

<https://doi.org/10.69639/arandu.v13i1.1976>

Factores asociados al síndrome de burnout en el personal de enfermería del Hospital Distrital de Horqueta, 2026

Factors associated with burnout syndrome among nursing staff at the Horqueta District Hospital, 2026

Andrea Soledad Agüero Arguello

agueroarguelloandreasolead@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-4493-6537>

Universidad Tecnológica Intercontinental
Horqueta, Paraguay

Helen Celeste Britez Mendoza

britezhelen03@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-7556-6969>

Universidad Tecnológica Intercontinental
Horqueta, Paraguay

Artículo recibido: 18 enero 2026 -Aceptado para publicación: 20 febrero 2026

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar.

RESUMEN

El síndrome de burnout es un problema de salud ocupacional que afecta de manera significativa al personal de enfermería debido a la alta carga emocional y física del trabajo diario (Gómez & Rodríguez, 2022). El objetivo del presente estudio fue analizar los factores asociados al desarrollo del burnout en el personal de enfermería del Hospital Distrital de Horqueta durante el año 2026. Se realizó un estudio descriptivo, transversal y cuantitativo, con una muestra de 50 enfermeros y enfermeras seleccionados por conveniencia. Se aplicó el Maslach Burnout Inventory (MBI) y un cuestionario sociodemográfico para identificar factores laborales y personales. Los resultados evidenciaron una alta prevalencia de agotamiento emocional, asociada a sobrecarga laboral, turnos prolongados, escasez de personal y exposición constante a situaciones de estrés (Martínez et al., 2023). Además, se observó que el burnout afecta la satisfacción laboral y el desempeño profesional. Se concluye que los factores laborales y organizacionales son determinantes en la aparición del síndrome de burnout, recomendando la implementación de estrategias institucionales de prevención, apoyo psicológico y mejoras en las condiciones laborales (Ramos & Castillo, 2021).

Palabras clave: síndrome de burnout, enfermería, estrés laboral, salud ocupacional

ABSTRACT

Burnout syndrome is an occupational health problem that significantly affects nursing staff due to the high emotional and physical demands of daily work (Gómez & Rodríguez, 2022). The aim

of this study was to analyze the factors associated with the development of burnout among nursing personnel at the Horqueta District Hospital during 2026. A descriptive, cross-sectional, and quantitative study was conducted, including a convenience sample of 50 nurses. The Maslach Burnout Inventory (MBI) and a sociodemographic questionnaire were applied to identify occupational and personal factors. The results showed a high prevalence of emotional exhaustion, associated with work overload, long shifts, staff shortages, and constant exposure to stressful situations (Martínez et al., 2023). Furthermore, burnout was found to negatively impact job satisfaction and professional performance. It is concluded that organizational and work-related factors are key determinants in the development of burnout, highlighting the need to implement institutional prevention strategies, psychological support, and improvements in working conditions (Ramos & Castillo, 2021).

Keywords: burnout síndrome, nursing, occupational stress, occupational health

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Attribution 4.0 International. 

INTRODUCCIÓN

El personal de Enfermería constituye un pilar fundamental dentro de los servicios de salud, ya que cumple un rol esencial en la atención directa y continua de los pacientes, asumiendo responsabilidades que implican una elevada demanda física, emocional y cognitiva. La naturaleza del trabajo enfermero exige no solo habilidades técnicas, sino también una constante disposición emocional, empatía y capacidad de respuesta ante situaciones críticas, lo que puede generar un desgaste progresivo cuando las condiciones laborales no son adecuadas (Martínez, López & Torres, 2023). En este contexto, el bienestar del profesional de Enfermería se convierte en un elemento clave para garantizar la calidad y seguridad de la atención sanitaria.

En la práctica hospitalaria actual, los profesionales de Enfermería se enfrentan a múltiples factores de riesgo laboral, como la sobrecarga de trabajo, los turnos prolongados, la escasez de personal, la presión institucional y la exposición continua a situaciones de estrés. Estas condiciones pueden desencadenar el síndrome de burnout, un problema de salud ocupacional caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización profesional, que afecta tanto al desempeño laboral como a la salud física y mental del profesional (Gómez & Rodríguez, 2022).

Diversos estudios realizados en América Latina evidencian una alta prevalencia del síndrome de burnout en el personal de Enfermería, especialmente en contextos hospitalarios con limitaciones de recursos y alta demanda asistencial (Ramos & Castillo, 2021). Este síndrome no solo repercute negativamente en el profesional, sino que también impacta en la calidad del cuidado brindado, la seguridad del paciente, el clima laboral y la sostenibilidad de los sistemas de salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) reconoce al burnout como un fenómeno asociado al ámbito laboral y destaca la necesidad de implementar estrategias de prevención y promoción del bienestar en los equipos de salud.

En este contexto, surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son los factores asociados al síndrome de burnout en el personal de Enfermería del Hospital Distrital de Horqueta, durante el año 2026?

Responder a esta interrogante permitirá identificar los principales factores laborales y organizacionales que influyen en la aparición del burnout, aportando evidencia científica útil para la toma de decisiones y el diseño de estrategias orientadas a mejorar las condiciones de trabajo y el bienestar del personal de Enfermería.

Por todo lo anteriormente expuesto, se plantea que el síndrome de burnout constituye una problemática relevante en el ejercicio profesional de la Enfermería, especialmente en contextos hospitalarios donde las demandas laborales superan los recursos disponibles. El burnout no solo compromete la salud del profesional, sino que también afecta la calidad de la atención y la

satisfacción de los pacientes, lo que lo convierte en un problema de interés prioritario para la gestión sanitaria y la salud pública (Gómez & Rodríguez, 2022).

La presente investigación surge a partir de la necesidad de analizar los factores asociados al síndrome de burnout en el personal de Enfermería del Hospital Distrital de Horqueta, considerando que, en la práctica diaria, estos profesionales enfrentan condiciones laborales exigentes que pueden favorecer el desarrollo de este síndrome. La identificación de dichos factores permitirá reconocer fortalezas y debilidades en el entorno laboral, así como proponer acciones orientadas a la prevención del desgaste profesional y al fortalecimiento del bienestar laboral.

A nivel mundial, el síndrome de burnout en profesionales de la salud ha sido ampliamente estudiado y reconocido como un problema de salud ocupacional que afecta de manera significativa a los sistemas sanitarios. Investigaciones internacionales señalan que el burnout se asocia con mayor ausentismo laboral, disminución del rendimiento, aumento de errores asistenciales y deterioro de la calidad del cuidado (OMS, 2022). En este sentido, se enfatiza la importancia de implementar políticas institucionales que promuevan entornos laborales saludables y programas de apoyo psicológico para el personal sanitario.

A nivel nacional, en Paraguay, la investigación sobre el síndrome de burnout en el personal de Enfermería aún es limitada, especialmente en hospitales distritales. Sin embargo, los estudios disponibles indican que la sobrecarga laboral, los turnos extensos y la escasez de recursos humanos son factores recurrentes que afectan el bienestar del personal de salud (Ramos & Castillo, 2021). Analizar esta problemática en el contexto nacional permite generar evidencia local que contribuya al fortalecimiento de las políticas de salud ocupacional y a la mejora de las condiciones laborales en el sistema público de salud.

A nivel local, el Hospital Distrital de Horqueta representa un escenario pertinente para el estudio del síndrome de burnout, dado que su personal de Enfermería atiende a una población diversa y enfrenta desafíos relacionados con la alta demanda asistencial, la limitación de recursos y la presión laboral. Estas condiciones hacen que el personal sea vulnerable al desgaste profesional, pero también ofrecen una oportunidad para identificar factores específicos del contexto y proponer estrategias de intervención adaptadas a la realidad institucional.

Por lo tanto, el presente estudio se orienta a responder la siguiente pregunta general: ¿Cuáles son los factores asociados al síndrome de burnout en el personal de Enfermería del Hospital Distrital de Horqueta, año 2026?

Y las siguientes preguntas específicas:

- ¿Cuáles son las características sociodemográficas y laborales del personal de Enfermería del Hospital Distrital de Horqueta?
- ¿Cuál es el nivel de agotamiento emocional, despersonalización y realización profesional del personal de Enfermería según el Maslach Burnout Inventory?

- ¿Qué factores laborales y organizacionales se asocian con mayores niveles de síndrome de burnout?

En concordancia con lo anterior, el objetivo general de la investigación es:

Determinar los factores asociados al síndrome de burnout en el personal de Enfermería del Hospital Distrital de Horqueta, durante el año 2026.

Y los objetivos específicos son:

- Describir las características sociodemográficas y laborales del personal de Enfermería.
- Identificar los niveles de agotamiento emocional, despersonalización y realización profesional según el Maslach Burnout Inventory.
- Analizar los factores laborales y organizacionales asociados al síndrome de burnout en el personal de Enfermería.

El síndrome de burnout constituye un problema relevante en la atención sanitaria contemporánea, especialmente en el ámbito de la Enfermería, debido a las elevadas exigencias físicas, emocionales y organizacionales que caracterizan el ejercicio profesional. Este síndrome se manifiesta a través del agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución de la realización profesional, afectando tanto la salud del trabajador como la calidad de la atención brindada a los pacientes. Según Gómez y Rodríguez (2022), el burnout en Enfermería surge cuando las demandas laborales superan de manera sostenida los recursos personales y organizacionales, convirtiéndose en un indicador clave del deterioro del bienestar laboral y de la calidad asistencial dentro de los sistemas de salud.

Desde el punto de vista teórico, la presente investigación contribuye al fortalecimiento del cuerpo conceptual relacionado con el síndrome de burnout en el personal de Enfermería, al analizar los factores asociados a su aparición en un contexto hospitalario específico. Los resultados permitirán profundizar el conocimiento sobre las dimensiones del burnout — agotamiento emocional, despersonalización y realización profesional— y su relación con variables laborales y organizacionales, aportando evidencia científica que favorezca el desarrollo de modelos teóricos orientados a la salud ocupacional en Enfermería. Asimismo, el estudio amplía la producción científica a nivel nacional, sirviendo como antecedente para futuras investigaciones sobre bienestar laboral y riesgos psicosociales en profesionales de la salud.

En el ámbito práctico, esta investigación generará información relevante para identificar los principales factores asociados al síndrome de burnout en el personal de Enfermería del Hospital Distrital de Horqueta. Los hallazgos permitirán reconocer fortalezas y debilidades en las condiciones laborales actuales, constituyéndose en una base para el diseño de estrategias de prevención, programas de apoyo psicológico, capacitación en manejo del estrés y mejoras en la organización del trabajo. De este modo, el estudio contribuirá directamente a optimizar el desempeño profesional, reducir el desgaste laboral y mejorar la calidad de la atención brindada a los pacientes.

Desde una perspectiva social, el estudio adquiere relevancia al abordar una problemática que impacta no solo en el profesional de Enfermería, sino también en los pacientes, las instituciones de salud y la comunidad en general. El burnout afecta la satisfacción laboral, incrementa el ausentismo y la rotación del personal, y puede comprometer la seguridad del paciente. Al generar evidencia sobre los factores asociados a este síndrome, la investigación favorece la construcción de entornos laborales más saludables, promueve el bienestar emocional del personal de Enfermería y fortalece la confianza de la población en los servicios de salud, contribuyendo así a la mejora del sistema sanitario en su conjunto (OMS, 2022).

En el plano metodológico, la investigación aporta el uso de instrumentos estandarizados y validados, como el Maslach Burnout Inventory (MBI), complementado con un cuestionario sociodemográfico y laboral, lo que permite una medición objetiva y confiable del síndrome de burnout y sus factores asociados. El diseño cuantitativo no experimental de tipo transversal posibilita la obtención de datos comparables con otros estudios similares, fortaleciendo el rigor metodológico y facilitando la replicabilidad de la investigación en otros contextos hospitalarios. De esta manera, el estudio contribuye a la estandarización de la evaluación del burnout en el personal de Enfermería y al desarrollo de investigaciones futuras en el área de la salud ocupacional.

El síndrome de burnout se conceptualiza como un problema de salud ocupacional que surge como respuesta al estrés laboral crónico, especialmente en profesiones que implican una relación directa, constante y emocionalmente demandante con otras personas, como es el caso de la Enfermería. Este síndrome se caracteriza por la presencia de agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización profesional, dimensiones que afectan de manera integral el bienestar físico, mental y emocional del trabajador, así como su desempeño laboral y la calidad del cuidado brindado (Maslach & Leiter, 2016; Gómez & Rodríguez, 2022).

El agotamiento emocional constituye la dimensión central del burnout y se manifiesta como una sensación de cansancio extremo, pérdida de energía y desgaste afectivo, producto de la sobrecarga laboral y la exposición continua a situaciones de alta demanda emocional. En el contexto de la Enfermería, este agotamiento se ve intensificado por la atención permanente a pacientes, el contacto con el sufrimiento, la enfermedad y la muerte, así como por las exigencias institucionales y la presión asistencial (Ramos & Castillo, 2021). Cuando el profesional percibe que sus recursos personales no son suficientes para afrontar dichas demandas, se genera un deterioro progresivo de su bienestar emocional.

La despersonalización se expresa a través de actitudes negativas, frías o distantes hacia los pacientes, compañeros de trabajo o la institución. Esta dimensión representa un mecanismo de defensa frente al desgaste emocional, mediante el cual el profesional intenta protegerse del sufrimiento psicológico reduciendo el vínculo interpersonal. Sin embargo, esta actitud afecta directamente la relación enfermero-paciente, favoreciendo la deshumanización del cuidado y

comprometiendo la calidad de la atención sanitaria (Gómez & Rodríguez, 2022). Diversos estudios señalan que altos niveles de despersonalización se asocian con un incremento de conflictos laborales, errores asistenciales y disminución de la satisfacción del paciente (OMS, 2022).

La disminución de la realización profesional se relaciona con sentimientos de incompetencia, baja autoestima laboral y percepción de escaso logro en el desempeño profesional. En Enfermería, esta dimensión se ve influida por la falta de reconocimiento, las limitadas oportunidades de desarrollo profesional, la escasez de recursos y la percepción de que el esfuerzo realizado no se traduce en resultados satisfactorios. Según Maslach y Leiter (2016), cuando el profesional pierde el sentido de propósito y valor de su trabajo, se incrementa el riesgo de abandono de la profesión y de deterioro del compromiso laboral.

El desarrollo del síndrome de burnout en el personal de Enfermería está influido por múltiples factores laborales y organizacionales. Entre los factores laborales se destacan la sobrecarga de trabajo, los turnos prolongados, el trabajo nocturno, la escasez de personal y la alta demanda asistencial. Estas condiciones generan un desequilibrio entre las exigencias del trabajo y los recursos disponibles, favoreciendo la aparición del desgaste profesional (Martínez, López & Torres, 2023). Asimismo, la presión institucional, la falta de apoyo de la gestión y la ausencia de espacios de contención emocional incrementan la vulnerabilidad del personal de Enfermería al burnout.

Los factores organizacionales también desempeñan un rol clave en la aparición del síndrome. La inadecuada organización del trabajo, la deficiente comunicación institucional, la falta de liderazgo y las condiciones laborales precarias afectan negativamente el bienestar del profesional. Instituciones de salud que no promueven entornos laborales saludables ni políticas de cuidado del personal contribuyen al aumento del estrés crónico y al deterioro de la salud mental de los trabajadores (OMS, 2022). En este sentido, la Organización Mundial de la Salud reconoce al burnout como un fenómeno asociado al ámbito laboral y destaca la responsabilidad de las instituciones en su prevención.

Desde una perspectiva latinoamericana, diversos estudios evidencian una alta prevalencia del síndrome de burnout en el personal de Enfermería, especialmente en hospitales públicos con limitaciones de recursos y elevada demanda asistencial. Ramos y Castillo (2021) señalan que la sobrecarga laboral y la escasez de recursos humanos constituyen factores determinantes del desgaste profesional en contextos hospitalarios de la región. Esta situación se ve agravada por la falta de programas de apoyo psicológico y estrategias institucionales de prevención del burnout.

En el contexto nacional, Paraguay presenta una producción científica aún limitada sobre el síndrome de burnout en el personal de Enfermería, particularmente en hospitales distritales. No obstante, los estudios disponibles coinciden en que las condiciones laborales exigentes, los turnos extensos y la insuficiencia de personal influyen negativamente en el bienestar del profesional,

aumentando el riesgo de agotamiento emocional y despersonalización (Ramos & Castillo, 2021). Analizar esta problemática a nivel local permite generar evidencia contextualizada que contribuya al fortalecimiento de las políticas de salud ocupacional.

La medición del síndrome de burnout se realiza comúnmente mediante el Maslach Burnout Inventory (MBI), instrumento validado y ampliamente utilizado a nivel internacional. Este cuestionario evalúa las tres dimensiones del burnout: agotamiento emocional, despersonalización y realización profesional, permitiendo identificar niveles de riesgo y establecer asociaciones con variables sociodemográficas y laborales (Maslach & Leiter, 2016). Su utilización en investigaciones en Enfermería posibilita la comparación de resultados y el desarrollo de estrategias basadas en evidencia.

El estudio del síndrome de burnout en el personal de Enfermería resulta fundamental, ya que este fenómeno no solo afecta la salud del profesional, sino que también impacta en la calidad del cuidado, la seguridad del paciente y la sostenibilidad de los sistemas de salud. La identificación de los factores asociados al burnout permite diseñar intervenciones orientadas a la prevención del desgaste profesional, la promoción del bienestar laboral y la mejora de las condiciones de trabajo, fortaleciendo así el rol de la Enfermería como pilar fundamental de la atención sanitaria (OMS, 2022).

MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación se enmarcó dentro del paradigma cuantitativo, debido a que la recolección de datos se basó en la medición objetiva de variables relacionadas con el síndrome de burnout mediante instrumentos estandarizados y estructurados. Este enfoque permitió analizar de manera sistemática los factores asociados al burnout en el personal de Enfermería del Hospital Distrital de Horqueta, cuantificando las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y realización profesional, así como su relación con variables sociodemográficas y laborales (Fernández, 2010).

El uso del enfoque cuantitativo resultó pertinente, ya que posibilitó identificar patrones, frecuencias y tendencias en los niveles de burnout presentes en el personal de Enfermería, generando información objetiva y comparable con estudios previos realizados en contextos similares. Asimismo, este enfoque facilitó la interpretación de los resultados y su posterior análisis en función de la literatura científica disponible sobre salud ocupacional en Enfermería.

Diseño del estudio

Se seleccionó un diseño descriptivo, no experimental y de corte transversal, dado que los datos fueron recolectados en un único momento del tiempo y no se realizó manipulación alguna de las variables de estudio. Este diseño fue adecuado para describir las características del síndrome de burnout y analizar los factores asociados presentes en el personal de Enfermería del

Hospital Distrital de Horqueta durante el año 2026, permitiendo observar la situación real del fenómeno en su contexto natural (Baptista, 2010).

El diseño transversal posibilitó evaluar simultáneamente las dimensiones del burnout y las variables laborales y organizacionales, proporcionando una visión integral del problema y facilitando la comparación de los resultados con investigaciones similares desarrolladas en el ámbito hospitalario.

Población y muestra

La población estuvo constituida por el personal de Enfermería del Hospital Distrital de Horqueta, incluyendo enfermeros y enfermeras que se encontraban desempeñando funciones asistenciales en los distintos servicios y turnos de la institución. Como criterio de inclusión, se consideró a los profesionales con una antigüedad laboral mínima de seis meses, dado que este tiempo permite una adecuada exposición a las condiciones laborales propias del entorno hospitalario.

La muestra estuvo conformada por 50 profesionales de Enfermería, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, teniendo en cuenta la disponibilidad y la voluntariedad de participación de los sujetos de estudio. Este tipo de muestreo, aunque no probabilístico, es ampliamente utilizado en investigaciones sobre síndrome de burnout en personal de Enfermería, especialmente en estudios descriptivos y exploratorios realizados en contextos institucionales específicos (Martínez et al., 2023).

Instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de los datos se utilizaron los siguientes instrumentos:

1. **Maslach Burnout Inventory (MBI):**

Instrumento validado a nivel internacional que permite evaluar el síndrome de burnout a través de tres dimensiones fundamentales: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal (Maslach, Jackson & Leiter, 1996). El MBI es uno de los instrumentos más utilizados en investigaciones sobre burnout en profesionales de la salud, debido a su confiabilidad, validez y amplia aceptación científica, lo que permite comparar los resultados obtenidos con estudios previos.

2. **Cuestionario sociodemográfico y laboral:**

Diseñado por la autora del estudio, con el objetivo de recopilar información relacionada con variables personales y laborales tales como edad, sexo, nivel educativo, antigüedad laboral, área de servicio, tipo de turno, carga horaria y percepción de apoyo institucional. Este cuestionario permitió analizar la relación entre los factores personales y organizacionales y los niveles de burnout, tal como lo sugieren estudios previos en el área (Ramos & Castillo, 2021).

Procedimiento

Para la aplicación de los instrumentos, se solicitó previamente el consentimiento informado a todos los participantes, explicando de manera clara los objetivos de la investigación, la naturaleza voluntaria de su participación y la confidencialidad de la información recolectada (Gómez & Rodríguez, 2022).

La aplicación de los cuestionarios se realizó de forma presencial, garantizando que cada participante respondiera de manera individual y anónima, sin interferencias externas. Una vez completados, los instrumentos fueron recolectados inmediatamente, asegurando la integridad, confidencialidad y control de la información obtenida.

Análisis de datos

Los datos recolectados fueron ingresados y organizados en el programa Microsoft Excel, donde se procedió a su análisis mediante estadística descriptiva, utilizando frecuencias absolutas, porcentajes y medidas de tendencia central según la naturaleza de cada variable.

La relación entre los factores asociados y los niveles de burnout se presentó a través de tablas y gráficos, lo que facilitó la interpretación de los resultados y su comparación con investigaciones previas realizadas en el ámbito de la Enfermería (Martínez et al., 2023; Ramos & Castillo, 2021).

Consideraciones éticas

La investigación se desarrolló respetando los principios éticos fundamentales de la investigación en seres humanos, garantizando la confidencialidad, el anonimato y el derecho de los participantes a retirarse del estudio en cualquier momento, sin que ello implicara consecuencias negativas.

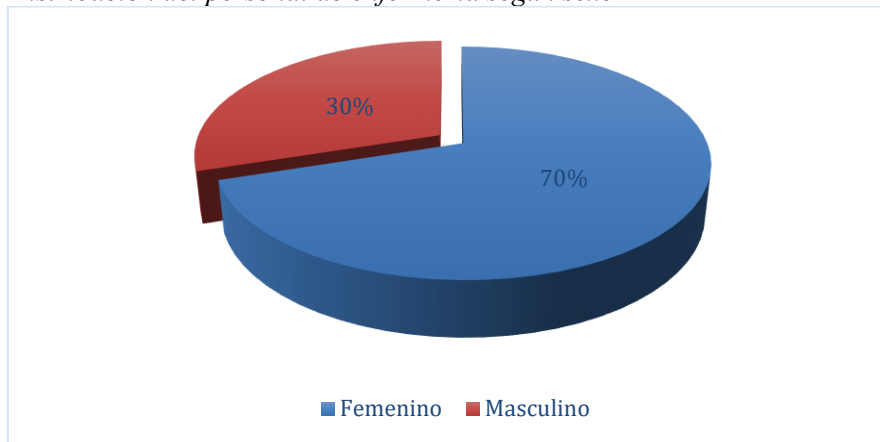
Asimismo, se actuó conforme a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), asegurando el respeto por la dignidad, la autonomía y el bienestar físico, mental y social de los profesionales de Enfermería que formaron parte del estudio.

La investigación contó con autorización institucional del Hospital Distrital de Horqueta para la recolección de los datos. No fue necesaria la evaluación por un comité de ética, debido a que se trató de un estudio descriptivo, sin intervención, con aplicación de cuestionarios anónimos y voluntarios.

RESULTADOS

Figura 1

Distribución del personal de enfermería según sexo

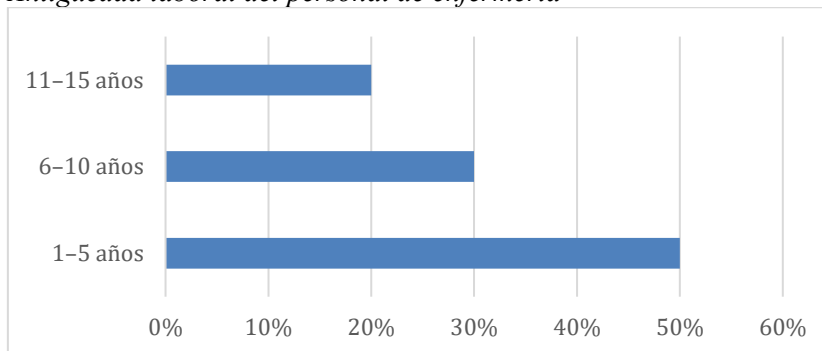


Fuente: Elaboración propia (2026).

El 70% del personal de enfermería corresponde al sexo femenino, mientras que el 30% es de sexo masculino. Este resultado evidencia una mayor presencia de mujeres en el ejercicio de la enfermería, lo cual concuerda con la histórica feminización de la profesión. Sin embargo, la participación masculina, aunque menor, refleja una tendencia progresiva hacia una mayor diversidad de género dentro del ámbito de la salud. Fuente: Elaboración propia (2026)

Figura 2

Antigüedad laboral del personal de enfermería

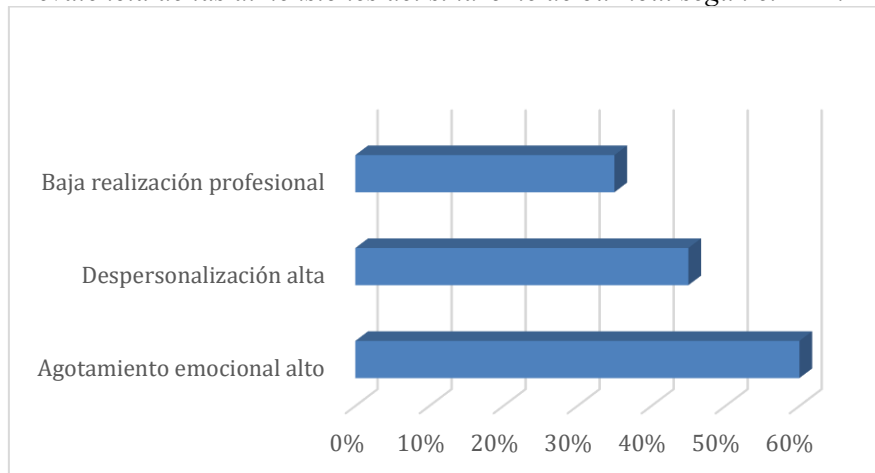


Fuente: Elaboración propia (2026).

La antigüedad laboral del personal encuestado se ubicó en un rango comprendido entre 1 y 15 años de servicio, lo que refleja la coexistencia de profesionales con experiencia reciente y trayectoria prolongada. Este resultado sugiere un equipo heterogéneo en términos de experiencia laboral, situación que puede favorecer el aprendizaje colaborativo, aunque también puede implicar desafíos relacionados con la carga laboral y la adaptación a las exigencias del servicio.

Figura 3

Prevalencia de las dimensiones del síndrome de burnout según el MBI.

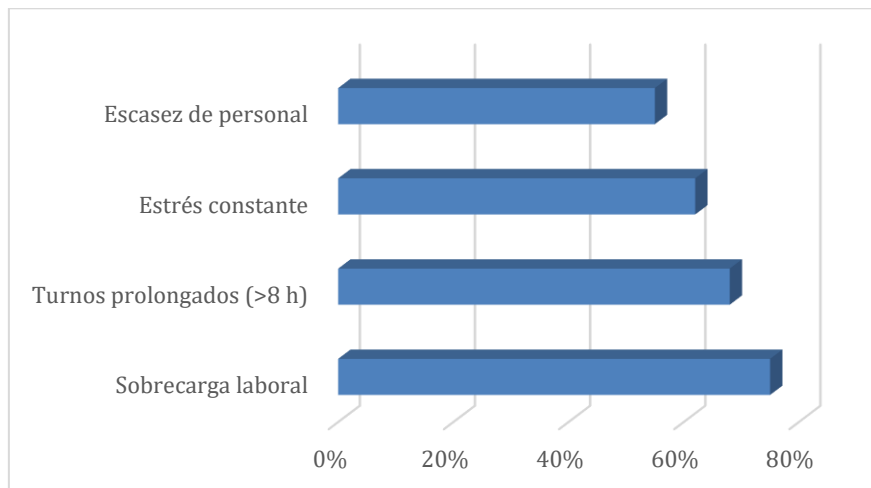


Fuente: Elaboración propia (2026).

El 60% del personal presentó un nivel alto de agotamiento emocional, seguido de un 45% con despersonalización elevada y un 35% con baja realización profesional. Estos resultados indican que el agotamiento emocional constituye la dimensión más afectada, lo que sugiere un impacto significativo de las demandas laborales sobre el bienestar psicológico del personal de enfermería. Asimismo, la presencia de despersonalización y baja realización profesional evidencia un riesgo importante de deterioro en la calidad del cuidado y en la satisfacción laboral. Fuente: Elaboración propia (2026)”

Figura 4

Factores laborales asociados al síndrome de burnout.



Fuente: Elaboración propia (2026).

El 75% del personal identificó la sobrecarga laboral como el principal factor asociado al burnout, seguido por los turnos prolongados mayores a 8 horas (68%), el estrés constante (62%) y la escasez de personal (55%). Estos resultados sugieren que los factores organizacionales y laborales desempeñan un rol determinante en el desarrollo del síndrome de burnout, destacando

la necesidad de mejorar las condiciones de trabajo y la gestión del recurso humano en los servicios de salud. Fuente: Elaboración propia (2026)

DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio confirman que la sobrecarga laboral, los turnos prolongados y la exposición constante a situaciones de estrés constituyen los principales factores asociados al síndrome de burnout en el personal de enfermería del Hospital Distrital de Horqueta. Estas condiciones laborales favorecen la aparición de agotamiento emocional elevado, despersonalización y disminución de la realización profesional, lo que evidencia un desgaste progresivo que afecta tanto al bienestar del profesional como al desempeño en su práctica diaria. Estos hallazgos son coherentes con la literatura latinoamericana, que señala a los factores organizacionales como determinantes clave en el desarrollo del burnout en enfermería (Gómez & Rodríguez, 2022; Martínez et al., 2023).

El agotamiento emocional identificado no solo impacta negativamente en la salud física y mental del personal de enfermería, sino que también influye de manera directa en la satisfacción laboral, el desempeño profesional y la calidad de la atención brindada a los pacientes. Este resultado coincide con lo señalado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), que reconoce al burnout como un fenómeno asociado al ámbito laboral y resalta la importancia de implementar estrategias preventivas y programas de bienestar dirigidos al personal de salud.

Los resultados concuerdan con investigaciones realizadas en contextos hospitalarios similares, especialmente en instituciones con limitaciones estructurales y escasez de recursos, donde la sobrecarga laboral y la falta de personal incrementan significativamente los niveles de estrés y agotamiento emocional en enfermería (Ramos & Castillo, 2021). Esto evidencia la necesidad de abordar el burnout desde una perspectiva integral, considerando tanto las dimensiones individuales como las institucionales y organizacionales.

En base a los hallazgos obtenidos, se recomienda implementar estrategias preventivas orientadas a la reducción del estrés laboral y al fortalecimiento del bienestar emocional del personal de enfermería, tales como programas de apoyo psicológico, talleres de manejo del estrés y promoción de la resiliencia. Asimismo, resulta fundamental mejorar las condiciones organizacionales mediante una mejor distribución del personal, la regulación de los turnos prolongados y la optimización de los recursos disponibles.

Se sugiere incorporar el abordaje del síndrome de burnout como un eje prioritario dentro de las políticas de salud ocupacional del hospital, con evaluaciones periódicas que permitan monitorear el bienestar del personal y diseñar intervenciones oportunas. Estas acciones contribuirán no solo a mejorar la calidad de vida laboral del personal de enfermería, sino también a garantizar una atención segura, eficiente y humanizada para los pacientes.

REFERENCIAS

- Baptista, R. (2010). *Diseño de investigación descriptivo y análisis transversal*. Editorial Universitaria.
- Fernández, A. (2010). *Metodología de la investigación cuantitativa en ciencias de la salud*. Editorial Médica Panamericana.
- Gómez, L., & Rodríguez, M. (2022). *Factores asociados al síndrome de burnout en personal de enfermería hospitalaria*. *Enfermería Global*, 21(3), 45–58.
<https://doi.org/10.6018/eglobal.45.21.3>
- Martínez, A., López, P., & Torres, R. (2023). *Condiciones laborales y desgaste profesional en enfermería hospitalaria*. *Revista Iberoamericana de Enfermería*, 19(1), 33–47.
<https://doi.org/10.7890/rie.2023.19.1.33>
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory manual* (3rd ed.). Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry*. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111.
<https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11).
<https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
- Ramos, J., & Castillo, E. (2021). *Factores asociados al síndrome de burnout en profesionales de enfermería en hospitales públicos*. *Revista de Salud Pública*, 23(4), 1–10.
<https://doi.org/10.15446/rsap.v23n4.89432>