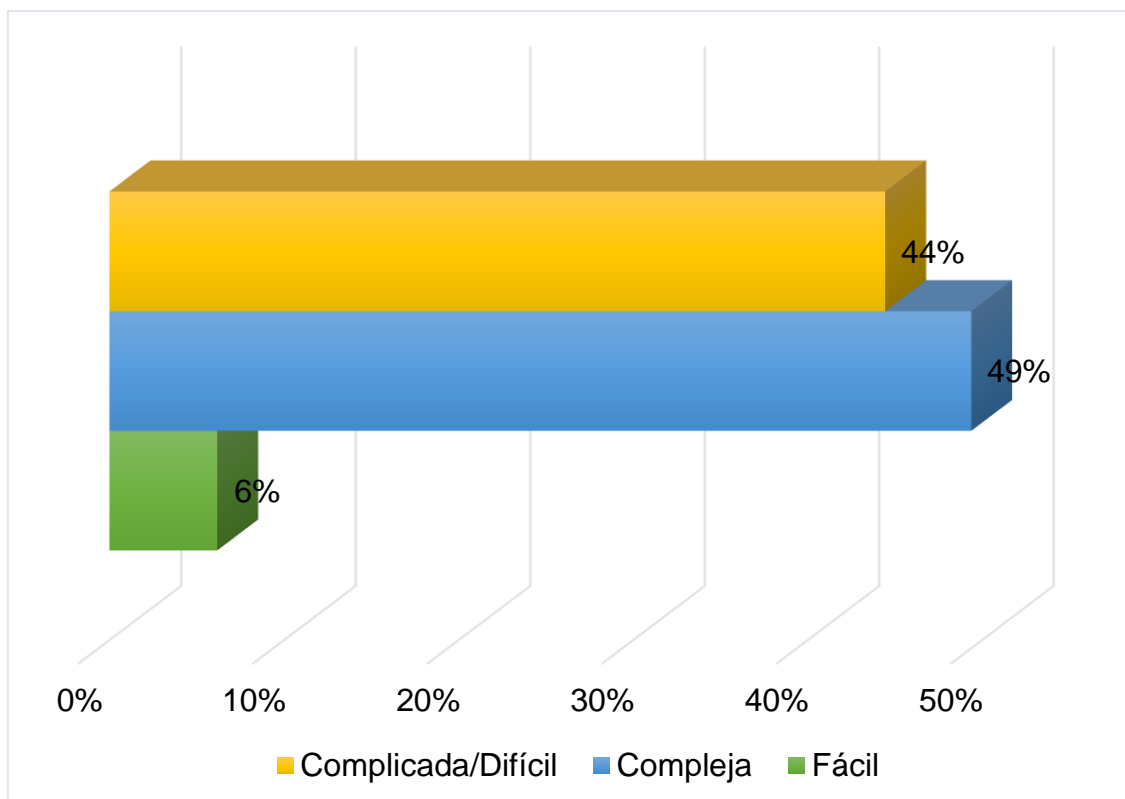
**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería  
**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

#### **Análisis:**

En base los resultados, el 38% de enfermería consideró su capacidad mental y de percepción para cumplir las actividades en nivel alto. Nos indica que esto se podría atribuir a la profesión engloba en si el ser capaces de procesar y retener grandes cantidades de información relacionadas con la salud de los pacientes, incluyendo diagnósticos, tratamientos, medicamentos y protocolos médico, entonces, esto, demanda a la parte mental se excesiva para estar propenso a tomar decisiones rápidas y precisas en situaciones críticas a fin de asegurar la protección y el confort

de los pacientes; esta competencia emocional es fundamental para brindar un cuidado integral y centrado en el paciente, demostrando sensibilidad y empatía en todo momento (70).

**Figura 4: Clasificación de las tareas según la exigencia mental**



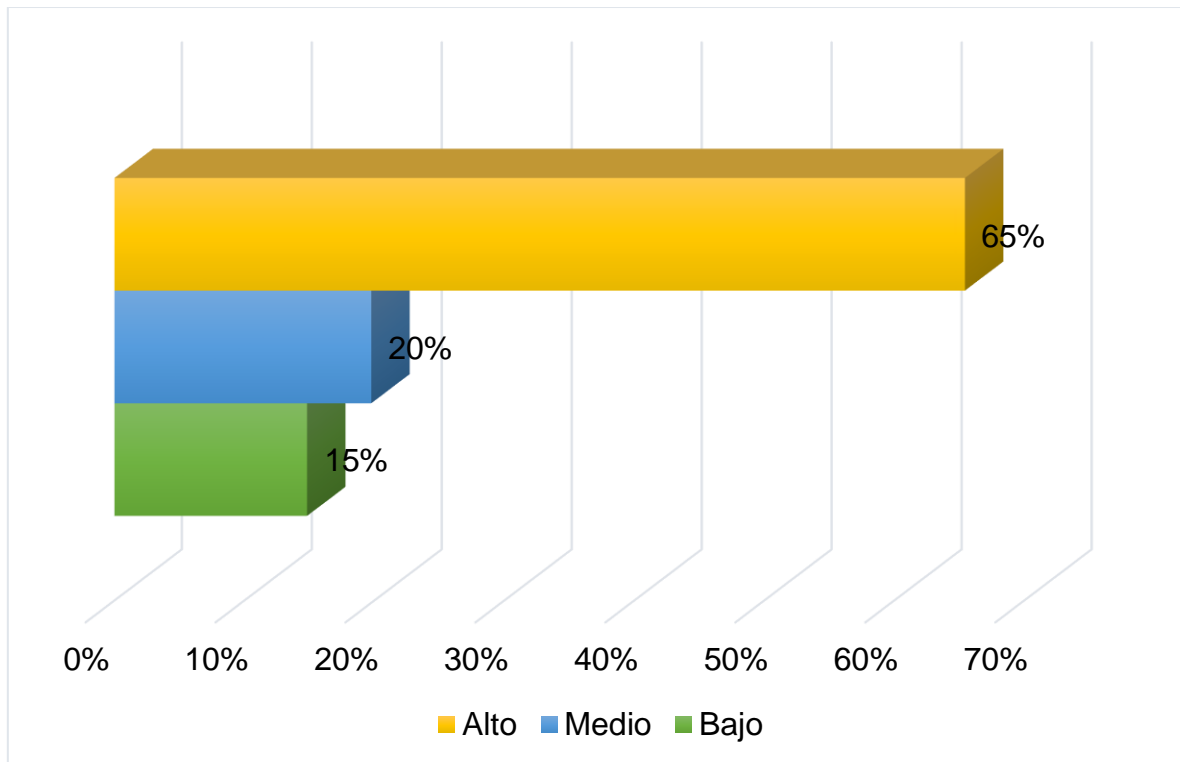
**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería

**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

En la misma dimensión, el 49% calificó su tarea como compleja. Al analizar, en el entorno donde se aplicó el instrumento, son áreas complejas, como las unidades de cuidados intensivos. La labor del enfermero en estas partes hospitalarias, cumple un rol asistencia de presión mental constante y de esfuerzo físico, debido a que son lugares de condiciones médicas críticas y potencialmente mortales que requieren una atención especializada y continua, por lo que, el enfermero debe manejar situaciones de emergencia, interpretar signos vitales, administrar medicamentos de forma precisa y realizar procedimientos avanzados bajo una presión constante (71).

**Figura 5: Nivel de Actividad física que implementa para cumplir los cuidados**

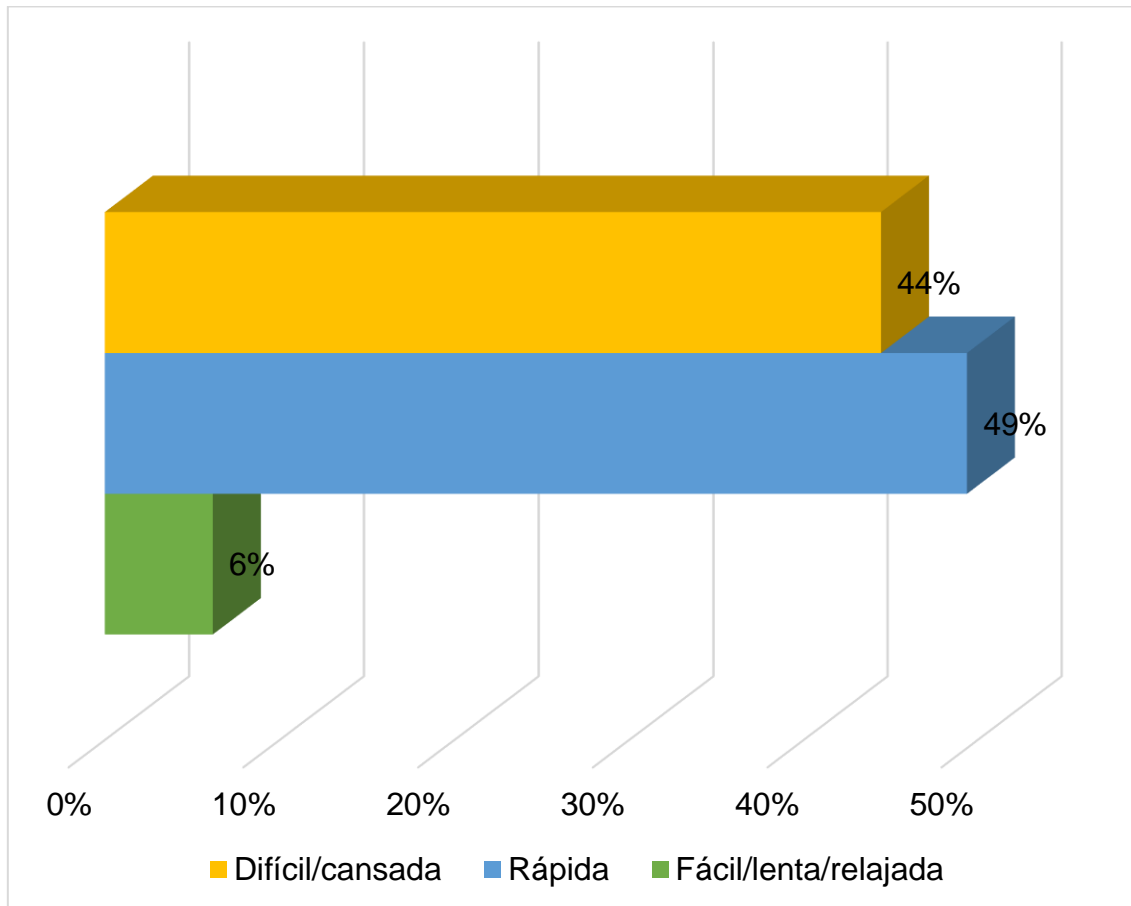


**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería  
**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

**Análisis:**

En relación al gráfico, el 65% consideró en nivel alto la actividad física durante su jornada laboral. A la interpretación de la situación actual (test aplicado en profesionales de UCI), podemos atribuir que enfermería considera en este grado porque ellos son los encargados de realizar cuidados, como los cambios de posiciones cada 1 a 2 horas (dependiendo la gravedad del paciente), a la misma vez, ayudar a los auxiliares al baño y confort del individuo por la escasez de personal en varios turnos, e incluso, la indebida aplicación de la mecánica corporal por realizar las tareas de forma apresurada (72) (73).

**Figura 6: Clasificación de las tareas según la exigencia física**



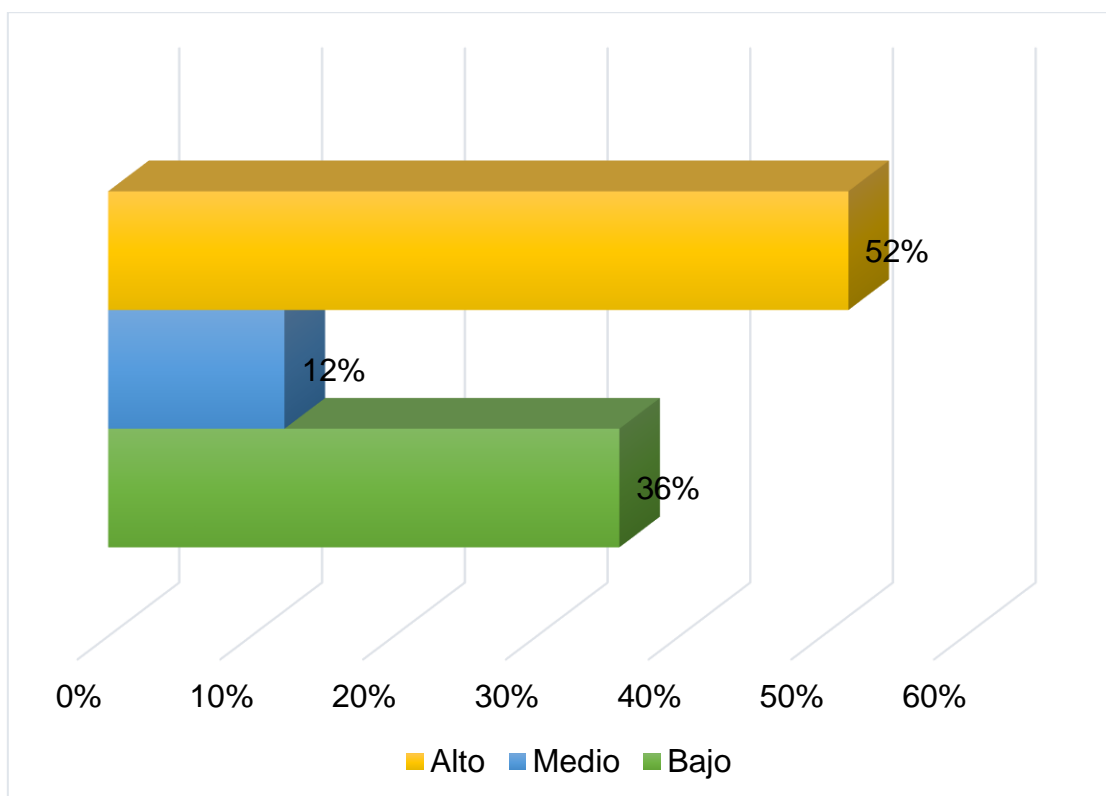
**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería

**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

De igual modo, en la misma dimensión, el 49% de enfermeros contestaron que sus actividades son rápidas, debido a que como están en UCI, en casi todos los turnos, los pacientes requieren atención constante y vigilancia continua por 24 horas, lo que implica que las enfermeras deben realizar múltiples tareas de forma simultánea y con gran eficiencia en ciertos casos (74). Además, en esta área las alteraciones en la condición médica de los pacientes pueden ser rápidos y drásticos, lo que exige a los enfermeros estar alerta y preparados para actuar con prontitud en caso de emergencia (75).

**Figura 7: Nivel de presión por el ritmo de las labores o los componentes de esas tareas**



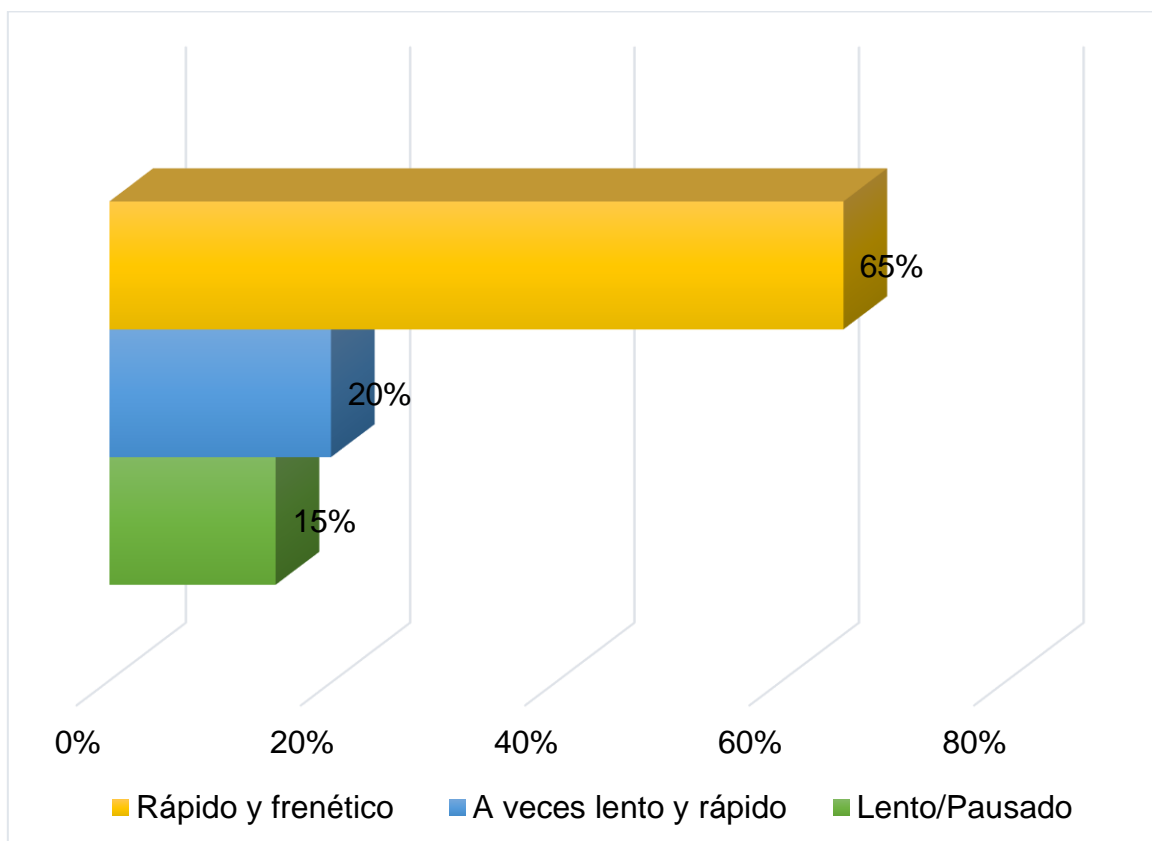
**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería

**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

De acuerdo a lo reflejado, el 52% tuvieron nivel alto por el grado de presión que sintieron por el ritmo que cumplían sus labores. Las/os enfermeras (os) suelen enfrentarse a una gran cantidad de responsabilidades, desde administrar medicamentos, monitorear signos vitales, hasta ofrecer respaldo emocional a los pacientes y sus seres queridos; sumando, a las necesidades de estar alerta en todo momento y la carga de tener vidas humanas en sus manos contribuyen al nivel de presión que experimentan, junto a la escasez de personal, lo que ocasiona a menudo asumir una carga laboral mayor de la que les correspondería, lo que resulta en largas jornadas laborales, turnos prolongados y pocas oportunidades para descansar (76) (77).

**Figura 8: Ritmo de las tareas durante los turnos de trabajo**



**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería

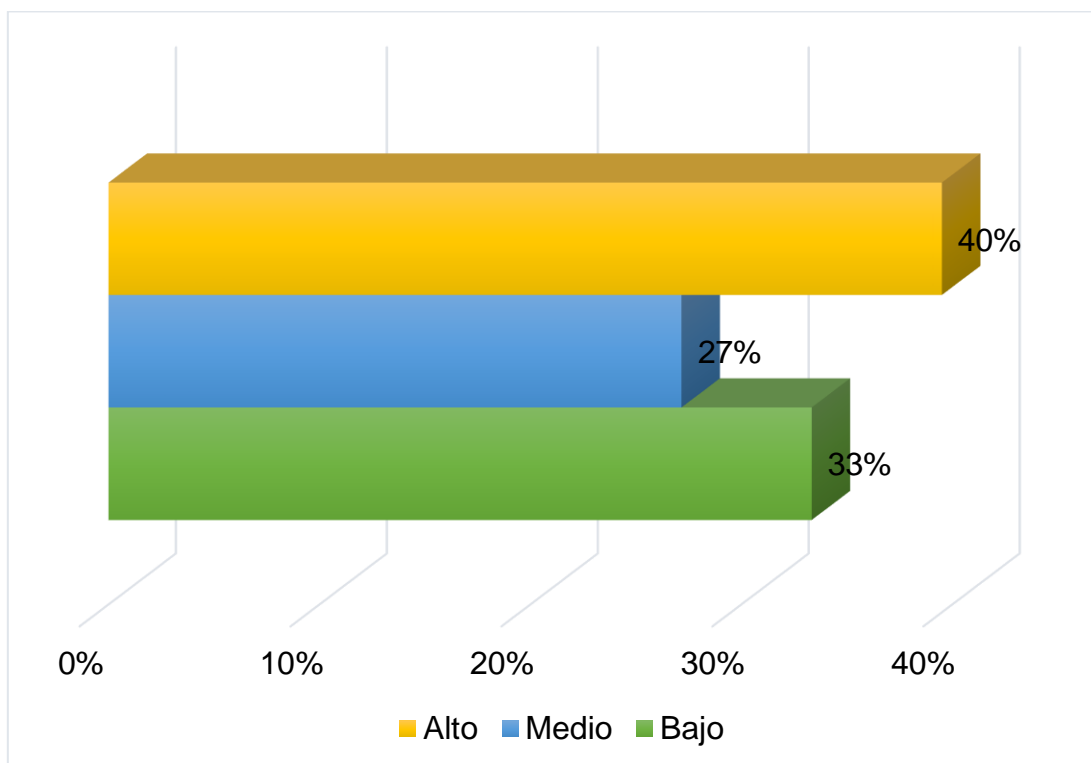
**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

En relación al ritmo de las tareas que consideró los enfermeros, el 65% respondió que son actividades rápidas y frenéticas. Aquello, coincide con el gráfico 7, ya que está en nivel alto la presión que siente al realizar sus funciones en sus respectivos turnos. Añadiéndole, que la UCI es un entorno hospitalario que se caracteriza por ser altamente impredecible, con situaciones que pueden cambiar repentinamente y requerir una respuesta inmediata, por lo tanto, deben estar preparados para adaptarse a estas circunstancias inesperadas, lo que añade un nivel de estrés adicional al ritmo frenético de sus jornadas laborales (78).



**Figura 9: Nivel de Resultados**



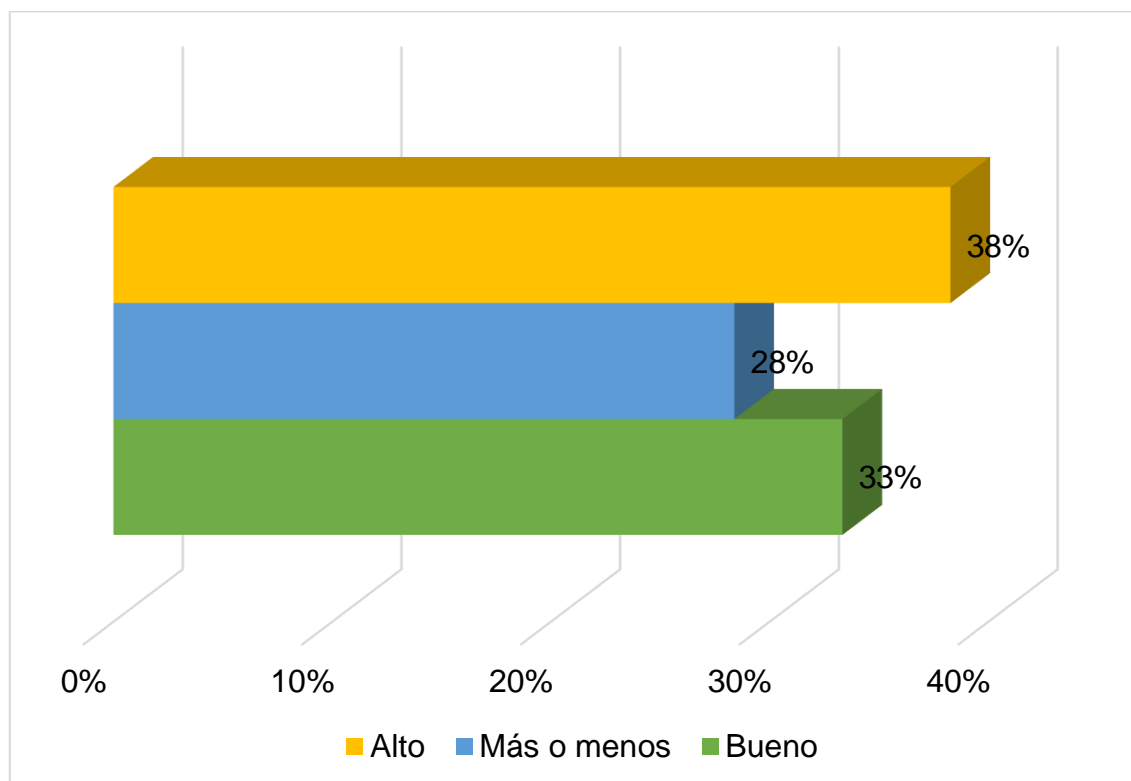
**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería

**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

Según los considerado por enfermería, el grado en el que ejercieron su labor para conseguir sus resultados, contestó el 40% un nivel alto por diferentes factores, entre ellos se encuentra el proporcionar atención directa a los pacientes, también deben coordinar con otros profesionales de la salud, mantener registros precisos, seguir protocolos específicos y asegurar la protección y el cuidado necesario de quienes atienden, ocasiona un esfuerzo continuo y dedicación (79). Por último, la naturaleza misma del cuidado de la salud implica situaciones desafiantes y demandantes, que requieren una dedicación excepcional por parte de este personal, desde lidiar con emergencias médicas hasta brindar apoyo emocional a pacientes y familiares en momentos difíciles, etc (80).

**Figura 10: Grado de esfuerzo para satisfacer o cumplir sus objetivos**



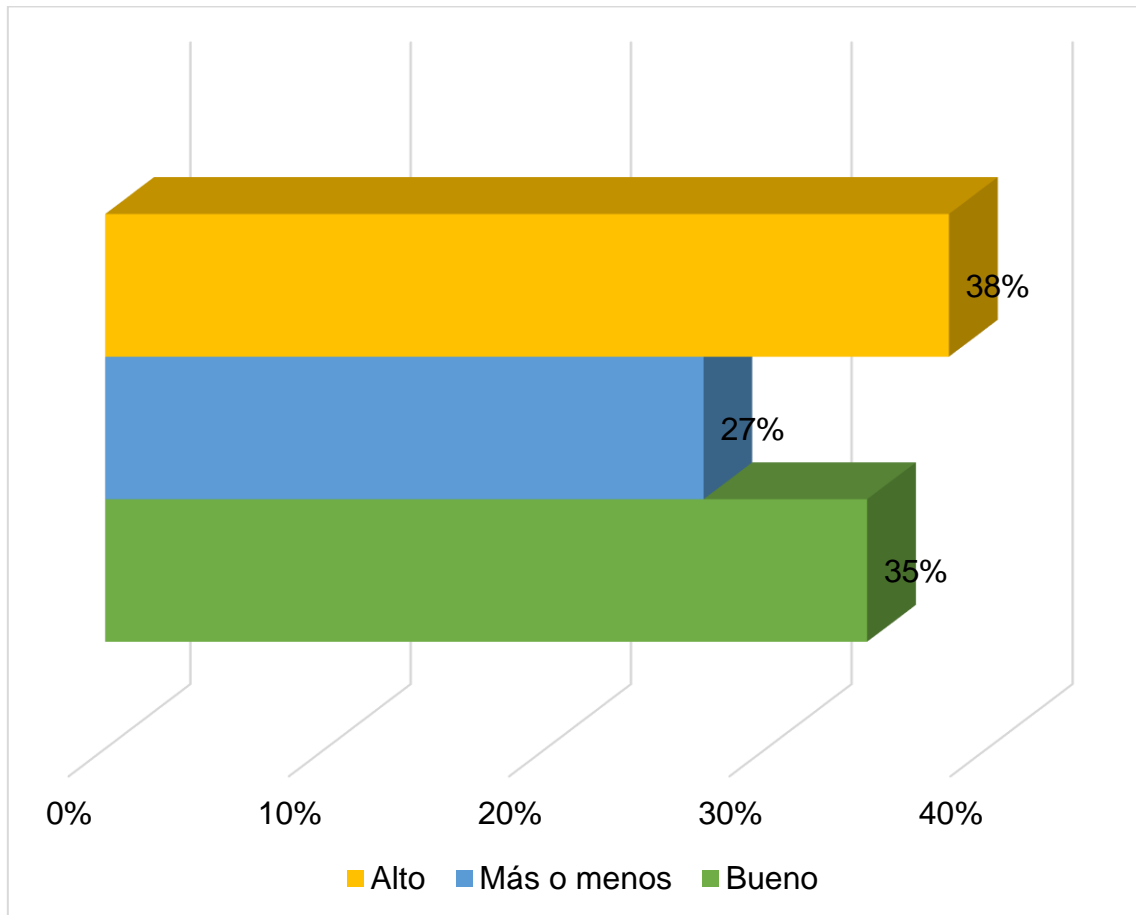
**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería

**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

Ahora bien, el grado de esfuerzo para la satisfacción o cumplimiento de sus objetivos, el 38% consideró en nivel alto debido a las situaciones mixtas que enfrenta enfermería, como las situaciones que demandan una atención meticulosa y detallada, ya que cualquier error podría acarrear graves implicaciones en la salud de los individuos; también, sus estudios para poder mejorar su perfil profesional, la vida personal, etc (70).

**Figura 11: Éxitos en sus objetivos establecidos**



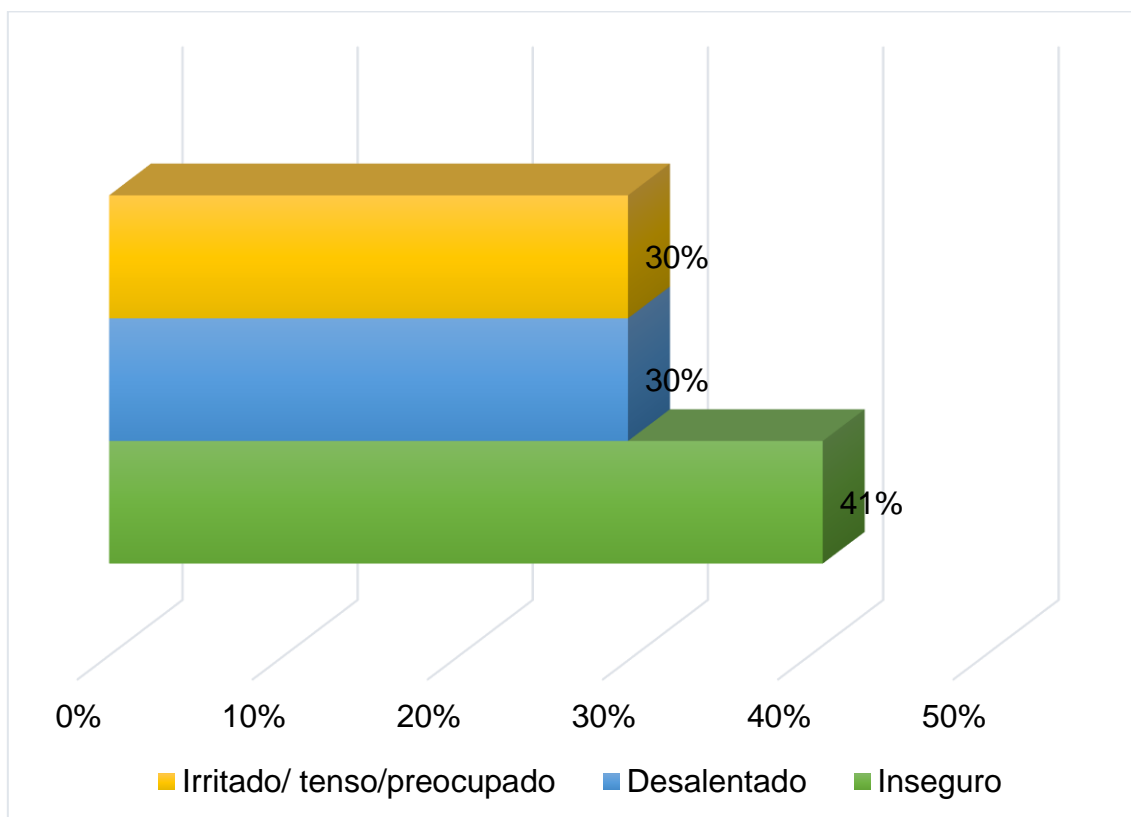
**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería

**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

**Análisis:**

El 38% considera el nivel alto en tener éxito en los objetivos establecidos por sí mismo, lo que se asemeja al anterior gráfico, ya que, colocaron que se esfuerzan en un nivel alto para poder creer cumplir sus metas. Sus triunfos académicos, personales, profesionales, etc, son los que hacen sentir al profesional que ha cumplido sus objetivos, debido a lo difícil que sería mantener un trabajo mientras se estudia, e incluso, la familia (81). Por lo que, al autoevaluarse ayuda al enfermero a garantizar la calidad en atenciones que otorgan a las personas que asisten hacia sus cuidados.

**Figura 12: Emociones durante la tarea**



**Fuente:** Escala NASA TLX a los profesionales de enfermería

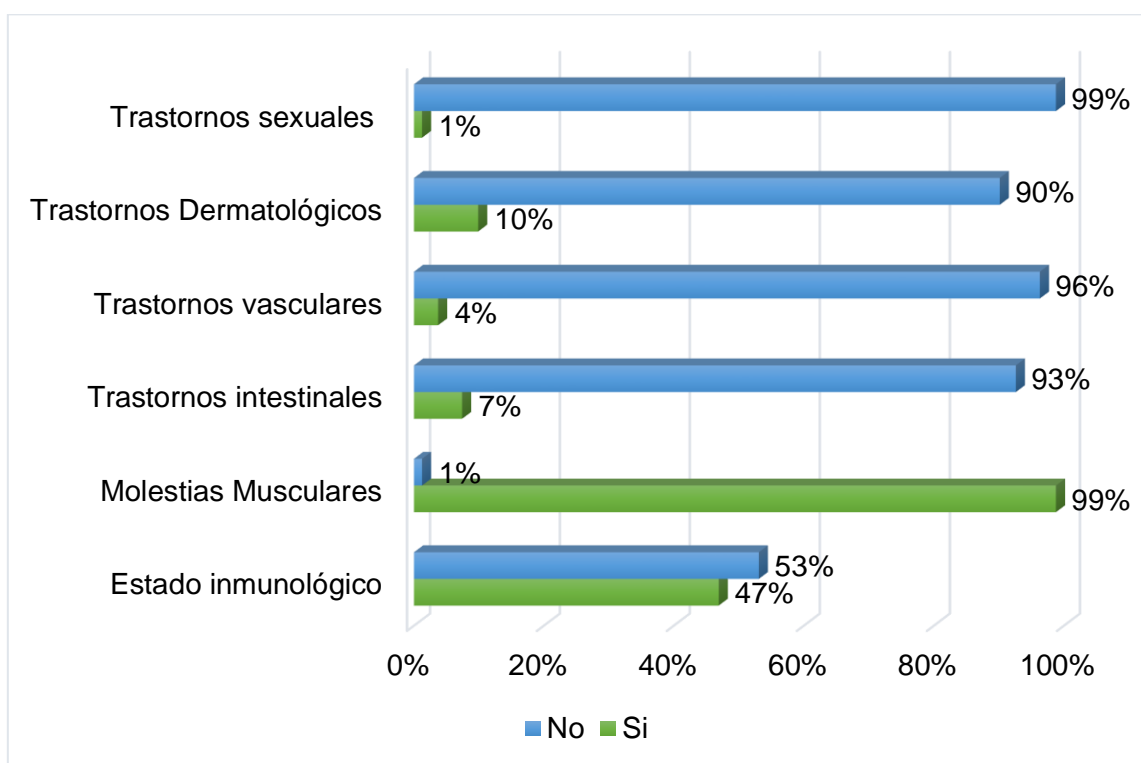
**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

Según los enfermeros encuestados, el 41% respondió que se sintió inseguro cuando está haciendo alguna tarea en la zona hospitalaria, por las situaciones imprevistas, muchas veces falta de empatía, falta de materiales, presión por intentar cumplir con las metas o estándares de su mismo perfil y conexión con los mismos compañeros o absorber los problemas/sufrimiento de otras personas/pacientes (82)

## 4.2. Consecuencia de la sobrecarga laboral

Figura 13: Consecuencias Biológicas por la sobrecarga laboral



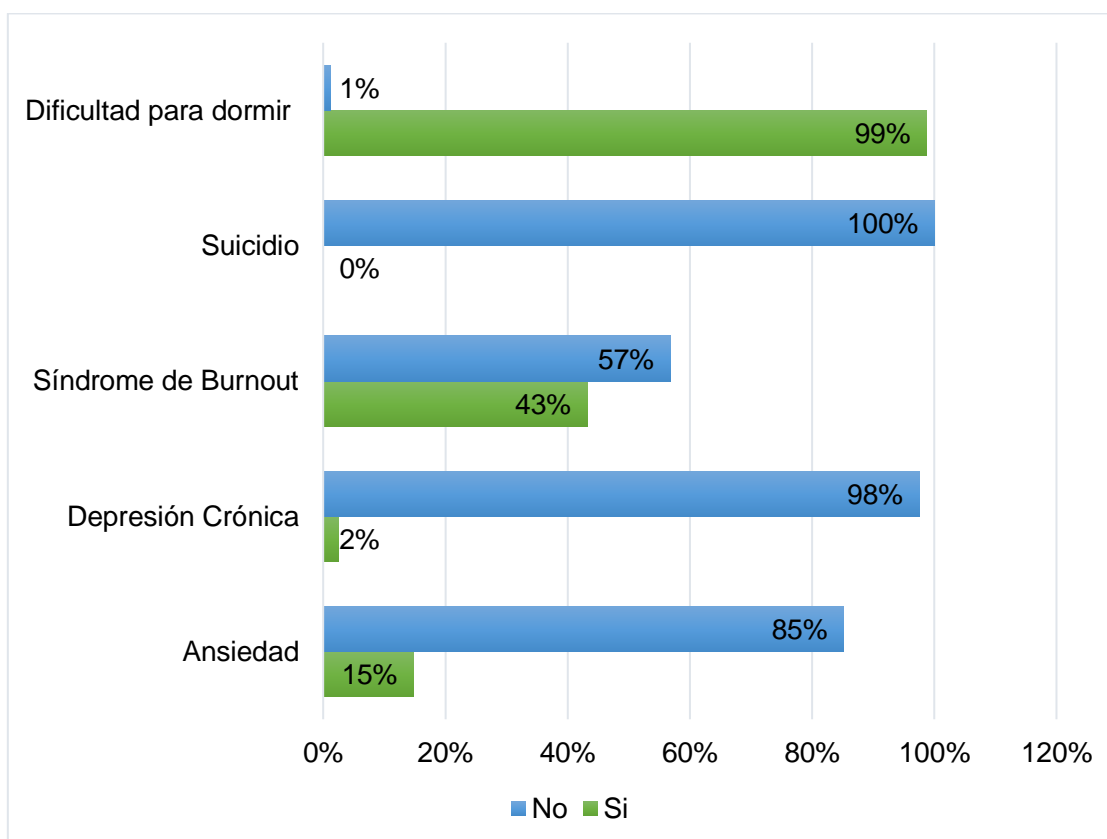
Fuente: Encuesta a los profesionales de enfermería

Elaborado por: Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### Análisis:

Respeto a las consecuencias biológicas, el 99% tiene molestias musculares por las exigencias físicas, mentales que el profesional tiene en sus turnos, por ejemplo, la presencia de actividad física alta debido al manejo de una tarea entre rápida, difícil y cansada, también, por la presión que ejerce el ritmo en que se desarrollan sus actividades (37). El 47% tiene problemas con su estado inmunológico, ya que, la sobrecarga en el trabajo aumenta los niveles de cortisol y consigo el estrés que podría resultar de tipo crónico, debilitando las defensas del organismo, alterando el sueño/descanso y haciéndolo más vulnerable a enfermedades o infecciones virales/bacterianas, como los resfriados (43).

**Figura 14: Consecuencias psicológicas por la sobrecarga laboral**



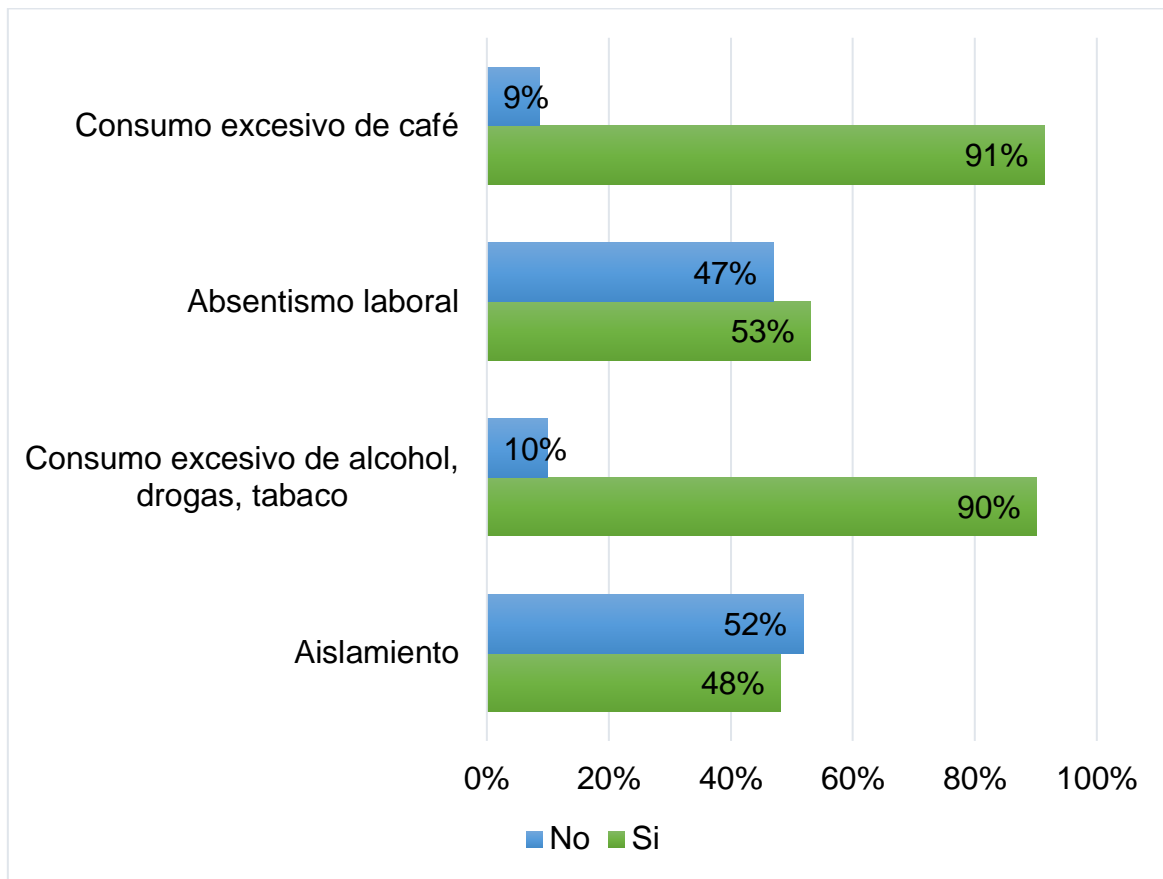
**Fuente:** Encuesta a los profesionales de enfermería

**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

El 99% de la población encuestada, indica que tiene dificultad para dormir ocasionado por los turnos rotativos o nocturnos, ocasionando el desajuste del ritmo circadiano, ya que trabajar en horarios irregulares posiblemente perturbaría el ritmo circadiano del cuerpo y dificulta la regulación del sueño. Otra causa puede ser el estrés y la ansiedad relacionados con la carga laboral y las responsabilidades propias del trabajo en el ámbito sanitario (56) (30). Seguido, del 43% con síndrome burnout que se desarrolla comúnmente por la carga laboral excesiva y la presión constante la cual están sujetos los enfermeros en su día a día, también, déficit de reconocimientos por el arduo trabajo, los turnos largos, constante exposición ante el sufrimiento/padecimientos que ocasiona la pérdida de la empatía (53) (54).

**Figura 15: Consecuencias sociales por la sobrecarga laboral**



**Fuente:** Encuesta a los profesionales de enfermería

**Elaborado por:** Quintana Ocaña Estefany Solange y Risco Mejía Carmen Josefa

### **Análisis:**

Acorde al gráfico, el 91% de enfermería consume excesivamente café debido al comportamiento en la necesidad de combatir la fatiga y el cansancio asociados al trabajo en horarios irregulares y a la carga laboral intensa; incluso, la cultura del consumo de café como parte integral de la rutina laboral, junto con la creencia errónea de que el café es la única solución para sobrellevar el estrés y la falta de sueño (61). En segundo lugar, con el 90% se encuentra el consumo excesivo del alcohol, tabaco por el estrés laboral y la presión asociada al trabajo en el sector sanitario, ya que fumar puede percibirse como una forma de aliviar la ansiedad o el cansancio (58).

## 5. DISCUSIÓN

En la investigación realizada por Luengo C, Sanhueza O (Chile-2020), en la parte sociodemográfica: el 74% tiene entre los 28 a 33 años, 88% hombres, 77% zona urbana, menos de 5 años de experiencia en UCI (65%), de 48 a 50 horas por semana (71%) (17). Al igual, que nuestros resultados, el 51% de profesionales tuvieron entre los 28 a 33 años, 53% son mujeres, 62% son de zonas urbanas, 48% tienen entre 2 a 4 años de experiencia en UCI, 94% trabajan entre 48 a 50 horas semanales y el 49% de enfermeros son de unidad de cuidados intensivos adultos. Sin embargo, Almudéver L, Pérez I (España-2020), entre ellos está el horario de trabajo que superan las 51 horas semanales, con una extensa experiencia que superan los diez años, entre los 34 a 39 años de edad (79%), 88% trabajan en UCI (neonatales e intermedios) (20).

La parte sociodemográfica, pueden mostrar impactos en los efectos de la sobrecarga, más que todo, población joven que perciben presiones altas por las exceptivas de ambos ámbitos, laboral y personal. La parte del sexo, es decir, las mujeres comúnmente tienen desafíos adicionales por la vinculación de responsabilidades personales o familiares

Según el informe de Bustamante (2021), muestran niveles altos o extremos de sobrecarga laboral dándose con el 65%. En las categorías, la carga física y mental se consideró en un 54%. Asemajando a nuestra información, el 38% por la parte mental, considera su capacidad mental y de percepción para cumplir las actividades en nivel alto, 49% ha calificado que su tarea es compleja; en la parte física, 65% considera en nivel alto la actividad física durante su jornada laboral, 49% de enfermeros contestó que sus actividades son rápidas, debido a que están en UCI. Por otro lado, Guerrero (2022), en su investigación sobre consecuencias psicológicas como depresión, ansiedad, síndrome de burnout (SB), solo la exigencia mental toma relevancia en esta población, por el cansancio por las actividades difíciles (25).

Ospina y Velásquez (2022), manifestaron que el 51% tiene sobrecarga, con variables de exigencias, en una tasa elevada de esfuerzo (90%), eficiencia (75%), física (75%), mental (70%), frustración y temporal (55%) (22). Aunque, nuestros



encuestados reportaron alteraciones en todos estos indicadores, existe una variabilidad en la frecuencia de los casos, ya que, en las exigencias temporales, el 52% tiene un nivel alto por el nivel de presión que sintieron por el ritmo que cumplían sus labores, 65% respondió que el ritmo de sus actividades son rápidas y frenéticas; en el rendimiento, el 40% trabaja con esfuerzo alto para conseguir sus resultados, por lo que su nivel de satisfacción o cumplimiento son de grado alto (38%); frustración, el 41% responde que se ha sentido inseguro cuando está haciendo alguna tarea en la zona hospitalaria. En comparación con Acosta et al. 2022, menciona en su estudio que se evaluó a 108 miembros del área de enfermeras de un hospital de Colombia, implementando el Test NASA-TLX, solo 7% de su totalidad han reportado exigencia mental (21).

Desde el punto de vista de Martínez y González (2022), de las 132 personal de enfermería, solo el 5% tiene alteraciones biológicas en el estado inmunológico, en psicológica, existe el 2% de los trabajadores con SB, sin reporte de alteraciones sociales (24). Por otro parte, en el trabajo actual, el 99% tiene molestias musculares por las exigencias físicas, mentales, 99% de la población encuestada, indica que tiene dificultad para dormir, 91% de los profesionales consumen excesivamente café. Similar, obtuvo Galeano N, Cortes S (Colombia-2023), por molestias musculares (80%), como el entumecimiento o dolor por mantener una sola posición o movimientos bruscos, 55% tienen alterado protección inmunológica por presentar gripes continuas o daños en órganos por inflamarse (18).

La sobrecarga laboral trae efectos negativos en la salud mental, levantando problemas, nerviosismo y SB (74). Al someterse a escenarios intensos, los profesionales de enfermería aún siguen atendiendo, sin embargo, se observa una disminución en la calidad.

## 6. CONCLUSIONES

Los datos sociodemográficos del personal de enfermería, revelaron que su gran mayoría tiene entre los 28 a 33 años. Resultando sorprendente al observar el marcado predominio de población femenina, quienes viven en zonas urbanas, con altos antecedentes de 2 a 4 años en experiencia trabajando en UCI, trabajan entre las 48 a 50 horas semanales en Unidad de Cuidados Intensivos adultos

Las exigencias laborales del personal de enfermería que registra consecuencias debido a la sobrecarga, en la esfera mental, en su mayoría considera que la capacidad y de percepción para cumplir las actividades se encuentra en nivel alto, han calificado que su tarea es compleja; en la parte física, consideran en nivel alto la actividad física durante su jornada laboral y que sus actividades son rápidas; en las exigencias temporales, categorizan como alto por lo que sienten el ritmo que cumplían sus labores muy rápidas y frenéticas; en el rendimiento, trabaja con un grado de esfuerzo alto para conseguir sus resultados y su nivel de satisfacción o cumplimiento son altos por el cumplimiento de sus objetivos; frustración, responden que se han sentido inseguros cuando están haciendo alguna tarea.

Por último, las consecuencias por la sobrecarga laboral, en biológicas, gran parte del personal tienen molestias musculares por las exigencias físicas, mentales y hasta en su estado inmunológico; en contexto psicológico, casi todos los encuestados, indican que tiene dificultad para dormir y síndrome burnout; sociales, el personal consume excesivamente café.

## 7. RECOMENDACIONES

Analizar la situación laboral y proporcionar horarios equilibrados, apoyo organizacional, control sobre la carga de trabajo, prácticas de alta implicación, estrategias de gestión hospitalaria, y reducción del estrés y la carga laboral.

Implementar prácticas laborales de alta participación en conjunto, es decir, trabajo en equipo, con el objetivo de mitigar el efecto desfavorable de la percepción de la carga laboral en el bienestar de los enfermeros/a y su propensión de dejar el trabajo.

Implementar una serie de medidas preventivas a nivel organizativo e individual. Algunas de las prácticas a nivel individual podrían ser la selección adecuada del candidato, la modificación en los turnos de trabajo o la implantación de criterios médicos-rationales a nivel de exámenes específicos en general; la adopción de ejercicios de estiramiento, educación en la vida activa y orientaciones técnicas para las actividades repetitivas o el mantenimiento y conservación de las condiciones ergonómicas recomendadas a nivel de frecuencias posturales en tareas laborales muy analíticas.

Reforzar las investigaciones en contexto de este tema, ya que, existen muy pocos en cuanto a las consecuencias o efectos de la sobrecarga en estos profesionales.

En la medida que las intervenciones profesionales encuentren un acercamiento más profundo o individualizado a la demanda persona-trabajo-diario dentro de la organización o institución, el profesional, tras un proceso de saneabilidad de su realidad, tendrá un mejor afrontamiento de las demandas emocionales y de trabajo existentes.

Favorecer una mayor interactividad del equipo para una mayor participación en decisiones específicas y cotidianas, así, se descende el desgaste emocional percibido (pues uno trabaja sobre lo que le interesa y con ayuda, ya que, no se sienten solos); de esta manera se van unificando oferta/demanda real y pretendida en el trabajo, lo que influye en la afectividad.

## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS, OPS. Enfermería [Internet]. 2022 [citado 6 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermeria>
2. Consejo Internacional de Enfermeras. Fuerza laboral Mundial de Enfermería de Salud Mental [Internet]. Copyright; 2022. 54 p. Disponible en: [https://www.icn.ch/sites/default/files/2023-04/ICN\\_Mental\\_Health\\_Workforce\\_report\\_SP\\_web.pdf](https://www.icn.ch/sites/default/files/2023-04/ICN_Mental_Health_Workforce_report_SP_web.pdf)
3. Constitución de la República. Ley Orgánica del Servidor Público [Internet]. 2017 p. 42. Disponible en: [https://www.ecuadorencifras.gob.ec/LOTAIP/2017/DIJU/diciembre/LA2\\_OCT\\_DIJU\\_LOSEP.pdf](https://www.ecuadorencifras.gob.ec/LOTAIP/2017/DIJU/diciembre/LA2_OCT_DIJU_LOSEP.pdf)
4. Díaz P. Monitores de signos vitales y sus diferentes usos [Internet]. 2022 [citado 10 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.elhospital.com/es/noticias/monitores-de-signos-vitales-parte-1>
5. Abat F, Faizal E. Guía Clínica de Salud Ocupacional [Internet]. 2022. Disponible en: <https://download.e-bookshelf.de/download/0003/5918/82/L-G-0003591882-0006930637.pdf>
6. OMS, OIT. Piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo [Internet]. 2022 [citado 10 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/28-09-2022-who-and-ilo-call-for-new-measures-to-tackle-mental-health-issues-at-work>
7. Unicef. Salud Mental del personal de enfermería por Covid-19 [Internet]. 2023. Disponible en: [https://www.aepcp.net/wp-content/uploads/2021/03/COVID19\\_UNICEF\\_Salud\\_Mental.pdf](https://www.aepcp.net/wp-content/uploads/2021/03/COVID19_UNICEF_Salud_Mental.pdf)
8. Intelac. La inclusión sociolaboral de personas migrantes y refugiadas de América Latina y del Caribe [Internet]. 2023. Disponible en: <https://www.intelac.eu/wp-content/uploads/2023/05/PR1-INTELAC-ESTUDIO-COMPARATIVO-MIGRANTES-Y-REFUGIADOS-LAC-EN-EUROPA.pdf>

9. Fandiño H. Calidad de vida laboral en trabajadores de la salud en países latinoamericanos. Red Jour [Internet]. 2019 [citado 10 de noviembre de 2023];11(2):62. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5604/560460636002/html/>
10. Torres G, Heras L, González E. La sobrecarga y el estrés en el ámbito laboral, analizado desde la óptica del trabajador. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar [Internet]. 2022 [citado 10 de noviembre de 2023];6(3):3569-86. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2485>
11. Vizcaíno Y. Factores involucrados en la calidad de vida laboral para el ejercicio de la enfermería. Rev Cub Med Mil [Internet]. 2020;2(49):11. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedmil/cmm-2020/cmm202n.pdf>
12. Carvajal F, Cabrera K. Carga Laboral y su Influencia en la Calidad de vida del Profesional de Enfermería [Internet]. Técnica de Babahoyo; 2020. Disponible en: <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/8000/P-UTB-FCSENF-000203.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
13. Bustamante K. Sobrecarga de Trabajo y desempeño laboral del profesional de enfermería en los servicios de emergencia [Internet]. [Perú]: Peruana Cayetano Heredia; 2021. Disponible en: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9462/Sobrecarga\\_BustamanteVelazque\\_Kenia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9462/Sobrecarga_BustamanteVelazque_Kenia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
14. Unir. Economía de la Salud: ¿qué relación existe entre estas áreas? [Internet]. 2023 [citado 7 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://ecuador.unir.net/actualidad-unir/economia-salud/>
15. Coggiola L, Meeder V, Muñoz C. Efectos en la salud física y mental de los profesionales de enfermería al cuidado de pacientes covid-19, una revisión bibliográfica. Revista Confluencia [Internet]. 2021 [citado 7 de agosto de 2024];4(2):47-52. Disponible en: <https://revistas.udd.cl/index.php/confluencia/article/view/682>
16. Bonasa M. Estudiante de Enfermería y profesionales de enfermería: factores de riesgo y factores de protección para garantizar el bienestar psicológico y su

- calidad de vida laboral [Internet]. Unisersitat Rovira I Virgili; 2020. Disponible en: <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/399566/TESI.pdf?sequence>
17. Luengo C, Sanhueza O. Condiciones de trabajo y su relación con la calidad del cuidado y salud. *Med Segur Trab* (Internet) [Internet]. 2016;62(245):13. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v62n245/08\\_revision.pdf](https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v62n245/08_revision.pdf)
  18. Vivas A. Los efectos del estrés y su impacto en tu salud [Internet]. 2021 [citado 16 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/effects-of-stress-and-their-impact-on-your-health>
  19. Quesada E. La sobrecarga laboral y su relación con la presencia de síntomas de estrés laboral en funcionarios de las administraciones zonales del municipio de Quito [Internet]. Internacional SEK; 2021. Disponible en: <https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/1300/1/La%20sobrecarga%20laboral%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20la%20presencia%20de%20s%C3%ADntomas%20de%20estr%C3%A9s%20laboral%20en%20funcionarios%20de%20las%20administraciones%20zonales%20del%20municipio%20de%20Quito.pdf>
  20. Almudéver L, Pérez I. La carga mental de los profesionales de Enfermería en relación con su turno laboral. *Ene* [Internet]. 2020 [citado 16 de mayo de 2024];13(1). Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1988-348X2019000100005&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1988-348X2019000100005&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
  21. Acosta M, Castro D, Bravo D. Carga laboral en personal de salud asistencial y administrativo en una institución de II nivel en Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo* [Internet]. 30 de junio de 2022 [citado 27 de junio de 2024];24. Disponible en: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/34203>
  22. Ospina D, Velásquez K. Relación entre la sobrecarga de trabajo y la insatisfacción laboral del personal asistencial de cuidado intensivo de un hospital en Tuluá Valle durante el año 2022 [Internet]. Corporación Universitaria

- Minuto de Dios; 2022 [citado 28 de junio de 2024]. Disponible en: <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/16630>
23. Aponte M, Cedeño C, Henríquez G. Trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería en la UCI. saluta [Internet]. 21 de febrero de 2022 [citado 28 de junio de 2024];(5):61-78. Disponible en: <https://revistas.umecit.edu.pa/index.php/saluta/article/view/626>
24. Mariel S, González J. Sobrecarga laboral y satisfacción del personal de enfermería en un hospital público de Buenos Aires, Argentina. Infodir [Internet]. agosto de 2022 [citado 28 de junio de 2024];(38). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1996-35212022000200008&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1996-35212022000200008&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
25. Guerrero K. Revisión bibliográfica: consecuencias psicológicas del personal médico y de enfermería que trabajan dentro de la unidad de cuidados intensivos (uci) neonatales de hospitales gineco-obstétricos [Internet]. Universidad Politécnica Salesiana; 2022. Disponible en: <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/21626>
26. Bustamante K. Sobrecarga de trabajo y desempeño laboral del profesional de enfermería en los servicios de emergencia [Internet]. Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2021 [citado 29 de junio de 2024]. Disponible en: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9462/Sobrecarga\\_BustamanteVelazque\\_Kenia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9462/Sobrecarga_BustamanteVelazque_Kenia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
27. Gobierno de Navarra. Riesgos por carga, física o mental de trabajo [Internet]. 2022. Disponible en: <https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/74D4E0EE-0BD0-43E1-91BC-235B883C85B1/0/m2ud3.pdf>
28. Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el trabajo. Riesgos psicosociales y salud mental en el trabajo [Internet]. 2021 [citado 16 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://osha.europa.eu/es/themes/psychosocial-risks-and-mental-health>

29. Ríos K. Sobrecarga de trabajo: Cómo evitarla y mitigar sus efectos [Internet]. 2023 [citado 16 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://payfit.com/es/contenido-practico/sobrecarga-de-trabajo/>
30. Jaín J. El estrés laboral: definición, causas, consecuencias y cómo prevenirlo [Internet]. 2024 [citado 16 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://prevecon.org/es/el-estres-laboral-definicion-causas-consecuencias-y-como-prevenirlo/>
31. Revista Empresarial. Sobrecarga Laboral: ¿Qué es la Carga de Trabajo y cómo medirla? [Internet]. 2022 [citado 16 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://revistaempresarial.com/gestion-humana/sobrecarga-laboral-que-es-la-carga-de-trabajo-y-como-medirla/>
32. OIT. Un reto colectivo del día mundial de la seguridad y la salud en el trabajo [Internet]. Primera. Italia; 2016. 68 p. Disponible en: [file:///C:/Users/USER/Downloads/wcms\\_466549.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/wcms_466549.pdf)
33. Díaz E, Rubio S, Martín J. Estudio Psicométrico del Índice de Carga Mental NASA-TLX con una Muestra de Trabajadores Españoles. Rev Psic Tra Orga [Internet]. 2023 [citado 16 de mayo de 2024];26(3):191-9. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1576-59622010000300003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1576-59622010000300003&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
34. Arquer I. NTP 544: Estimación de la carga mental de trabajo: el método NASA TLX. :6. Disponible en: [https://www.cso.go.cr/legislacion/notas\\_tecnicas\\_preventivas\\_insht/NTP%20544%20-%20Estimacion%20de%20la%20carga%20mental%20de%20trabajo%20el%20metodo%20NASA%20TLX.pdf](https://www.cso.go.cr/legislacion/notas_tecnicas_preventivas_insht/NTP%20544%20-%20Estimacion%20de%20la%20carga%20mental%20de%20trabajo%20el%20metodo%20NASA%20TLX.pdf)
35. Benevides A, Porto P, Machado P. SÍNDROME DE BURNOUT EN PSICÓLOGOS CLÍNICOS. 2021;18. Disponible en: <https://psiquiatria.com/trabajos/40cof1745619.pdf>
36. OMS. El ejercicio de la Enfermería [Internet]. 2022. Disponible en: [https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/41914/9243208608\\_spa.pdf](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/41914/9243208608_spa.pdf);



37. Valle K. Sobrecarga Laboral del Personal de Enfermería que influye en la atención a pacientes. Rev San Gre [Internet]. 2021;(47):16. Disponible en: <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/rsan/v1n47/2528-7907-rsan-1-47-00165.pdf>
38. López M, Martínez M, Martín E. Análisis de los riesgos musculoesqueléticos asociados a los trabajos de ferrallas: Buenas prácticas. Revista ingeniería de construcción [Internet]. 2022 [citado 27 de junio de 2024];26(3):10. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0718-50732011000300003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0718-50732011000300003&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
39. Comisión Nacional de Bioética en Salud. Criterios Bioéticos [Internet]. 2022. Disponible en: <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2016/03/CRITERIOS-BIOETICOS-CNBS-ECUADOR-2.pdf>
40. Onofre L. Influencia del estrés laboral en el desempeño laboral del personal de la Dirección de Talento Humano del Hospital de Especialidades Fuerzas Armadas [Internet]. 2021. Disponible en: <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/8191/1/T3576-MDTH-Onofre-Influencia.pdf>
41. Gómez R. El estrés laboral del médico: Burnout y trabajo en equipo. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría [Internet]. 2022 [citado 1 de julio de 2024];(90):41-56. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0211-57352004000200004&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0211-57352004000200004&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
42. Montaner S. Mi Salud y mi Derecho: Un compromiso personal y comunitario [Internet]. 2021 [citado 1 de julio de 2024]. Disponible en: <https://umontemorelos.medium.com/mi-salud-mi-derecho-un-compromiso-personal-y-comunitario-74a405c39667>
43. Miranda I. El estrés debilita el sistema inmunitario [Internet]. 2021 [citado 1 de julio de 2024]. Disponible en: <https://www.misistemaimune.es/vida-saludable/bienestar-mental/el-estres-debilita-el-sistema-inmunitario-todo-lo-que-ienes-que-saber>

44. Ministerio de trabajo y asuntos sociales, Instituto Nacional de seguridad e higiene en el trabajo. Fisiología del estrés. 2023;6. Disponible en: [https://www.insst.es/documents/94886/326853/ntp\\_355.pdf](https://www.insst.es/documents/94886/326853/ntp_355.pdf)
45. Moreno M. Los beneficiosos efectos en la salud de una dieta equilibrada [Internet]. Cuestión de Genes. 2020 [citado 1 de julio de 2024]. Disponible en: <https://www.veritasint.com/blog/es/los-beneficiosos-efectos-en-la-salud-de-una-dieta-equilibrada/>
46. Vázquez E, Calderón Z, Arias J. Sedentarismo, alimentación, obesidad, consumo de alcohol y tabaco como factores de riesgo para el desarrollo de diabetes tipo 2. Journal [Internet]. 2019 [citado 1 de julio de 2024];4(10):21. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5645/564561530005/html/>
47. León M, García Y, Álvarez R. Influencia del estrés psicológico y la actividad física moderada en la reactividad cardiovascular. Rev Fina [Internet]. 2018 [citado 1 de julio de 2024];8(3):224-33. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2221-24342018000300007&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2221-24342018000300007&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
48. Castillo A. La relación entre el estrés psicológico y las afecciones de la piel [Internet]. 2023 [citado 1 de julio de 2024]. Disponible en: <https://regenerahealth.com/blog/la-relacion-entre-el-estres-psicologico-y-las-afecciones-de-la-piel/>
49. Sánchez M, González R, Cos Y. Estrés y sistema inmune. Revista Cubana de Hematología, Inmunología y Hemoterapia [Internet]. 2023 [citado 1 de julio de 2024];23(2):8. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0864-02892007000200001&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0864-02892007000200001&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
50. Pérez D. Libido: ¿qué es y consejos para aumentarla? [Internet]. 2024 [citado 1 de julio de 2024]. Disponible en: <https://fivdona.com/libido-que-es-consejos-para-aumentarla/>

51. González V, González R, Gándara J. El médico con burnout [Internet]. 2024 p. 84. Disponible en: <file:///C:/Users/USER/Downloads/El%20medico%20con%20burnout.pdf>
52. OMS. Depresión [Internet]. 2024 [citado 7 de julio de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
53. García M, Gil M. El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. Red Jour [Internet]. 2016 [citado 15 de noviembre de 2023];(19):30. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/1471/147149810001/html/>
54. Naciones Unidas. La Ciencia de la Empatía [Internet]. 2023 [citado 1 de julio de 2024]. Disponible en: [//www.unodc.org/unodc/es/listen-first/super-skills/empathy.html](http://www.unodc.org/unodc/es/listen-first/super-skills/empathy.html)
55. CDC. Centers for Disease Control and Prevention. 2019 [citado 7 de julio de 2024]. ¿Qué es el suicidio? Disponible en: <https://www.cdc.gov/digital-social-media-tools/cdctv/suicide-esp/suicide.html>
56. Chamorro R, Farias R, Peirano P. Regulación circadiana, patrón horario de alimentación y sueño: Enfoque en el problema de obesidad. Rev Chi Nutr [Internet]. 2021 [citado 1 de julio de 2024];45(3):8. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0717-75182018000400285&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0717-75182018000400285&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
57. Klauss J. Proceso psicosocial [Internet]. Vol. 1. Editora Científica Digital; 2024 [citado 7 de agosto de 2024]. 148 p. Disponible en: <http://www.editoracientifica.com.br/books/isbn/978-65-5360-549-7>
58. Suárez N, Carabaloso M, Hechavarria S. El tabaquismo en los profesionales de la salud en el municipio Habana Vieja. Revista Cubana de Salud Pública [Internet]. 2023 [citado 1 de julio de 2024];34(4):0-0. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0864-34662008000400002&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0864-34662008000400002&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

59. Ministerio de Obras Públicas de Chile. Estado del arte y la práctica de metodologías sanitarias [Internet]. 2021. Disponible en: [file:///C:/Users/USER/Downloads/ESTUDIO\\_126.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/ESTUDIO_126.pdf)
60. Secretaría del Deporte. Work-related stress amongst health professionals in a pandemic. An Sist Sanit Navar [Internet]. 2021 [citado 27 de junio de 2024];44(1):123-4. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/ASSN/article/view/88788/64890>
61. Fiallos E. FasterCapital. 2022 [citado 1 de julio de 2024]. Cultura del Cafe Sumergete en la riqueza de la Cultura del Cafe. Disponible en: <https://fastercapital.com/es/contenido/Cultura-del-Cafe--Sumergete-en-la-riqueza-de-la-Cultura-del-Cafe.html>
62. Constitución de la República del Ecuador. Decreto Legislativo 0 [Internet]. 2008 oct [citado 28 de mayo de 2024]. Disponible en: [https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador\\_act\\_ene-2021.pdf](https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador_act_ene-2021.pdf)
63. Ley Orgánica de Salud. Ley 67 [Internet]. 2006 dic [citado 28 de mayo de 2024]. Report No.: Ley 67. Disponible en: <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/03/LEY-ORG%C3%81NICA-DE-SALUD4.pdf>
64. Congreso Nacional del Ecuador. Codificación 2005-017 [Internet]. 2005 dic [citado 1 de julio de 2024]. Disponible en: <https://www.uafe.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/04/A2-CODIGO-DEL-TRABAJO.pdf>
65. Reglamento de Seguridad y Salud de los Trabajadores. Decreto Ejecutivo 2393 [Internet]. 1986 nov. Disponible en: <https://www.trabajo.gob.ec/wp-content/uploads/2024/01/DECRETO-EJECUTIVO-2393-REGLAMENTO-DE-SEGURIDAD-Y-SALUD-DE-LOS-TRABAJADORES.pdf>
66. Copsstec. Consecuencias de la sobrecarga [Internet]. 2021 [citado 10 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.facebook.com/apsstec/photos/a.1205981222878521/1271740762969233/?type=3>

67. Rubio N. Las 7 consecuencias de la sobrecarga laboral [Internet]. 2020 [citado 9 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://psicologiymente.com/organizaciones/consecuencias-sobrecarga-laboral>
68. Ramírez P, Müggenburg C. Relaciones personales entre la enfermera y el paciente. *Enferm univ* [Internet]. 2020 [citado 27 de junio de 2024];12(3):134-43. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1665-70632015000300134&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1665-70632015000300134&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
69. MSP. Ejercicio y atribuciones legales concedidas el gobierno [Internet]. 2021. Disponible en: [https://aplicaciones.msp.gob.ec/upload/upload/1\\_00001849\\_2012\\_ac\\_00001849\\_2012\\_RO.pdf](https://aplicaciones.msp.gob.ec/upload/upload/1_00001849_2012_ac_00001849_2012_RO.pdf)
70. Alsina R, Quitllet P. Salud mental y alteraciones de la conducta en las personas con discapacidad intelectual [Internet]. 2022. Disponible en: [https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/libro\\_saludmental.pdf](https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/libro_saludmental.pdf)
71. Garrido L. Monitorización de Constantes Vitales en la Unidad de Cuidados Intensivos. *Npunto* [Internet]. 2023 [citado 27 de junio de 2024];6(66):127. Disponible en: <https://www.npunto.es/revista/66/monitorizacion-de-constantas-vitales-en-la-unidad-de-cuidados-intensivos>
72. OSP, OPS. Principios Básicos de los cuidados de enfermería [Internet]. 2020. Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/1340/41741.pdf?sequence=1>
73. MedlinePlus enciclopedia médica. Voltar a los pacientes en la cama [Internet]. 2022 [citado 29 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000426.htm>
74. García C, Torres C. La realidad de la Unidad de Cuidados Intensivos. *Med Crit* [Internet]. 2017;31(3):3. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/mccmmc/v31n3/2448-8909-mccmmc-31-03-171.pdf>

75. Leddy S, Pepper M. Bases Conceptuales de la enfermería profesional [Internet]. 1era edición. Vol. 2. 2022. 25 p. Disponible en: <file:///C:/Users/USER/Downloads/Bases%20conceptuales%20de%20la%20enfermeria%20profesional.pdf>
76. Naranjo M. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. Rev Edu [Internet]. 2019 [citado 1 de julio de 2024];33(2):171. Disponible en: <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/511>
77. Arregui A. El ausentismo laboral. Caso: “Área Call Center institución financieraprivada del Ecuador” [Internet]. Universidad Andina Simón Bolívar; 2020. Disponible en: <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6258/1/T2684-MDTH-Arregui-El%20ausentismo.pdf>
78. Guanoquiza J, Guamán K, Barrera F. La disminución de la jornada laboral en el Ecuador como una posible solución ante el síndrome de Burnout. 2023;4(2):15. Disponible en: [file:///C:/Users/USER/Downloads/458\\_Guanoquiza+Ayabaca.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/458_Guanoquiza+Ayabaca.pdf)
79. MSP. Seguridad del paciente [Internet]. 2016. Disponible en: <https://hospitalgeneralchone.gob.ec/wp-content/uploads/2015/10/manual-de-seguridad-del-paciente-usuario-SNS.pdf>
80. Miranda M, Christello V, Portella L. Apoyo emocional ofrecido por el equipo de enfermería a pacientes hospitalizados. 2024 [citado 1 de julio de 2024];9(40):8. Disponible en: <https://www.index-f.com/evidentia/n40/ev7822.php>
81. Heredia M, Narváez C. La importancia de la evaluación del desempeño del talento humano en las organizaciones de salud. Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía [Internet]. 2021 [citado 6 de julio de 2024];6(12):241. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5768/576868967009/html/>
82. Parra B. El trabajo social de grupo en la actualidad [Internet]. 2020. Disponible en: [https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/121897/1/MBPR\\_TESIS.pdf](https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/121897/1/MBPR_TESIS.pdf)

## ANEXOS



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

Guayaquil, 26 de febrero del 2024

**Srta. Carmen Josefa Risco Mejia**  
**Srta. Estefany Solange Quintana Ocaña**  
**Estudiantes de la Carrera de Enfermería**  
**Universidad Católica de Santiago de Guayaquil**



Facultad de Ciencias  
de la Salud

De mis consideraciones:

Reciban un cordial saludo de parte de la Dirección de la Carrera de Enfermería, a la vez les comunico, que su tema de trabajo de titulación: **“Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos.”** ha sido aprobado por la Comisión Académica de la Carrera, el tutor asignado es la Dra. Amarilis Pérez Licea.

Me despido deseándoles éxito en la realización de su trabajo de titulación.

**CARRERAS,**  
Medicina  
Odontología  
Enfermería  
Nutrición, Dietética y Estética  
Terapia Física

Atentamente,

**Lcda. Ángela Mendoza Vines**  
**Directora de la Carrera de Enfermería**  
**Universidad Católica de Santiago de Guayaquil**

Tel. 3804600  
Ext. 1801-1802  
www.ucsg.edu.ec  
Apartado 09-01-4671  
Guayaquil-Ecuador



## EN TRANSFORMACIÓN

Oficio N. HGNGC-SDI-20241507-1

Guayaquil, 15 de Julio del 2024.

La Subdirección de Docencia e investigación del Hospital General del Norte de Guayaquil Los Ceibos, CERTIFICA que se ha revisado y aprobado su proyecto Final de Titulación realizado por las estudiantes, Srtas. RISCO MEJÍA CARMEN JOSEFA Y QUINTANA OCAÑA ESTEFANY SOLANGE, INTERNAS ROTATIVAS DE ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD de CATOLICA DE GUAYAQUIL con el proyecto de Tesis "CONSECUENCIA DE LA SOBRECARGA LABORAL EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DE LA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS EN EL HOSPITAL DEL NORTE DE GUAYAQUIL CEIBOS."

Particular que autorizo y pongo a conocimiento para los fines pertinentes

Atentamente,

**Dr. Paulo César Cedeño Navas**  
Subdirector de Docencia  
Hospital General del Norte de Guayaquil Los Ceibos



[www.iess.gob.ec](http://www.iess.gob.ec)





## Imágenes de Recolección de Datos





## **Cuestionario De Preguntas**

### **INDICACIONES:**

- Responda de la manera más sincera posible
- Los resultados son de índole académico, más no monetario
- La veracidad de la información servirá para establecer estrategias preventivas o de control

### **DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS**

#### **¿Cuántos años tiene usted?**

- a) 22-27 años
- b) 28-33 años
- c) 34-39 años
- d) 40-45 años
- e) 46 años en adelante

#### **¿En qué sexo se autoidentifica?**

- a) Hombre
- b) Mujer

#### **¿Cuál es su zona de procedencia?**

- Rural
- Urbana

#### **¿Cuál es su preferencia religiosa?**

- a) Ninguna
- b) Católica
- c) Evangélica

d) Otra

**¿Cuánto tiempo de experiencia tiene laborando como enfermera (o)?**

a) Menos de 5 años

b) 6-11 años

c) 12-17 años

### **INSTRUMENTO PARA ESTIMACIÓN DE CARGA LABORAL (NASA-TLX)**

**a) ¿Cuánta capacidad mental y de percepción se requirió para cumplir sus actividades?**

Bajo (0-9)                      Medio (10-15)                      Alto (16-20)

**b) ¿Es una tarea sencilla o complicada, simple o compleja, difícil o fácil?**

Bajo (0-9)                      Medio (10-15)                      Alto (16-20)

**c) ¿Cuánta actividad física fue necesaria? (Por ejemplo: empujar, tirar, girar, pulsar, accionar, etc.)**

Bajo (0-9)                      Medio (10-15)                      Alto (16-20)

**d) ¿Se trata de una tarea fácil ó difícil, lenta o rápida, relajada o cansada?**

Bajo (0-9)                      Medio (10-15)                      Alto (16-20)

**e) ¿Cuánta presión de tiempo sintió, debido al ritmo al cual se sucedían las tareas o los elementos de las tareas?**

Bajo (0-9)                      Medio (10-15)                      Alto (16-20)

**f) ¿Era el ritmo lento y pausado (bajo), unas que otras veces lento y rápido (medio) rápido y frenético (alto)?**

Bajo (0-9)                      Medio (10-15)                      Alto (16-20)

**g) ¿En qué medida ha tenido que trabajar (física o mental mente) para alcanzar su nivel de resultados?**

Bajo (0-9)                      Medio (10-15)                      Alto (16-20)

**h) ¿Hasta qué punto cree que ha tenido éxito en los objetivos establecidos por el investigador (o por usted misma (o))?**

Bueno (0-9)                      Más o menos (10-15)                      Alto (16-20)

**i) ¿Cuál es su grado de satisfacción con su nivel de ejecución?**

Bueno (0-9)                      Más o menos (10-15)                      Alto (16-20)

**j) Durante la tarea, en qué medida se ha sentido insegur@, desalentad@, irritad@, tens@) o preocupad@?**

Bueno (0-9)                      Más o menos (10-15)                      Alto (16-20)

**k) Durante la tarea, en qué medida se ha sentido segur@, content@, relajad@ y satisfech@?**

Bueno (0-9)                      Más o menos (10-15)                      Alto (16-20)

### **CONSECUENCIAS POR LA SOBRECARGA**

**¿Cuál de la siguiente clínica, alteración de salud usted presenta en este momento? (Puede elegir más de 1 si así lo requiere)**

#### **Biológicas**

- a. Estado inmunológico
- b. Molestias Musculares
- c. Trastornos intestinales
- d. Trastornos vasculares
- e. Trastornos Dermatológicos
- f. Trastornos sexuales

#### **Psicológicas**

- a. Ansiedad
- b. Depresión Crónica
- c. Síndrome de Burnout
- d. Suicidio
- e. Dificultad para dormir

#### **Sociales**

- a. Aislamiento
- b. Consumo excesivo de alcohol, drogas, tabaco
- c. Absentismo laboral
- d. Consumo excesivo de café

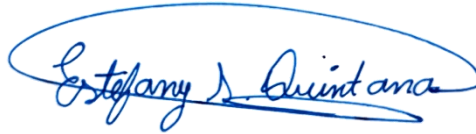
## DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Quintana Ocaña Estefany Solange**, con C.C: # 0952713188 autor/a del trabajo de titulación: **Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024**, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERIA** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 2 de **septiembre** de **2024**

f. 

CC: 0952713188

## DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Risco Mejía Carmen Josefa**, con C.C: # 1311936874 autor/a del trabajo de titulación: **Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024**, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERIA** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 2 de **septiembre** de **2024**



f. \_\_\_\_\_

**CC: 1311936874**

## REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

### FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

|                                  |  |                        |    |
|----------------------------------|--|------------------------|----|
| <b>TEMA Y SUBTEMA:</b>           | Consecuencia de la sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en el Hospital del Norte de Guayaquil Ceibos, Período 2023-2024 |                        |    |
| <b>AUTOR(ES)</b>                 | Quintana Ocaña Estefany Solange<br>Risco Mejía Carmen Josefa   |                        |    |
| <b>REVISOR(ES)/TUTOR(ES)</b>     | Dra. Pérez Licea, Amarilis Rita PhD  |                        |    |
| <b>INSTITUCIÓN:</b>              | Universidad Católica de Santiago de Guayaquil  |                        |    |
| <b>FACULTAD:</b>                 | Ciencias de la Salud   |                        |    |
| <b>CARRERA:</b>                  | Enfermería   |                        |    |
| <b>TÍTULO OBTENIDO:</b>          | Licenciadas en enfermería  |                        |    |
| <b>FECHA DE PUBLICACIÓN:</b>     | 02/09/2024   | <b>No. DE PÁGINAS:</b> | 60 |
| <b>ÁREAS TEMÁTICAS:</b>          | Salud Pública  |                        |    |
| <b>PALABRAS CLAVE/ KEYWORDS:</b> | Consecuencia, Enfermería, Sobrecarga laboral, Test Nasa TLX, Unidad de Cuidados Intensivos   |                        |    |

### RESUMEN/ABSTRACT

Cuando un trabajador decide o es requerido por su empleador a aumentar su carga horaria laboral más allá de lo habitual, puede experimentar consecuencias negativas debido a la sobrecarga laboral. **Objetivo:** Determinar las consecuencias de la sobrecarga laboral en el personal de enfermería. **Metodología:** Se realizó el estudio descriptivo/cuantitativo, con diseño prospectivo de naturaleza transversal. **Instrumento:** Encuesta, test NASA TLX. **Técnica:** Observación directa. **Población y Muestra:** 81 profesionales de unidad de cuidados intensivos intermedios (11 licenciados), unidad de cuidados intensivos adultos (40 licenciados), unidad de cuidados intensivos neonatales (30 licenciados). **Resultados:** Respecto a los datos sociodemográficos reflejaron que el 51% tiene entre los 28 a 33 años, 53% mujeres, 62% de zonas urbanas, 48% 2-4 años de experiencia en UCI, 94% trabaja entre 48-50 horas semanales, 49% son de UCIA. En cuanto a las exigencias mentales, 38% considera su capacidad mental y de percepción para cumplir las actividades en nivel alto y complejas (49%); físicas: 65% en nivel alto la actividad física durante su jornada laboral y rápidas (49%); temporales: 52% perciben nivel alto de presión por el ritmo de sus labores,



con ritmo rápido y frenético; rendimiento: 40% trabaja en nivel alto para conseguir sus resultados/objetivos, 38% estuvieron satisfechos por el éxito de sus objetivos; frustración: 41% se ha sentido inseguro. **Conclusión:** se ha verificado que el 99% del personal de enfermería reportan molestias musculares por las exigencias físicas, mentales y también, tienen dificultad para dormir

|   |   |   |
|---|---|---|
| <b>ADJUNTO PDF:</b>   | <input checked="" type="checkbox"/> SI                  | <input type="checkbox"/> NO   |
| <b>CONTACTO CON AUTOR/ES:</b>                                     | <b>Teléfono:</b><br>0997968877<br>0985841098            | <b>E-mail:</b><br>estefany.quintana@cu.ucsg.edu.ec<br>carmen.risco@cu.ucsg.edu.ec |
| <b>CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE):</b> | <b>Nombre: Lcda. Holguín Jiménez Martha Lorena, Mgs</b> |   |
|   | <b>Teléfono: 593 0993142597</b>                         |   |
|   | <b>E-mail: martha.holguin01@cu.ucsg.edu.ec</b>          |   |
| <b>SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA</b>                             |   |   |
| <b>Nº. DE REGISTRO (en base a datos):</b>                         |   |   |
| <b>Nº. DE CLASIFICACIÓN:</b>                                      |   |   |
| <b>DIRECCIÓN URL (tesis en la web):</b>                           |   |   |