

<https://doi.org/10.69639/arandu.v13i1.2017>

Riesgo psicosocial y síndrome de burnout en enfermeras de pacientes con enfermedades mentales

Psychosocial risk and burnout syndrome in nurses of patients with mental illnesses

Johanna Verónica Montenegro Armas

<https://orcid.org/0009-0006-1569-4756>

jmonteneg3@utmachala.edu.ec

Universidad Técnica de Machala

Machala – Ecuador

Roberto Eduardo Aguirre Fernández

reaguirre@utmachala.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-5289-6687>

Universidad Técnica de Machala

Machala - Ecuador

Artículo recibido: 10 enero 2026 -Aceptado para publicación: 20 febrero 2026

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar.

RESUMEN

En el contexto hospitalario, el personal de enfermería desempeña un rol esencial en la prestación directa de los cuidados al paciente y como eje de la movilidad social, organizacional y profesional dentro de los servicios sanitarios. El propósito del estudio es analizar de qué manera la gestión hospitalaria puede constituir una herramienta estratégica para la disminución del síndrome de burnout en el personal de enfermería de hospitales psiquiátricos, considerando los componentes estructurales, organizacionales y humanos que intervienen en su prevención y control. Se realizó una revisión sistemática sobre el Riesgo psicosocial y síndrome de burnout en enfermeras de pacientes con enfermedades mentales. Se efectuó una búsqueda exhaustiva en bases de datos electrónicas, PubMed, Science Direct, Elsevier y Scielo, con el empleo del método PRISMA en el período 2020 al 2025. Se identificaron 30 estudios que cumplían los criterios de inclusión, pero solo se seleccionaron 12 para esta investigación. Los resultados mostraron una asociación significativa entre el síndrome de burnout y una disminución de la calidad de vida en profesionales de enfermería. El agotamiento emocional se relacionó consistentemente con una peor calidad de vida en todas las áreas evaluadas, incluyendo los aspectos físicos, psicológicos, sociales y ambientales el estrés y el síndrome de burnout presentan una alta correlación en las profesiones de enfermería.

Palabras clave: enfermedades mentales, enfermedades mentales, estrés laboral, factores de riesgo, síndrome de burnout

ABSTRACT

In the hospital setting, nursing staff play a fundamental role in the direct provision of patient care and as a driving force for social, organizational, and professional mobility within healthcare services. The aim of this study is to analyze how hospital management can serve as a strategic tool for reducing burnout syndrome among nursing staff in psychiatric hospitals, considering the structural, organizational, and human components involved in its prevention and control. A systematic review was conducted on psychosocial risk and burnout syndrome in nurses caring for patients with mental illnesses. An exhaustive search was performed in electronic databases PubMed, ScienceDirect, Elsevier, and SciELO using the PRISMA approach for the period 2020–2025. Thirty studies were identified that met the inclusion criteria, but only 12 were selected for this research. The results showed a significant association between burnout syndrome and a decrease in quality of life among nursing professionals. Emotional exhaustion was consistently related to a poorer quality of life in all areas assessed, including physical, psychological, social, and environmental aspects. Stress and burnout syndrome show a high correlation in the nursing profession.

Keywords: mental illness, work stress, mental illness, factors risk, burnout syndrome

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

En el ámbito de la atención hospitalaria, el personal de enfermería juega un papel fundamental no solamente en la entrega directa de cuidados al paciente, sino también como fuerza impulsora de la movilidad social, organizacional y profesional dentro de los servicios de salud. No obstante, este colectivo se encuentra cada vez más expuesto a factores de estrés laboral, sobrecarga de trabajo, desgaste emocional y escenarios de alta demanda asistencial con condiciones que favorecen la aparición del síndrome de burnout o desgaste profesional. Esta problemática se vuelve aún más crítica cuando se sitúa en contextos de reemplazos profesionales y en transformaciones institucionales que conllevan a cambios laborales como sucede en los hospitales de grandes urbes ecuatorianas donde la historia de la salud pública, la sociedad y la organización hospitalaria han vivido profundas modificaciones.

El personal de enfermería constituye el grupo más numeroso de profesionales sanitarios, cuya principal tarea es brindar atención directa al paciente. Independientemente del entorno clínico, las exigencias de la atención sanitaria pueden ser altamente estresantes y representan riesgos para su seguridad mental (Cathébras, 2021). Estos desafíos se ven influenciados no solo por el entorno laboral, ya sean en hospitales somáticos o centros psiquiátricos, sino también por las características de los pacientes. El personal sanitario se enfrenta a numerosos desafíos a la hora de garantizar la seguridad del paciente y brindar una atención de alta calidad. Las exigencias impuestas por empleadores y pacientes a menudo someten al personal de enfermería a un estrés intenso y una presión constante (Tomaszewska et al., 2024).

El personal de enfermería psiquiátrica tiende a experimentar niveles elevados de estrés debido a la naturaleza de su trabajo, que implica la atención de personas con tendencias suicidas, agresividad o amenazas de violencia, generando una carga emocional superior a la del personal de enfermería de otras especialidades (Röhricht et al., 2024). El personal de enfermería psiquiátrica a menudo actúa como herramienta terapéutica, afrontando mayores exigencias profesionales y estrés, especialmente al atender a pacientes con hospitalizaciones repetidas o prolongadas. Además, a menudo atienden a personas con psicosis aguda y tendencias suicidas (Abram & Jacobowitz, 2021).

Las unidades psiquiátricas presentan desafíos únicos, exponiendo al personal de enfermería a estrés psicológico, cansancio laboral, depresión, ansiedad y angustia (Huebner & Flessa, 2022). Estas unidades requieren la gestión de crisis agudas de salud mental e interacciones emocionalmente exigentes con los pacientes. La exposición crónica a estos factores estresantes puede provocar agotamiento, que se caracteriza por desgaste profesional y desmoralización laboral, con una disminución de la sensación de logro personal (Hurley et al., 2022).

El estrés ha sido un objetivo de amplio interés para muchos investigadores, definido como un impulso para actividad diaria constituyendo un factor que impulsa las actividades cotidianas y

a la vez un factor negativo que afecta la salud física y mental (Rafiei et al., 2024). El estrés surge cuando las personas perciben situaciones difíciles de gestionar o son amenazantes, sus efectos dependen de la naturaleza de los factores estresantes, que pueden provenir del entorno laboral o vital, y pueden manifestarse en síntomas como ansiedad, disminución de la atención, diaforesis, palpitaciones o temblores en las manos (Permarupan et al., 2020). Las personas pueden recurrir al alcohol o a sustancias psicotrópicas para afrontar la situación (Abt et al., 2022). El estrés laboral prolongado puede afectar el funcionamiento diario, reducir la calidad de la atención y provocar agotamiento (Babapour et al., 2022). Los hospitales, como lugares de trabajo, han sido reconocidos desde hace mucho tiempo como entornos altamente estresantes, particularmente para las enfermeras (Kobayashi et al., 2020).

El problema central de la presente investigación radica en que el personal de enfermería de los Hospitales que atienden pacientes con enfermedades mentales, podrían estar sufriendo niveles elevados de síndrome burnout, debido a factores organizacionales, psicosociales y estructurales ligadas al proceso de transformación hospitalaria y urbana actual, con el antecedente histórico de su presencia originando una dimensión de continuidad. Este desgaste no solo afecta el bienestar individual de las enfermeras, sino que repercute en la sostenibilidad del servicio hospitalario. Estudios recientes evidencian que, a nivel nacional, la carga psicosocial en enfermería se vincula con una peor adherencia a protocolos como el de control de infección en Ecuador (Colindres & Rosero, 2020). Además, investigaciones internacionales muestran que los profesionales de enfermería presentan niveles moderados a altos de síndrome de burnout cuando trabajan en entornos de cuidado crítico y con condiciones psicosociales adversas (Alzailai & Barriball, 2021).

Existen pocos estudios que evalúan el síndrome de burnout en el personal de enfermería de hospitales psiquiátricos lo cual constituye una motivación para realizar esta investigación.

Por tanto, esta investigación se propone como objetivo:

Analizar cómo la gestión hospitalaria puede servir de herramienta estratégica para la reducción del síndrome de burnout en el personal de enfermería de hospitales psiquiátricos, a través de una revisión sistemática en los últimos 5 años considerando los componentes estructurales, organizacionales y humanos que intervienen en su prevención y control, que sirva como referencia para modificar elementos gerenciales que minimicen la afectación personal y laboral.

MATERIALES Y MÉTODOS

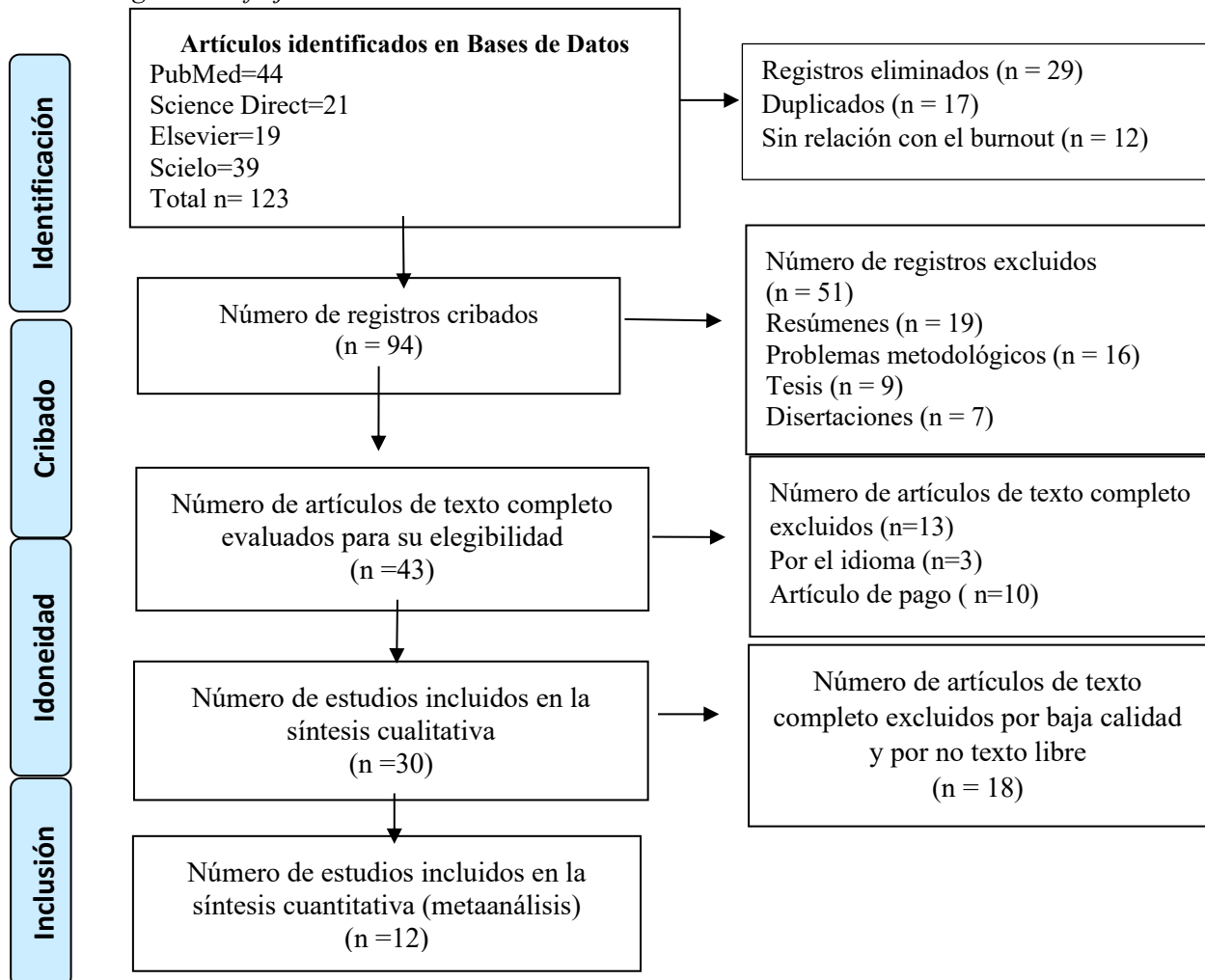
Este estudio se basó en una revisión sistemática de la literatura científica nacional e internacional sobre el riesgo psicosocial y síndrome de burnout en enfermeras de pacientes con enfermedades mentales. Por lo tanto, se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos electrónicas: PubMed, Science Direct, Elsevier y Scielo, con el empleo del método PRISMA en el período 2020 al 2025.

La figura 5 muestra la representación esquemática de los métodos de selección de estudios, ajustados según el diagrama de flujo PRISMA (Page et al., 2021).

Prisma 2020 diagrama de flujo

Figura 1

Diagrama de flujo PRISMA



Se realizó una revisión sistemática siguiendo las directrices establecidas por Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA 2020), con el objetivo de identificar, sintetizar y analizar la evidencia científica disponible entre la aparición del burnout y los factores relacionados a este síndrome en el personal de enfermería en hospitales de salud mental, así como las estrategias y actividades gerenciales que se han tomado para disminuir la aparición de este síndrome. Se emplearon palabras claves relacionadas con los conceptos principales tomadas de MeSH, utilizando operadores booleanos AND/OR, truncamientos y filtros por año y tipo de estudio. Cada base de datos fue adaptada según su sintaxis específica.

Se utilizó la metodología PICO (Población, intervención, comparación y outcome) a partir de esta metodología, utilizando las palabras claves obtenidas de los términos MeSH de la biblioteca médica nacional de estados unidos, los operadores binarios. Se establecieron criterios de la elegibilidad que eligieron:

- A) Tipo de estudios: observacionales o analíticos.
- B) Población: enfermeras que realizan tratamiento a enfermos mentales
- C) Variables de interés: presencia de burnout, calidad de vida y cumplimiento profesional
- D) Idioma: español, inglés y portugués

Los criterios de exclusión se encuentran reflejados dentro del diagrama PRISMA que incluye, estudios duplicados, estudios sin texto completo, diseños no pertinentes, e información insuficiente para el análisis.

El proceso de selección de estudios se llevó a cabo por los autores a través de un proceso de cribado que incluyó título resúmenes y texto completo, estableciéndose un consenso para llevar la redacción del flujograma prisma. La extracción de datos origino la creación de una síntesis a través de una tabla donde se estableció nombres del autor, año de publicación, y principales resultados obtenidos.

Al tratarse de una revisión sistemática basada en estudios previamente publicados, no fue necesaria la aprobación de un comité de ética ni la obtención de consentimiento informado. Se utilizo como herramienta para la revisión bibliográfica a Sotero, estando esta revisión conforme a las directrices prisma entre el año 2020 y 2025.

La selección de estudios se ejecutó en tres fases:

Identificación: Se importaron todas las referencias identificadas en las bases de datos a un gestor bibliográfico (Zotero/Mendeley/EndNote), donde se eliminaron duplicados.

Cribado: Dos revisores independientes evaluaron títulos y resúmenes según criterios de elegibilidad.

Evaluación de texto completo: Se revisaron los artículos completos que cumplieron criterios preliminares. Las discrepancias se resolvieron mediante consenso o mediante un tercer revisor.

El flujo del proceso se representó mediante un diagrama PRISMA.

Extracción de datos Se diseñó una matriz de extracción estructurada que incluyó:

- Autor, año y país.
- Diseño del estudio.
- Tamaño muestral y características de la población.

La información fue extraída por dos revisores de forma independiente.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El propósito de nuestro estudio fue analizar cómo la gestión hospitalaria puede servir de herramienta estratégica para la reducción del síndrome de burnout en el personal de enfermería de hospitales psiquiátricos, considerando los componentes estructurales, organizacionales y humanos que intervienen en su prevención y control. Los estudios existentes suelen centrarse en

comparar la existencia del síndrome de burnout y las posibles causas en enfermeras que trabajan en hospitales psiquiátricos en relaciones a enfermeras que trabajan en hospitales somáticos.

Se identificaron 30 estudios que cumplían los criterios de inclusión en los últimos 5 años, seleccionándose 12 para esta investigación después de aplicar la metodología PRISMA para su selección, (ver diagrama de flujo PRISMA). Los resultados mostraron una asociación significativa entre el síndrome de burnout y una disminución de la calidad de vida en profesionales de enfermería (Alzailai & Barriball, 2021).

El agotamiento emocional se relacionó consistentemente con una peor calidad de vida en todas las áreas evaluadas, incluyendo los aspectos físicos, psicológicos, sociales y ambientales (Kobayashi et al., 2020).

Los criterios de inclusión para esta investigación incluyeron estudios publicados en inglés, español o portugués entre 2020 y 2025. Se seleccionaron estudios que analizaron el síndrome de burnout y la calidad de vida en profesionales de enfermería, con muestras de 15 o más participantes, y que utilizaron medidas validadas para evaluar sus estudios.

Como criterios de exclusión se eliminaron los estudios publicados en otros idiomas, aquellos que no abordaran directamente el Síndrome de Burnout o la calidad de vida, aquellos con tamaños de muestra menores de 15 participantes y aquellos con muestras exclusivamente de profesionales de otros campos.

En la utilización del diagrama PRISMA de 123 estudios detectados inicialmente, finalmente quedaron solamente 12 que cumplían con los requisitos de esta investigación. Tras resumir los 12 estudios incluidos en el desarrollo de esta investigación, se creó una tabla con los nombres de los autores, el año de publicación, el título, tipo de estudio y los principales resultados, como se muestra en la Tabla 1. Los hallazgos incluidos en este estudio se articularon de manera correcta al objetivo planteado en esta investigación. Este tema se aborda con frecuencia en trabajos científicos, pero no existen adecuados números de revisiones sistemáticas que aborden específicamente el síndrome de burnout en el personal de enfermería.

Tabla 1
Resultados principales

Nº	AUTOR	AÑO	TÍTULO	TIPO DE ESTUDIO	RESULTADOS
1	(Almutairi et al.)	2025	Examinar el vínculo entre el burnout de las enfermeras de la unidad de cuidados intensivos y la calidad de vida percibida. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11983812/	Observacional	Este autor tuvo como resultado una alta prevalencia de Burnout con un 73.2 % niveles altos y 9.8% en niveles muy altos. La dimensión de agotamiento fue la más severa; el 91% de los enfermeros tuvieron niveles bajos de nivel de vida; se confirmó relación significativa entre el burnout y la calidad de vida
2	(Collett et al.,)	2025	Impacto de los componentes de apoyo en el lugar de trabajo en la salud mental y el burnout de los profesionales de enfermería del Reino Unido. https://doi.org/10.1016/j.clinme.2025.100324	Observacional	Collett reveló que el apoyo laboral reduce significativamente el riesgo de depresión y de burnout; el apoyo entre colegas resultó ser el factor mayor influyente, el liderazgo visible y accesible disminuyó los niveles de depresión y ansiedad.
3	(Tomaszewska et al)	2024	Incidencia de estrés y burnout entre enfermeras empleadas en un hospital psiquiátrico y un hospital somático: un análisis comparativo. https://doi.org/10.3390/healthcare12232443	Observacional	Los resultados demostraron no diferencia significativamente los niveles de burnout y las estrategias de afrontamiento, pero por que la antigüedad afecta de forma distintas en hospitales somáticos aumenta la despersonalización y búsqueda de apoyo, mientras que en psiquiátricos incrementa el agotamiento emocional y el burnout general. Por lo que el trabajo por turnos fue asociado con mayor despersonalización entre el personal.
4	(Li et al.,)	2024	El burnout de enfermeras y la seguridad, satisfacción y calidad de la atención del paciente. https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2825639	Revisión sistemática con metaanálisis.	El agotamiento laboral se vincula con un incumplimiento de las normas de enfermería. Las consecuencias del burnout son independientes a la edad, sexo biológico o ubicación geográfica del personal. Una mayor educación en enfermería reducir efectos negativos en los resultados clínicos.
5	(Pires et al.,	2023	Prevalencia del Síndrome de Burnout en Enfermería. https://www.mastereditora.com.br/periodico/20230902_103858.pdf	revisión sistemática	El síndrome de burnout es altamente prevalente, afectando entre el 25% y 60% de médicos y hasta el 70% de enfermeros. Lo que demostraron una correlación significativa entre el agotamiento emocional y el deterioro de la calidad de vida en aspectos físicos, psicológicos y sociales.
6	(Abdalahim et al., 2023)	2023	Eficacia de las intervenciones basadas en la atención plena sobre el burnout y la autocompasión entre enfermeras de	Intervención	Las investigaciones muestran que el apoyo laboral y las intervenciones de mindfulness reducen significativamente el burnout sanitario. El apoyo entre colegas

			cuidados críticos que atienden a pacientes con COVID-19. https://doi.org/10.1186/s12912-023-01466-8		protege de depresión e insomnio. Programas de mindfulness de ocho semanas disminuyen el agotamiento, especialmente en profesionales nuevos. Un liderazgo visible y preocupado por el bienestar mitiga la ansiedad y el agotamiento laboral.
7	(Babapour et al.)	2022	El estrés laboral y el burnout en enfermeras y su impacto en la calidad de vida y las conductas de cuidado. https://doi.org/doi:10.1186/s12912-022-00852-y	Observacional	Este autor demuestra que el estrés laboral afecta negativamente la calidad de vida y los comportamientos de cuidado, mostrando correlación negativa moderada del 27.9% de su variabilidad. Demostrando que los principales estresores fueron el afrontamiento de la muerte y la insuficiente preparación emocional. El estrés crónico deteriora la salud del personal de enfermería y podría comprometer la atención al paciente.
8	(Hurley et al.)	2022	Utilización de la fuerza laboral de enfermería de salud mental. https://doi.org/doi:10.1111/inm.12983	Revisión Sistemática	Revela que los enfermeros de salud mental poseen un amplio repertorio de habilidades técnicas, incluyendo psicoterapia, diagnóstico y gestión de seguridad. Estas competencias se integran con capacidades no técnicas esenciales, como la inteligencia emocional y la comunicación avanzada, para promover el bienestar integral.
9	(Khatatbeh et al.,)	2021	El burnout en enfermería y la calidad de vida de las enfermeras que laboran en un hospital psiquiátrico. https://doi.org/doi:10.1002/nop2.936	revisión Sistemática	Estos resultados revelan que el personal de enfermería presenta niveles de burnout de moderados a altos. Confirmaron una correlación negativa entre el agotamiento laboral y la calidad de vida de los profesionales. Específicamente como el agotamiento emocional y la despersonalización impactan negativamente el bienestar físico, psicológico y social. Estos hallazgos demuestran que entornos laborales con altas cargas de trabajo y poco apoyo deterioran tanto la salud del personal.
10	(Denning et al.,)	2021	Determinantes del burnout y otros aspectos del bienestar psicológico en trabajadores de enfermería. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238666	Observacional	Según los resultados presentaron el 67% alto riesgo de burnout, el 20% mostró ansiedad y el 11% depresión. Ser enfermero/a o haber sido reubicado durante la pandemia aumentó significativamente la probabilidad de agotamiento laboral. Las percepciones negativas sobre la seguridad laboral se asociaron fuertemente con un mayor deterioro de la salud mental.

11	(Çelmeçe & Menekay,)	2020	Efecto de los niveles de estrés, ansiedad y burnout de los profesionales de enfermería que atienden a pacientes con COVID-19 en su calidad de vida. https://doi.org/doi:10.3389/fpsyg.2020.597624	Observacional	Celmece reveló que el estrés, la ansiedad y el burnout impactan negativamente en su calidad de vida durante la pandemia de COVID-19. Se hallaron correlaciones negativas significativas entre estas variables y el bienestar general. Específicamente, las mujeres, las personas casadas y quienes tienen hijos reportaron niveles más altos de estrés y ansiedad; el personal de enfermería presentó niveles de burnout superiores a los de médicos y asistentes. Psicológicos explicaron el 19% de la variabilidad en la calidad de vida del personal.
12	(Permarupan et al.,)	2020	Predicción del burnout profesional en enfermería a través de la calidad de vida laboral y el empoderamiento psicológico. https://doi.org/doi:10.3390/su12010388	Observacional	Estos resultados demuestran que la calidad de vida laboral promueve el empoderamiento psicológico, reduciendo significativamente el burnout, los factores más influyentes son la integración social, la compensación justa y la relevancia social del trabajo. El empoderamiento actuara como un mediador clave que transforma las condiciones laborales en una barrera contra el agotamiento y la despersonalización, mejorar el entorno laboral permite retener al personal.

Los aspectos psicosociales fueron frecuentemente abordados, fundamentalmente: el estrés, las exigencias psicológicas y la sobrecarga laboral. Los aspectos psicosociales relacionados con el entorno laboral pueden interferir con la salud del personal de enfermería, y este proceso puede conducir al desarrollo del síndrome de burnout, resultando en ausentismo, reducción de la productividad y otros trastornos (Collett et al., 2025)

La presión del tiempo y la carga de trabajo excesiva se identificaron como las principales causas del síndrome de burnout, específicamente en lo que respecta al componente de agotamiento emocional (Almutairi et al., 2025). El agotamiento emocional se relacionó significativamente con el tiempo de trabajo en la institución para enfermos mentales y el tiempo de trabajo en ese sector (Collett et al., 2025). Los estudios indican que el propio entorno hospitalario actúa como un factor estresante que puede interactuar con otras fuentes externas agresoras, como el aumento de las exigencias de tiempo trabajo, las condiciones laborales, los turnos frecuentes, que impiden un descanso adecuado, la exigencia y la responsabilidad para el cumplimiento de las guías y orientaciones dirigidas a los pacientes con enfermedades mentales (Çelmeçe & Menekay, 2020).

El desequilibrio entre la remuneración y el número de horas laborables puede aumentar considerablemente la probabilidad de que las enfermeras desarrollen el síndrome de burnout, contribuyendo las condiciones laborales que exponen a los profesionales de enfermería a factores adicionales, especialmente en la atención a pacientes críticos mentales (Pires et al., 2023).

A mayor estrés emocional en el trabajo, mayor agotamiento se manifiesta en el personal de enfermería conduciendo a menos desempeño profesional. La fatiga originada por las alteraciones emanadas por el entorno laboral y la necesidad de cumplir los aspectos médicos y psicológicos se asoció con menor esperanza y un desempeño profesional deficiente, donde la incertidumbre experimentada se asoció de forma sólida y positiva con el desempeño profesional (Çelmeçe & Menekay, 2020).

Los participantes expresaron la necesidad de una mejor formación en gestión emocional (Abdalahim et al., 2023). Además, la falta de apoyo psicológico y la escasez de recursos en los hospitales de salud mental pueden agravar aún más la situación. La ausencia de estrategias de afrontamiento eficaces y un entorno de trabajo colaborativo aumenta la vulnerabilidad de los profesionales al síndrome de burnout (Permarupan et al., 2020). Diversos estudios demuestran que la implementación de programas de apoyo emocional y formación específica, como prácticas de meditación, yoga e iniciativas educativas, constituye una estrategia eficaz para reducir los niveles de estrés y, en consecuencia, mitigar el síndrome de burnout en el personal de enfermería (Khatatbeh et al., 2021).

La sobrecarga laboral es uno de los principales factores asociados al desarrollo del síndrome de burnout, especialmente en profesiones con alta carga emocional, como enfermería (Denning et al., 2021). Cuando los profesionales se enfrentan a largas jornadas y exigencias excesivas, el agotamiento físico y mental se intensifica, provocando un estado de desmotivación y despersonalización. Estudios demuestran que la presión constante para cumplir con altas expectativas y los aspectos organizativos del trabajo contribuyen significativamente al desgaste emocional y psicológico de los trabajadores de enfermería (Hurley et al., 2022).

Corroborando estos hallazgos, un estudio identificó una correlación positiva entre mayores exigencias laborales cuantitativas y niveles de burnout. Además, se encontró que factores como la presencia de un equipo de trabajo colaborativo, el reconocimiento de los supervisores y un mayor compromiso profesional actuaron como moderadores en la relación entre la carga de trabajo y el burnout, ayudando a mitigar los efectos negativos de la sobrecarga laboral (Li et al., 2024).

El estudio de Tomaszewska et al., (2024) examina la prevalencia del síndrome de burnout entre los enfermeros empleadas en un hospital psiquiátrico y un hospital somático. El estudio reveló una alta prevalencia de burnout, siendo el agotamiento emocional como el síntoma más común, lo que indica la necesidad de intervenciones para mejorar la prevención y el tratamiento de esta entidad nosológica en el personal de enfermería de hospitales psiquiátricos, destacando el

impacto negativo del burnout en estos profesionales, enfatizando que promover el desarrollo de la inteligencia emocional puede desempeñar un papel crucial en la reducción de este síndrome y el logro del bienestar laboral, por lo tanto, es fundamental que las empresas ofrezcan capacitación y apoyo para mejorar la inteligencia emocional de sus empleados con el fin de prevenir el burnout y promover el bienestar laboral.

CONCLUSIONES

Nuestra revisión sistemática destaca la compleja situación del síndrome de burnout entre los profesionales de enfermería y arroja luz sobre los factores de riesgo que contribuyen a este fenómeno generalizado. La evidencia combinada resalta la necesidad de una comprensión integral de este síndrome que incluya dimensiones organizacionales, interpersonales e individuales regidas por una adecuada gerencia en salud.

Los estudios analizados arrojaron que las enfermeras que trabajan tanto en hospitales psiquiátricos como somáticos califican la incidencia de estrés laboral como moderada, pero la aparición del síndrome de burnout es mayor en enfermeras de hospitales de salud mental que en hospitales somáticos. El lugar de trabajo no influye estadísticamente de forma significativa en los resultados del síndrome de burnout ni en la forma de afrontarlo. Entre las enfermeras empleadas en hospitales psiquiátricos, a medida que aumenta la edad y la antigüedad, aumentan la despersonalización, la religiosidad y la búsqueda de apoyo en situaciones de mayor estrés. Además, los niveles de agotamiento emocional y el síndrome de burnout general aumentan entre las enfermeras psiquiátricas con mayor antigüedad.

La alta carga de trabajo, la dotación de personal insuficiente y los recursos limitados se identificaron sistemáticamente como los principales contribuyentes del burnout en los enfermeros. Abordar estos problemas estructurales es fundamental para mantener un entorno de trabajo saludable y reducir los factores de riesgo.

Las intervenciones organizacionales, como mejorar el rendimiento, desarrollar una cultura laboral de apoyo e implementar prácticas de liderazgo efectivas, surgieron como importantes estrategias de prevención del burnout. Además, nuestro estudio reconoce la importancia de las intervenciones centradas en la persona y el papel del bienestar individual en la protección contra este síndrome.

Las investigaciones futuras deben continuar explorando los factores de riesgo emergentes y las estrategias de prevención alternativas para adaptarse a las demandas de las variables de la atención médica, a través de una adecuada gestión organizacional de carácter gerencial. Al invertir en el bienestar de los profesionales de la salud, las organizaciones no solo pueden reducir el síndrome de burnout, sino también fomentar una fuerza laboral flexible y comprometida, lo que en última instancia se traduce en una mejor atención al paciente.

REFERENCIAS

- Abdalahim, M., Alhalal, E., & Alshraideh, H. (2023). Predictors of burnout among intensive care nurses: A National cross-sectional survey. *BMC Nurs*, 22(1), 45. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12912-023-01466-8>
- Abram, M., & Jacobowitz, W. (2021). Resilience and burnout in healthcare students and inpatient psychiatric nurses: A between-groups study of two populations. *Arch. Psychiatr. Nurs*, 35(1), 1-8. <https://doi.org/doi: 10.1016/j.apnu.2020.10.008>
- Abt, M., Lequin, P., Bobo, M., Vispo Cid Perrottet, T., Pasquier, J., & Ortoleva Bucher, C. (2022). The scope of nursing practice in a psychiatric unit: A time and motion study. *J. Psychiatr. Ment. Health Nurs*, 29(2), 297–306. <https://doi.org/doi: 10.1111/jpm.12790>
- Adam, D., Berschick, J., Schiele, J., Bogdanski, M., Schöter, M., Steinmetz, M., Koch, A., Sehouli, J., Reschke, S., Stritter, W., Kessler, C., & Seifert, G. (2023). Interventions to reduce stress and prevent burnout in healthcare professionals supported by digital applications: a scoping review. *Frontiers Public Health*, 11(1), 1-10. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1231266>
- Alfurjani, A., Al-Hammouri, M., Rababah, J., Alhawtmeh, H., & Hall, L. (2024). The effect of a mindfulness-based intervention on stress overload, depression, and mindfulness among nurses: A randomized controlled trial. *Worldviews Evidence-Based Nurs*, 21(1), 34-44. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/wvn.12639>
- Alharbi, B. A., & McKenna, N. (2025). A systematic review of mindfulness-based interventions to reduce ICU nurse burnout: global evidence and thematic synthesis. *BMC Nursing*, 24(927). <https://bmcnurs.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12912-025-03507-w>
- Almutairi, A., Aljuaid, M., Alotaibi, N., & Aldhafeeri, H. (2025). Examining the link between ICU nurses' burnout and associated factors. *J Nurs Pract Res*, 7(1), 15-23. <https://doi.org/https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11983812/>
- Alzailai, N., & Barriball, L. (2021). *Burnout and job satisfaction among critical care nurses in Saudi Arabia and their contributing factors: A scoping review*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33760366/>
- Babapour, A., Gahassab-Mozaffari, N., & Fathnezhad-Kazemi, A. (2022). Nurses' job stress and its impact on quality of life and caring behaviors: A cross-sectional study. *BMC Nurs*, 21(1), 75. <https://doi.org/doi: 10.1186/s12912-022-00852-y>
- Batanda, I. (2024). Prevalence of burnout among healthcare professionals: a survey at fort portal regional referral hospital. *Mental Health Research*, 16(3), 1-10. <https://doi.org/https://doi.org/10.1038/s44184-024-00061-2>

- Castro, H., Prieto, M., & Muñoz, A. (2022). Prevalence of burnout in healthcare workers during the COVID-19 pandemic and associated factors. A cross-sectional study. *Medicina*, 84(4), 479-486. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35904902/>
- Cathébras, P. (2021). Patient-Centered Medicine: A Necessary Condition for the Management of Functional Somatic Syndromes and Bodily Distress. *Front. Med*, 8, 495.
- Çelmeçe, N., & Menekay, M. (2020). The effect of stress, anxiety and burnout levels of healthcare professionals caring for COVID-19 patients on their quality of life. *Frontiers in Psychology*, 11, 1-7. <https://doi.org/doi: 10.3389/fpsyg.2020.597624>
- Chin, R. W., Chua, Y. Y., Chu, M. N., Mahadi, N. F., Wong, M. S., Yusoff, M. S., & Lee, Y. Y. (2018). Investigating validity evidence of the Malay translation of the Copenhagen Burnout Inventory. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 13(1), 1-9. <https://doi.org/doi:10.1016/j.jtumed.2017.06.003>
- Colindres, B., & Rosero, C. (2020). Effect of effort-reward imbalance and burnout on infection control among Ecuadorian nurses. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29114886/>
- Collett, G., Emad, A., & Gupta, A. (2025). The impact of workplace support components on the mental health and burnout of UK-based healthcare professionals: Insights from the CoPE-HCP cohort study. *Clinical Medicine*, 25(4), 1-6. c
- Demerouti, E., Bakker, A., & Sanz, A. (2023). Job Demands–Resources Theory: Ten Years Later. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 10(1), 25-53. <https://doi.org/https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-120920-053933>
- Denning, M., Goh, E., Tan, B., Kanneganti, A., & Almonte, M. (2021). Determinants of burnout and other aspects of psychological well-being in healthcare workers during the Covid-19 pandemic: A multinational cross-sectional study. *PLOS ONE*, 16(4), 1-18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238666>
- Elkady, A. (2019). Mindfulness, burnout, and resilience among ICU nurses in Egypt: a cross-sectional analysis. *Egypt Nurs J*, 16(3), 230-37. https://doi.org/https://doi.org/10.4103/enj.enj_25_19
- Fajardo, F. J., & Mesa, I. C. (2021). Professional Burnout syndrome in health professionals. <https://www.redalyc.org/journal/559/55969712006/html>
- Galanis, P., Vrakka, I., Fragkou, D., Bilali, A., & Kaitelidou, D. (2021). Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *J Adv Nurs*, 77(8), 3286-3302. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8250618/>
- Haitham, K., Pakai, A., & Tariq, A.-D. (2021). Nurses' burnout and quality of life: A systematic review and critical analysis of measures used. *Nurs Open*, 9(3), 1564–1574. <https://doi.org/doi: 10.1002/nop2.936>

- Hofmeyer, A., & Taylor, R. (2020). Strategies and resources for nurse leaders to use to lead with empathy and prudence so they understand and address sources of anxiety among nurses practising in the era of COVID-19. *Journal of Clinical Nursing*, 30(1-2), 298-305. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jocn.15520>
- Huebner, C., & Flessa, S. (2022). Strategic Management in Healthcare: A Call for Long-Term and Systems-Thinking in an Uncertain System. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 1-17. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148617>
- Hurley, J., Lakeman, R., Linsley, P., Ramsay, M., & Mckenna-Lawson, S. (2022). Utilizing the mental health nursing workforce: A scoping review of mental health nursing clinical roles and identities. *Int. J. Ment. Health Nurs*, 31(4), 796–822. <https://doi.org/doi:10.1111/inm.12983>
- Izdebski, Z., Kozakiewicz, A., Białorudzki, M., Pietrowska, J., & Mazur, J. (2023). Occupational Burnout in Healthcare Workers, Stress and Other Symptoms of Work Overload during the COVID-19 Pandemic in Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1-19. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032428>
- Kelly, L., Gee, P., & Butler, R. (2021). *Impact of nurse burnout on organizational and position turnover*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33023759/>
- Khatatbeh, H., Pakai, A., Al-Dwaikat, T., & Onchonga, D. (2021). Nurses' burnout and quality of life: A systematic review and critical analysis of measures used. *Nurs Open*, 9(3), 1564-1574. <https://doi.org/doi:10.1002/nop2.936>
- Kobayashi, Y., Oe, M., Ishida, T., Matsuoka, M., Chiba, H., & Uchimura, N. (2020). Workplace violence and its effects on burnout and secondary traumatic stress among mental healthcare nurses in Japan. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17, 2747.
- Li, L. Z., Yang, P., & Singer, S. (2024). Nurse burnout and patient safety, satisfaction, and quality of care. *JAMA Netw Open*, 7(4), 5112. <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2825639>
- Maslach, C., & Leiter, M. (2022). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for healthcare. *Occup Med*, 74(9), 630–8. <https://academic.oup.com/occmed/article/74/9/630/7958938>
- Maslach, C., Jackson, S. E., Leiter, M. P., Schaufeli, W. B., & Schwab, R. L. (1986). Maslach burnout inventory. *Consulting Psychologists Press*, 21, 3463–3464.
- Messias, E., Gathright, M. M., Freeman, E. S., Flynn, V., Atkinson, T., & Thrush, C. R. (2019). Differences in burnout prevalence between clinical professionals and biomedical scientists in an academic medical centre: A cross-sectional survey. *British Medical Journal Open*, 9(2). <https://doi.org/doi:10.1136/bmjopen-2018-023506>

- Nagle, E., Griskevica, I., Rajevska, O., Ivanovs, A., Mihailova, S., & Skruzkalne, I. (2024). Factors affecting healthcare workers burnout and their conceptual models: scoping review. *BMC Psychology*, 12(637), 1-21. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40359-024-02130-9>
- Nguyen, T., Phan, H., & Le, T. (2021). Mindfulness-based interventions among healthcare workers: A review of recent evidence. *Mindfulness Health*, 12(2), 210-219. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.mindh.2021.01.005>
- Page, M., McKenzie, J., & Bossuyt, P. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372(71), 1-7.
- Permarupan, Y. Y., Mamun, A. A., Samy, N. K., Saufi, R. A., & Hayat, N. (2020). Predicting nurses burnout through quality of work life and psychological empowerment: A study towards sustainable healthcare services in Malaysia. *Sustainability*, 12(1), 388. <https://doi.org/doi: 10.3390/su12010388>
- Pires, M. C., Neiva, M. C., & Campos, G. (2023). Uma Revisão Sistemática da Síndrome de Burnout em Profissionais da Saúde. *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research – BJSCR*, 44(1), 62-71. https://doi.org/https://www.mastereditora.com.br/periodico/20230902_103858.pdf
- Rafiei, S., Souri, S., Nejatifar, Z., & Amerzadeh, M. (2024). The moderating role of self-efficacy in the relationship between occupational stress and mental health issues among nurses. *Sci. Rep*, 14, 15913. <https://doi.org/https://doi.org/10.1038/s41598-024-66357-7>
- Rink, L., Oyesanya, T., Adair, K., Humphreys, J., Silva, S., & Sexton, J. (2023). Stressors Among Healthcare Workers: A Summative Content Analysis. *Glob Qual Nurs Res.*, 10, 1-13. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10068501/>
- Röhrich, F., Green, C., Filippidou, M., Lowe, S., Power, N., Rassool, S., Rothman, K., Shah, M., & Papadopoulos, N. (2024). Integrated care model for patients with functional somatic symptom disorder—A co-produced stakeholder exploration with recommendations for best practice. *BMC Health Serv. Res*, 24(1), 698. <https://doi.org/doi: 10.1186/s12913-024-11130-9>
- Román, J., Romero, E., & Paccha, C. (2023). Síndrome de burnout en el profesional de enfermería del primer nivel de atención. *Polo del Conocimiento*, 8(1), 266-279. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9263623.pdf>
- Serna, D., & Martínez, L. (2020). Burnout en el personal del área de salud y estrategias de afrontamiento. *Correo Científico Médico*, 24(1), 372-387. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812020000100372
- Simões, C., Fronteira, I., & Rita, A. (2025). Factors that contribute to physician burnout, interventions to prevent and mitigate burnout and knowledge gaps—a Delphi study.

Frontiers, 13, 1-9. <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2025.1540214/full>

- Thelen, J., Sant, C., Bilal, M., Gabaake, K., Iqbal, S., & Keakabetse, T. (2023). Development of the Systems Thinking for Health Actions framework: a literature review and a case study. *BMJ Glob Health*, 8(3), 1-10. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2022-010191>
- Tomaszewska, K., Kowalczyk, K., & Kaducakoba, H. (2024). Occurrence of Stress and Burnout Among Nurses Employed in a Psychiatric Hospital and a Somatic Hospital—A Comparative Analysis (Nursing Workload KEGA č. 011KU-4/2024). *Healthcare*, 12(23), 24-43. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/healthcare12232443>
- Tyler, & Cushway. (1995). *Stress in nurses: The effects of coping and social support*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/smi.2460110140>
- Urien, B., Rico, R., Demerouti, E., & Bakker, A. (2021). An Emergence Model of Team Burnout. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 37(3), 175-186. <https://doi.org/https://doi.org/10.5093/jwop2021a17>
- Urquiza, J., Solana, E. F., & García, L. A. (2017). *Prevalence of Burnout Syndrome in Emergency Nurses: A Meta-Analysis*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28966203/>
- Valencia, D., & Haro, K. (2024). Gestión estratégica en instituciones de salud: Revisión sistemática. *Impulso*, 4(7), 185-199. <https://doi.org/http://doi.org/10.59659/impulso.v.4i7.42>
- Velando-Soriano, A., Ortega-Campos, E., Gómez-Urquiza, J. L., Ramírez-Baena, L., & De La Fuente, E. I. (2020). Impact of social support in preventing burnout syndrome in nurses: A systematic review. *Japan Journal of Nursing Science*, 17(1), 1-10. <https://doi.org/doi:10.1111/jjns.12269>
- Wang, B., Yang, X., Fu, L., Hu, Y., Luo, D., & Xiao, X. (2022). Post-traumatic Stress Disorder Symptoms in COVID-19 Survivors 6 Months After Hospital Discharge: An Application of the Conservation of Resource Theory. *Frontiers in Psychiatry*, 12(1), 1-11. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.773106>
- Wang, Q. Q., Lv, W. J., Qian, R. L., & Zhang, Y. H. (2019). Job burnout and quality of working life among Chinese nurses: A cross-sectional study. *Journal of Nursing Management*, 27(8), 1835–1844. <https://doi.org/doi:10.1111/jonm.12884>
- World Health Organization. (2025). *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD)*. Retrieved 12 de noviembre de 2025, from <https://www.who.int/standards/classifications/classification-of-diseases>
- Zeb, H., Khan, M., & Bibi, A. (2021). The relationship between mindfulness, burnout, and age among nurses in Pakistan. *Pak J Med Sci*, 37(5), 1366–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.12669/pjms.37.5.3957>

Zhang, J., Wang, Y., & Liu, Z. (2020). Effects of mindfulness training on emotional exhaustion and work engagement in ICU nurses. *J Clin Nurs*, 29(21), 4034–45. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jocn.15399>