



The image shows the cover of the journal 'RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo'. At the top, the journal's logo 'Ride' is displayed in a stylized green font. Below the logo, the full title is written in white text on a green background. The ISSN number 'ISSN 2007-7467' is also present. A navigation menu includes links for 'INICIO', 'ACERCA DE', 'INICIAR SESIÓN', 'BUSCAR', 'ACTUAL', 'ARCHIVOS', and 'AVISOS'. A 'Inicio > Vol. 7, Núm. 14 (2017)' breadcrumb is shown. The main title is repeated in a larger font. On the right, there is a login section for 'OPEN JOURNAL SYSTEMS' with fields for 'Nombre de usuario/a' and 'Contraseña', a 'No cerrar sesión' checkbox, and an 'Iniciar sesión' button.

<http://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/issue/view/14>

Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos

*Student's burnout in universitarios veracruzanos*

*Burnout Estudante em universitário de Veracruz*

DOI: <http://dx.doi.org/10.23913/ride.v7i14.267>

**María Esther Barradas Alarcón**

**Perfecto Gabriel Trujillo Castro**

**Ana Virginia Sanchez Barradas**

**Javier López Gonzále**

 [Create or Connect your ORCID iD](#)



The footer banner features several logos for journal indexing services: 'latindex', 'REDIB Red Iberoamericana de Revistas de Educación Superior e Investigación Educativa', 'iresie Índice de Revistas de Educación Superior e Investigación Educativa', 'International Innovative Journal Impact Factor (IIJIF)', 'doi', 'INDEXED BY LatAm Estudios+', 'Dialnet', 'DOAJ DIRECTORY OF OPEN ACCESS JOURNALS', 'iD ORCID Connecting Research and Researchers', 'NSD', 'ERIH:JUS', and 'MIAR'. Below the logos, a line of text states: 'Todos los contenidos de RIDE se publican bajo la licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional y pueden ser usados gratuitamente para fines comerciales, dando créditos a los autores y a la revista, como lo establece esta licencia'.

# RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo

INICIO ACERCA DE INICIAR SESIÓN BUSCAR ACTUAL ARCHIVOS AVISOS  
INFORMACION LEGAL

[Inicio](#) > [Acerca de la revista](#) > [Políticas de la editorial](#)

## POLÍTICAS DE LA EDITORIAL

- Enfoque y alcance
- Políticas de sección
- Proceso de evaluación por pares
- Frecuencia de publicación

### OPEN JOURNAL SYSTEMS

Servicio de ayuda de la revista

#### USUARIO/A

Nombre de usuario/a

Contraseña

No cerrar sesión

## INFORMACIÓN LEGAL / LEGAL INFORMATION

### Revista Iberoamericana para la Investigación y el desarrollo Educativo.

año 5, No 13, Julio - Diciembre 2016. Es una publicación semestral editada por el Centro de Estudios e Investigaciones para el Desarrollo Docente A.C. (CENID). Pompeya No 2705, Col Italia, Guadalajara, Jalisco, México C.P. 44658, teléfono; (0133) 3641-5231. [www.cenid.org.mx](http://www.cenid.org.mx). **Dirección electrónica:** [revistascenid@cenid.org.mx](mailto:revistascenid@cenid.org.mx) **Web:** <http://www.ride.org.mx>. **Editor responsable;** Dr. Francisco Santillán Campos. Reservas de Derechos al Uso Exclusivo No: 04 - 2013 - 102912424300 - 203, ISSN 2007 - 7467. Responsable de la última actualización de este número, Unidad de informática RIDE, Dr. Francisco Santillán Campos, Pompeya No 2705, Col Italia, Guadalajara, Jalisco, México C.P. 44658, fecha de última modificación, 28 de Noviembre de 2016.

Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.

### LEGAL INFORMATION

Latin American Journal for Educational Research and Development, Year 7, No 13, July - December 2016. It is a biannual publication published by the Center for Studies and Research Faculty Development AC (CENIDs). Pompeii No 2705, Col Italy, Guadalajara, Jalisco, Mexico CP 44658, telephone; (0133) 3641-5231. [www.cenid.org.mx](http://www.cenid.org.mx). E-mail: [revistaride@cenid.org.mx](mailto:revistaride@cenid.org.mx). Web: <http://www.ride.org.mx>. Responsible editor; Santillán Dr. Francisco Campos. Reservation of Rights of Exclusive Use No: 04-2013 - 102912424300-203, ISSN 2007 - 7467. Responsible for the latest update of this number, computing unit RIDE Santillán Dr. Francisco Campos, Pompeii No 2705, Col Italy, Guadalajara, Jalisco, Mexico CP 44658, last modification date, July 1, 2015.

Opinions expressed by the authors do not necessarily reflect the editor stance.

[Create or Connect your ORCID iD](#)

### INDEXACIONES DE RIDE

Todos los contenidos de RIDE se publican bajo la licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional y pueden ser usados gratuitamente para fines comerciales, dando créditos a los autores y a la revista, como lo establece esta licencia

**RIDE** ISSN 2007-7467

**RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo**

INICIO ACERCA DE INICIAR SESIÓN BUSCAR ACTUAL ARCHIVOS AVISOS  
INFORMACION LEGAL

Inicio > Archivos > Vol. 7, Núm. 14 (2017)

**VOL. 7, NÚM. 14 (2017)**  
ENERO - JUNIO 2017

**TABLA DE CONTENIDOS**

ARTICULOS

Las políticas de calidad en los posgrados en Jalisco, México / Quality policies at postgraduate courses in Jalisco, Mexico Rocío Calderón García	PDF / RESUMEN PDF / HTML / WORD
Relación entre asertividad sexual y autoeficacia para prevenir el VIH/SIDA en jóvenes universitarios del área de la salud Andrés Osorio Leyva, Alicia Álvarez Aguirre, Verónica Margarita Hernández Rodríguez, Mercedes Sánchez Perales, Luz del Rosario Muñoz Alonso	PDF / PDF ENGLISH / PDF PORTUGÉS / RESUMEN PDF / HTML / WORD
Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos María Esther Barradas Alarcón, Perfecto Gabriel Trujillo Castro, Ana Virginia Sanchez Barradas, Javier López González	PDF / PDF ENGLISH / PDF PORTUGÉS / RESUMEN PDF / HTML / WORD

OPEN JOURNAL SYSTEMS  
Servicio de ayuda de la revista

USUARIO/A  
Nombre de usuario a   
Contraseña   
 No cerrar sesión

NOTIFICACIONES  
Vista  
Suscribirse

IDIOMA  
Escoge idioma  
Español (España) ▾ Entregar

CONTENIDO DE LA REVISTA  
Buscar   
Ambito de la búsqueda  
Todo ▾  
Buscar

[Create or Connect your ORCID iD](#)

Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo

Todos los contenidos de RIDE se publican bajo la licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional y pueden ser usados gratuitamente para fines comerciales, dando créditos a los autores y a la revista, como lo establece esta licencia

## Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos

*Student's burnout in universitarios veracruzanos*

*Burnout Estudante em universitário de Veracruz*

DOI: <http://dx.doi.org/10.23913/ride.v7i14.267>

**María Esther Barradas Alarcón**

Facultad de Psicología, Universidad Veracruzana  
[ebarradas@uv.mx](mailto:ebarradas@uv.mx)

**Perfecto Gabriel Trujillo Castro**

Instituto Tecnológico de Veracruz México.  
[tecnito2009@prodigy.net.mx](mailto:tecnito2009@prodigy.net.mx)

**Ana Virginia Sanchez Barradas**

Facultad de Psicología, Universidad Veracruzana  
[anita\\_07\\_sb@hotmail.com](mailto:anita_07_sb@hotmail.com)

**Javier López González**

Facultad de Psicología, Universidad Veracruzana  
[jalopez@uv.mx](mailto:jalopez@uv.mx)

### Resumen

**Introducción.-** La formación académica del estudiante universitario, lo obliga a tener que enfrentar y resolver retos y desafíos del entorno, como son: horarios quebrados, manejo de tecnología, dominio de otro idioma, sobrecarga académica, tiempo limitado para estudiar para los exámenes que se les empalman, entrega de trabajos para el mismo día, el vivir solos, el no tener tiempo para alimentarse bien, el mal dormir, y la escases económica entre otros son fuente de estresores, a los que el estudiante está expuesto de manera permanente, facilitando con ello la posibilidad de presentar el síndrome de burnout estudiantil, que quiere decir, la presencia de un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo en el

estudiante. Esta investigación tuvo como **objetivo** identificar el perfil descriptivo del síndrome de burnout estudiantil, que manifiestan los alumnos de la Licenciatura en Psicología y Administración de dos Universidades públicas en Veracruz, México. El **Método** fue cuantitativo y el nivel de estudio descriptivo. El **Instrumento** utilizado fue la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. La población fue de 155 estuantes de Psicología de la Universidad Veracruzana y 101 de la Licenciatura en Administración del Instituto Tecnológico de Veracruz, un total de 256, en los **Resultados**, con una distribución del 100% para cada carrera, se encontró con nivel alto de burnout estudiantil un 1.29% en mujeres de la licenciatura en administración, y un 0% en los hombres, en cuanto a la licenciatura en psicología ni hombres ni mujeres presentaron nivel alto de burnout estudiantil. **Conclusiones.** Se concluye que es necesario realizar investigaciones orientadas hacia la intervención, para erradicar la presencia de burnout estudiantil.

**Palabras claves:** *Nivel, burnout estudiantil*

## Abstract

**Introduction.-** The academic formation of the university student, forces him to have to face and to solve challenges and challenges of the environment, such as: broken schedules, technology management, mastery of another language, academic load, limited time to study for exams That they are spliced together, delivery of work for the same day, living alone, not having time to eat well, poor sleep, and economic scarcity among others are sources of stressors, to which the student is permanently exposed Thus facilitating the possibility of presenting student burnout syndrome, which means the presence of a state of physical, emotional and cognitive exhaustion in the student. This research aimed to identify the descriptive profile of the student burnout syndrome, which students of the Degree in Psychology and Administration of two public universities in Veracruz, Mexico. Quantitative method and level of descriptive study. Instrument used was the One-Dimensional Scale of Student Burnout. The population was 155 students of Psychology at the Universidad Veracruzana and 101 of the Bachelor's degree in Administration of the Technological Institute of Veracruz, a total of 256, **Results**, with a distribution of 100% for each race, was found with high level of student burnout 1.29% in women in the bachelor's

degree in administration, and 0% in men, in terms of bachelor's degree in psychology, neither men nor women had a high level of student burnout. **Conclusions.** It is concluded that intervention-oriented research is necessary to eradicate the presence of student burnout.

**Key words:** *Level, student burnout.*

## Resumo

Introdutória estudante formação Academic College, obriga-o a ter de enfrentar e resolver desafios do ambiente, tais como: horários quebrados, tecnologia de manuseio, o domínio de outra língua, a sobrecarga acadêmica, tempo limitado para estudar para os exames são cabeçada, oferecendo trabalho para o mesmo dia, viver sozinho, não ter tempo para comer bem, falta de sono, e escassez económica entre outros, são uma fonte de estresse, que o aluno é exposto de forma permanente, facilitando, assim, a possibilidade de apresentar a síndrome de burnout estudante, o que significa a presença de um estado de exaustão física, emocional e cognitivo do aluno. Esta pesquisa teve como objetivo identificar o perfil descritivo da síndrome de burnout estudante, manifestando Grau estudantes de Psicologia e Administração de duas universidades públicas em Veracruz, México. O método foi o nível de estudo quantitativo e descritivo. O instrumento utilizado foi a escala unidimensional Burnout Student. A população era 155 estuantes de psicologia da Universidade Veracruzana e 101 da Licenciatura em Administração de Empresas pelo Instituto Tecnológico de Veracruz, um total de 256 nos resultados, com a distribuição de 100% para cada corrida, ele encontrou alta esgotamento estudante 1,29% em mulheres formado em administração, e 0% nos homens, quanto ao grau em psicologia nem os homens nem as mulheres tinham um alto nível de burnout aluno. Conclusões. Conclui-se que a investigação é necessária a intervenção orientada para erradicar a presença de burnout aluno.

**Palavras-chave:** Nível, estudante de burnout.

**Fecha Recepción:** Julio 2016

**Fecha Aceptación:** Enero 2017

## Introducción

Hoy en día se vive una gran incertidumbre, ante la ola de violencia, inseguridad social, desempleo, inestabilidad económica y política, aunado a cambios vertiginosos en la ciencia, en la tecnología, a la globalización en general, que han afectado tanto a la naturaleza como al ser humano, pues han traído contextos sumamente complejos, que exigen a la persona mayor capacidad de adaptación, mayores recursos no solo psicológicos, también físicos.

Con frecuencia son tan altos los retos y las exigencias que no se puede con ellas, generándose un desequilibrio en la salud, como es el síndrome de burnout, definido como un síndrome de tres dimensiones: 1) Agotamiento o cansancio emocional, definido como el cansancio y fatiga que el trabajador experimenta, que puede manifestarse física y/o psíquicamente, con una sensación descrita de no poder dar más de sí mismo a los demás; 2) Despersonalización, definido como el desarrollo de sentimientos, actitudes y respuestas negativas distantes y frías hacia otras personas, especialmente hacia los beneficiarios del propio trabajo y por último; 3) Baja realización personal o logro, que se caracteriza por una dolorosa desilusión para dar sentido a la propia vida y hacia los logros personales, con sentimientos de fracaso y baja autoestima (Maslach y Jackson 1986).

Son alarmantes las cifras en torno a este problema, así la Organización Internacional del Trabajo (OIT), señala que el 75% de los mexicanos que laboran presentan estrés laboral, porcentaje que pone a México entre los primeros lugares a nivel internacional, de ahí le sigue China con el 73%, mientras que Estados Unidos presenta un 59%, esta organización también comenta que esta enfermedad de estrés laboral no solo afecta al trabajador sino de manera directa a la economía de cualquier país, representando una pérdida entre el 0.5% y 0.3 % del Producto Interno Bruto (PIB) de cada nación. Por su parte el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2014), menciona que en México el PIB, cerro en este año con un incremento de 2.1%, es decir las pérdidas económicas para la Nación son millonarias a causa del estrés laboral, sumado a lo anterior este padecimiento ha causado el 35% de los 75 mil infartos que año con año se registran en promedio en este país. El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) corrobora estas estadísticas señalando que de cada 10 trabajadores el 7.5 padece estrés laboral.

La academia en la actualidad no escapa a esta situación y por lo tanto a la posibilidad de que el estrés y burnout estén presentes en quienes la integran, por lo que esta investigación tiene como propósito identificar el perfil descriptivo del síndrome de burnout estudiantil que manifiestan los alumnos de licenciatura de dos carreras en dos escuelas públicas.

**Estrés Académico.-** A partir de que Selye en 1960 publica que el estrés es “la suma de todos los efectos inespecíficos de factores (actividades cotidianas, agentes productores de enfermedades, drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en los entornos laboral y familiar), que pueden actuar sobre la persona” (Martínez y Díaz, 2007, p. 13).

Las diferentes disciplinas científicas como las ciencias médicas, químicas, biológicas y psicológicas se han esmerado en investigar desde su perspectiva el estrés. Es interesante señalar que hoy en día se estudia el estrés desde un enfoque integrador y multimodal, lo que significa que el estrés debe analizarse como un conjunto de variables que funcionan de forma sincrónica y diacrónica, dinamizadas a lo largo del ciclo vital.

Al desenvolverse el ser humano en tan diferentes contextos, es posible que en cada uno de ellos se presente el estrés, de acuerdo a esto, Barraza (2005, p. 3) señala que “los tipos de estrés suelen ser clasificados tomando como base la fuente del estrés (...), en ese sentido se puede hablar del estrés amoroso y marital, del estrés sexual, del estrés familiar, del estrés por duelo, del estrés médico, del estrés ocupacional, del estrés académico, del estrés militar y del estrés por tortura y encarcelamiento”. Luego entonces el estrés generado en un ambiente académico se le llama estrés académico, estrés escolar, estrés de examen, entre otros.

Lamentablemente la escuela es considerada como una fuente de estrés para todos los que en ella se encuentran, tenemos por ejemplo que la docencia es considerada como una de las profesiones más estresantes, al respecto Feitler y Tolkar (1997), muestran que un 16 por ciento de los catedráticos consideran su profesión como “muy estresante” o “extremadamente estresante”. Continuando con los catedráticos, en un estudio realizado por Barradas (2015) con una población de 24 profesores del área de ciencias de la salud y 30 profesores del área de humanidades, con rangos de edad entre los 30 a 70 años y con grado educativo de maestría y doctorado, utilizando como instrumento el test Perfil de Estrés de Novak, encontró que el 4.16% manifiestan un nivel de estrés que representa un riesgo para



la salud, mientras que el 29.16% presentan relativa fortaleza ante situaciones de estrés y sus efectos a la salud.

En cuanto al otro sector de la comunidad académica; los estudiantes, esta misma autora señala que la evaluación del maestro, la sobrecarga de trabajo, las exposiciones en el aula, la elaboración de ensayos o trabajos de investigación, y la tensión con sus profesores, son factores considerados por los propios estudiantes, como estresores que favorecen, el que vivan situaciones que los obligan a generar malos hábitos alimenticios, tener problemas de sueño o no dormir lo suficiente por tener que estudiar y realizar tareas, también favorece el que consuman de manera regular drogas, como el alcohol u otro tipo de droga. En este sector académico se tienen algunos estudios como el de: Bittar (2008) que señala que 56.9% de los estudiantes de posgrado de Salud Pública de la Universidad de Guadalajara presentan *burnout*. O el estudio de Dyrbye y Shanafelt (2002) quienes afirman que el 45% de los estudiantes de los últimos años, de tres facultades de medicina, de la Clínica de Minnesota presentan el síndrome de burnout.

**Consecuencias del burnout.-** El burnout genera consecuencias tanto personales, familiares como laborales, según señalan los estudios más relevantes de la literatura médica sobre el tema. Sin embargo, aparecen numerosas discrepancias entre diversos autores respecto a cuáles son las principales consecuencias que afectan a los docentes en su ámbito de trabajo, algunos mencionan que en el ámbito personal entre las consecuencias destacan la incapacidad para desconectarse del trabajo, los problemas de sueño, el cansancio que aumenta la susceptibilidad a la enfermedad, problemas gastrointestinales, de espalda, cuello, dolores de cabeza, enfermedades coronarias, sudor frío, náuseas, taquicardia, aumento de enfermedades virales y respiratorias relacionadas en numerosas ocasiones con el abuso de fármacos tranquilizantes, estimulantes, café, tabaco, alcohol y otras drogas, destacando en la bibliografía la proliferación en las cifras de consumo de alcohol entre los profesores.

En la misma línea, algunos otros autores encuentran que mayores puntuaciones en despersonalización dan lugar a un incremento de los trastornos psicofisiológicos, mientras que otros señalan que un alto nivel de estrés predice problemas de salud física y mental.

Asimismo, Matud, M.P., García, M.A. y Matud, M.J. (2002) señalan que la insatisfacción con el rol laboral y la presión en el trabajo se correlacionan con sintomatología de tipo somático, depresiva, de ansiedad e insomnio.

Por otro lado, Calvete y Villa (2000) presentan coeficientes de correlación significativos entre el cansancio emocional y síntomas de depresión, somatización, ansiedad, dificultades cognitivas y sensibilidad interpersonal. Estos mismos señalaron que las consecuencias que afectan a nivel psicológico al profesor que padece *burnout* son numerosas: falta de autorrealización, baja autoestima, aislamiento, tendencia a la autoculpa, actitudes negativas hacia uno mismo y hacia los demás, sentimientos de inferioridad y de incompetencia, pérdida de ideales, irritabilidad, hasta casos más extremos de intentos de suicidio, cuadros depresivos graves, ansiedad generalizada, fobia social y agorafobia.

Finalmente, cabe señalar como consecuencia evidente del estrés y el síndrome de *burnout*, la insatisfacción laboral y/o académica, citada por un alto número de autores.

### **Método**

**Tipo de investigación.** El estudio es de tipo descriptivo que de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014), pretende establecer las características, los niveles de asociación, las formas de manifestación o los índices de ocurrencia del problema de investigación.

**Método.** Se realizó a través de una metodología cuantitativa; que según Hernández, Fernández y Baptista (2014) es el método que utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación, confiando en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población.

**Definición de variable.-** Burnout.- Estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés. (Barraza, A. 2008).

**Instrumento.-** La Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE). El instrumento está constituido por 15 preguntas que pueden ser respondidas mediante la escala tipo Likert de cuatro valores asignados (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre). Tiene una confiabilidad de 0.91 y un alfa de Cronbach de 0.89 en la confiabilidad por mitades; estos resultados han sido valorados como muy buenos de acuerdo a la escala de valoración asignada por De Vellis (Barraza 2008).

**Objetivo de Investigación.-** identificar el perfil descriptivo del síndrome de burnout que manifiestan de la licenciatura en Administración del Instituto Tecnológico de Veracruz y la Licenciatura en Psicología de la Universidad Veracruzana.

**Población.-** 256 estudiantes de los cuales 155 son de la Facultad de Psicología de la Universidad Veracruzana de ellos 48 son hombres y 107 son mujeres. Y 101 alumnos de la Licenciatura en Administración del Instituto Tecnológico de Veracruz de los cuales 24 son hombres y 77 son mujeres. Ver. Tabla 1

**Tabla 1 Características sociodemográficas de los estudiantes participantes.**

<b>CATEGORÍA</b>	<b>CARACTERÍSTICA</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Facultad</b>	<b>Psicología UV</b>	<b>155</b>	<b>60.5</b>
	<b>Administración ITV</b>	<b>101</b>	<b>39.4</b>
<b>Sexo</b>	Hombre	72	28.1
	Mujer	184	71.8
<b>Edad (media)</b>	20.6 años de edad		
<b>Estado Civil</b>	Soltero	245	95.7
	Casado	7	2.7
	Otro	4	1.5
<b>No. De Hijos</b>	Si	10	3.9
	No	246	96.0
<b>trabaja</b>	Si	60	23.4
	No	196	76.5
<b>Generación</b>	Iniciales	107	41.7
	Intermedios	36	14.0
	Avanzados	113	44.1

Fuente: Propia

## Resultados

Figura 1

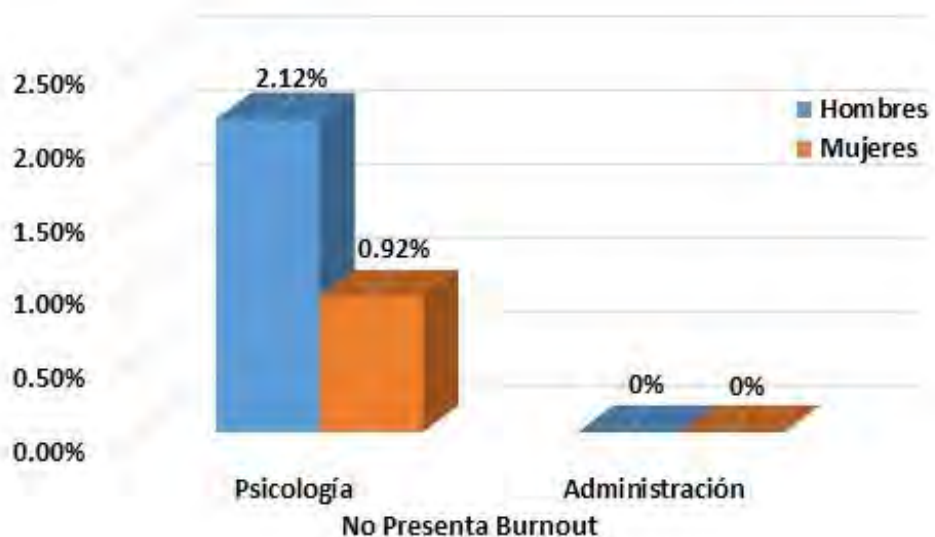


Figura 1. De acuerdo al sexo no se presentó Burnout Estudiantil en alumnos de Lic. en Psicología y Lic. en Administración

Figura 2

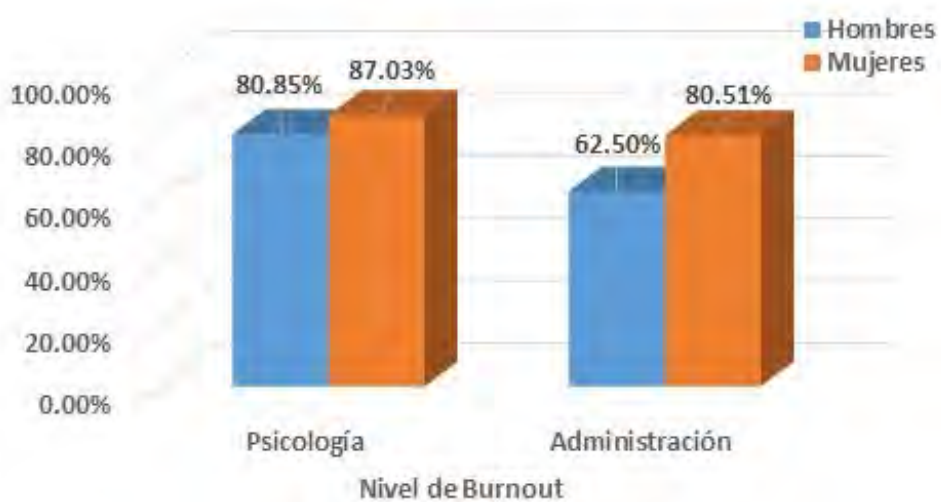


Figura 2. De acuerdo al sexo Nivel Leve de Burnout Estudiantil en alumnos de Lic. en Psicología y Lic. en Administración

Figura 3

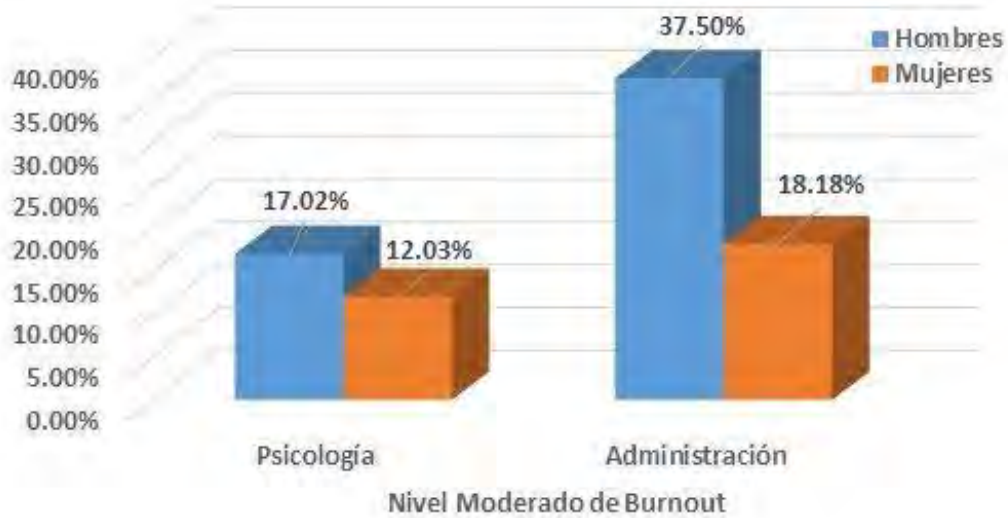


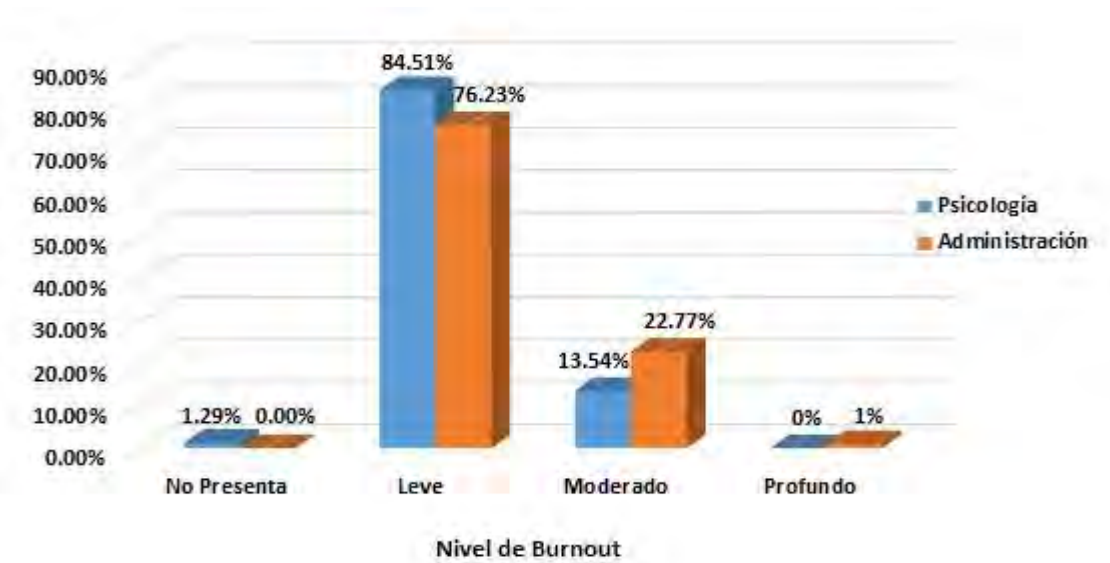
Figura 3 De acuerdo al sexo Nivel Leve de Burnout Estudiantil en alumnos de Lic. en Psicología y Lic. en Administración

Figura 4



Figura 4. De acuerdo al sexo Nivel Leve de Burnout Estudiantil en alumnos de Lic. en Psicología y Lic. en Administración

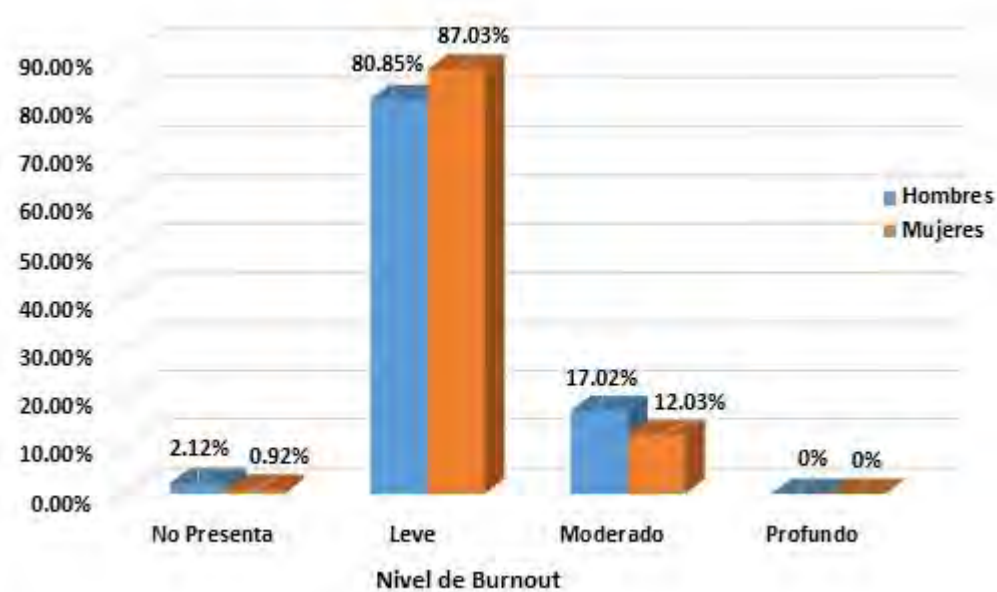
Figura 5



Fig

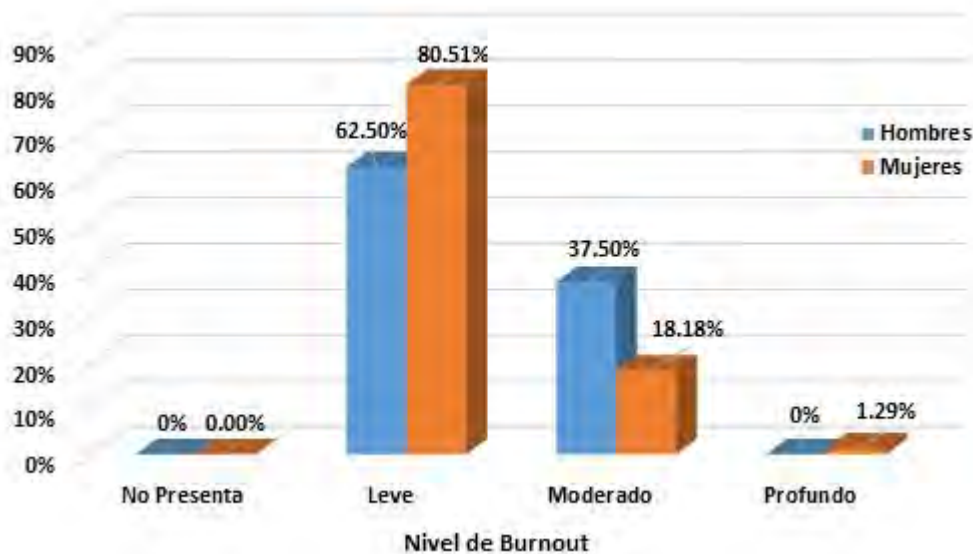
Figura 5. Con población general en cada carrera, los Niveles de Burnout Estudiantil en alumnos de Lic. en Psicología y Lic. en Administración

Figura 6



*Figura 6. De acuerdo al sexo Niveles de Burnout Estudiantil en alumnos de Lic. en Psicología de la Universidad Veracruzana*

**Figura 7**



*Figura 7. De acuerdo al sexo Niveles de Burnout Estudiantil en alumnos de Lic. en Administración del Instituto Tecnológico de Veracruz*

### Discusión

El presente trabajo aborda el tema del burnout no tan estudiado en el ámbito académico y sobre todo en estudiantes. El burnout es considerado como el resultado de exponerse de manera prolongada en situaciones generadoras de estrés hasta llegar al extremo de no tomar en cuenta las necesidades personales, generando con ello un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo (Barraza 2009). El objetivo planteado fue identificar el nivel del síndrome de burnout en estudiantes de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Veracruzana (n=155) y estudiantes la licenciatura en Administración del Instituto Tecnológico de Veracruz (n=101). Se utilizó la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. Los resultados encontrados revelan la existencia de burnout estudiantil, en mayor porcentaje en nivel leve, siguiendo el nivel moderado y solo en una carrera el nivel



profundo, estos son los primeros hallazgos en ambas carreras sobre el burnout estudiantil, siendo este uno de los aportes principales de la investigación, lo que favorece ratificar el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico (Barraza, 2007<sup>a</sup>, Berrio y Mazo, 2011), que señala la interacción de las variables del estrés, como filtro a través del cual se valoran los estímulos estresores que rodean al estudiante es decir esas representaciones internas de las evaluaciones particulares y problemáticas. Resultados similares a los encontrados en este estudio fueron los señalados por Barraza (2009) quien utilizando la misma escala Unidimensional del Burnout Estudiantil en una población total de 663 estudiantes de dos carreras en las que se confirma que alumnos encuestados presentan un nivel leve de este síndrome.

En la presente investigación se observó que en ambas carreras son los estudiantes hombres quienes presentan burnout leve, así como en ambas carreras, son las mujeres con porcentajes mayores de burnout moderado. Parecidos a estos resultados fueron los encontrados por Moreno-Jiménez B, Carvajal R.R., Escobar R.E. (2001) en una muestra de 51 alumnos de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Juárez del Estado de Durango, a los cuales se les aplicó la Escala Unidimensional de *Burnout* Estudiantil encontraron que todos los alumnos encuestados presentaron el síndrome de burnout, destacando éste nivel leve (84% de los encuestados).

En otro estudio en esta ocasión realizado por Rosales R. (2012), con 70 estudiantes de primer año en la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Cuba; 35 de cada sexo, a quienes se les aplicó el mismo instrumento Escala Unidimensional de *Burnout* Estudiantil, se encontró que la mayoría de ellos manifestaron el síndrome de *burnout* leve, y fue el sexo femenino el más afectado.

Así mismo los resultados encontrados por Caballero et al. (2007) fueron nuevamente similares a los antes señalados, ellos trabajaron con estudiantes de psicología en los que encontró, que un 41.6 % de ellos presentaron el síndrome de burnout estudiantil, además se describían así mismos con la sensación de no poder dar más de ellos mismos y una actitud cínica sobre el valor y sentido de sus tareas como estudiantes. El 38.2% experimentó agotamiento, el 29.7%, cinismo y el 48.6%, un sentimiento de ineficacia. Hay otro estudio de la autora Bittar (2008), que señala resultados parecidos a los encontrados en este

estudio y en el de los otros autores, con respecto a los estudiantes de psicología ella señala que el 56.9% de los estudiantes de posgrado de salud pública de la Universidad de Guadalajara presentan burnout. Según esta investigadora, el síndrome se distribuyó de acuerdo a la carrera de la siguiente manera: el 34% estudiantes de Derecho, 13% estudiantes de Psicología, 13% de Administración, 10% de Comercialización, 9% de Contaduría pública, 8% de Relaciones internacionales, 6% de Sistema de información, 3% de Turismo, y 2% de Comunicación.

Será interesante observar si el género es importante para que estos resultados se presenten. *Dentro de las fortalezas* de este estudio pueden señalarse: la representatividad del grado académico, las características de las dos instituciones públicas de educación superior, el mismo instrumento utilizado, al igual que la participación voluntaria de los estudiantes. También se *presentan limitaciones*: el número de participantes, ya que solo representa la generación particular de cada carrera en ambas instituciones educativas, además la ausencia de otros instrumentos que nos permitieran ver los síntomas que podían ya estar presentado los participantes de este estudio, así como las características sociales, económicas y culturales que no fueron consideradas para el mismo.

### Conclusiones

Como en su momento se señaló, existen resultados de investigación en los que se demuestra cómo es que el ámbito académico es considerado como fuente de estrés para todos los que en ella se encuentran, así tenemos que el estudiante se enfrenta a una serie de estresores tales como la sobrecarga académica, trabajos obligatorios, participación ante el grupo y masificación (hacinamiento en el aula), y particularmente en el de la Universidad Veracruzana y el Instituto Tecnológico de Veracruz, su modelo educativo genera tensión pues no siempre se ofertan las experiencias educativas que requieren para ir sumando su avance crediticio, o los horarios son demasiados quebrados dejando muchas horas libres entre una clase y otra, lo que genera que no puedan asistir a sus casa para comer, o no tengan tiempo suficiente para dormir bien. En ocasiones la oferta y demanda de las experiencias educativas se saturan y ya no pueden elegir las que requieren, por otro lado, la economía de la mayoría de estos estudiantes en ambas instituciones es muy escasa, situación que les genera tensión al tener que enfrentar gastos en materiales académicos,

varios de ellos se tienen que ayudar llevando algo que vender en la escuela, estas son algunas de las situaciones difíciles a las que se enfrentan los estudiantes. Considerando entonces que el involucramiento prolongado a situaciones generadoras de estrés como las arriba señaladas, llega a producir burnout, indica que el estudiante expuesto a estas situaciones de estrés de manera permanente, llega a experimentar estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo, razones suficientes que motivaron la presente investigación en la que se encontró lo siguiente:

Comparando por cada nivel de burnout estudiantil con una ponderación del cien por ciento para hombres y cien por ciento para las mujeres en cada carrera:

En el **Nivel leve de burnout estudiantil** se encontró en Psicología un 80% de hombres y un 87.0% en mujeres, y en Administración un 62.5% de hombres y un 80.5% en mujeres. .

En cuanto al **Nivel moderado de burnout estudiantil** en Psicología se encontró un 17.0% en hombres y un 12.0% en mujeres, y en Administración un 37.5% en hombres y un 18.1% en mujeres.

En cuanto al **Nivel profundo de burnout estudiantil** en Psicología no se encontraron casos, mientras que en Administración se encontró el 1.29% en mujeres.

Por otro lado tomando en consideración una ponderación del 100% para el total de población, en cada carrera tenemos que:

El 84.5% de estudiantes en general de Psicología y el 76.23% de estudiantes en general de Administración, presentan un nivel leve de burnout. Mientras que el 13.54% de estudiantes de psicología y el 22.77% de estudiantes de Administración presentan un nivel moderado de burnout. Y solo el 1.29 % de estudiantes de Administración presentan un nivel profundo de burnout.

Y finalmente comparando los niveles de burnout al interior de cada carrera con una ponderación del 100% para cada sexo tenemos que:

El nivel de burnout estudiantil que sobresale en la Facultad de Psicología es el nivel leve con el 80.8% en hombres y el 87.0% en mujeres, mientras que el nivel moderado de

burnout estudiantil se encontró un 17.02% en hombres y un 12.0% en mujeres. Y no se reportó el nivel profundo de burnout estudiantil en ningún sexo en esta licenciatura.

En la licenciatura en Administración también sobresale el nivel leve de burnout con el 62.5% en hombres y el 80.5% en mujeres, seguido de un nivel moderado de burnout estudiantil con el 37.5% en hombres y el 18.18% en mujeres. Si se encontró el nivel profundo de burnout estudiantil solo en mujeres con el 1.29%.

Lo anterior nos obliga a sugerir para próximos estudios, tomar en consideración otras variables, como son las demográficas, se sugiere tener una muestra más grande y representativa de diferentes carreras y si es posible con modelos educativos diferentes. Así mismo generar investigación de intervención fundamentada en el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico, con el fin de habilitar a los estudiantes en diferentes técnicas de afrontamiento, para que puedan dar un adecuado manejo a los estímulos estresores a los que está expuesto.

## Bibliografía

- APA, American Psychological Association. (1998). Trastornos Adaptativos. En DSM IV. Manual diagnóstico y estadístico de los Trastornos Mentales. Barcelona. Masson, 1995: 639-43. En José Luis Vázquez-Barquero (ed), *Psiquiatría en Atención Primaria*. Grupo Aula Médica, España.
- Barradas A., Trujillo C., Guzmán I., López G., Leo A. (2015, 8 de julio) Nivel de estrés en docentes universitarios. *Revista Iberoamericana de Contaduría, Economía y Administración*.
- <https://www.ricea.org.mx/index.php/ricea/article/view/38>
- Barraza, A. (2008, 21 de noviembre). Burnout estudiantil: un enfoque unidimensional. *Revista Psicología Científica.com*, 10 (30).
- <http://www.psicologiacientifica.com/burnout-estudiantil>
- Barraza, A. (2005, 29 marzo). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Psicología Científica.com*, 19 (1).
- <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2880918.pdf>
- Barraza, A. (2009, 30 noviembre). Estrés Académico y Burnout Estudiantil. análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente 12 (22): pp. 272-283*.
- <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3265008.pdf>
- Bittar C. (2008, 7 julio). Burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios. *Cátedra Iberoamericana*.
- [http://fci.uib.es/Servicios/dif\\_invest/Difunda-su-investigacion.cid221990](http://fci.uib.es/Servicios/dif_invest/Difunda-su-investigacion.cid221990)
- Caballero, C., Abello, R. & Palacio, J. (2007 marzo). Relación del burnout y rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25 (2).
- <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1208>
- Calvete, E. y Villa, A. (2000, junio.). Burnout y síntomas psicológicos: modelo de medida y relaciones estructurales. *Revista Ansiedad y Estrés* 6, 117-130.
- [http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/Revista/list\\_crono.htm](http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/Revista/list_crono.htm)
- Dyrbye, L. & Shanafelt, T. (2002, junio). Estudiantes de medicina y médicos quemados.
- <http://www.intramed.net/contenidoover.asp?contenidoID=41127>

Feitler y Tolkar (1997), citado por Travers, Ch. J. & Cooper, L. (1997). El estrés de los profesores: La presión en la actividad docente. Barcelona: Paidós.

Matud, M.P., García, M.A. y Matud, M.J. (2002 septiembre). Estrés laboral y salud en el profesorado: un análisis diferencial en función del género y del tipo de enseñanza. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 2, 451-465.

[http://www.aepc.es/ijchp/articulos\\_pdf/ijchp-50.pdf](http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-50.pdf)

Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. México: Editorial McGraw-Hill.

Maslach, C. y Jackson, S.E. (1986). MBI (2º Ed., 1º Ed. De 1981). Palo Alto, California: Consulting Psychologist Press.

Maslach, C. & Jackson, S. (1981, junio). The measurement of experienced burnout. *Journal of Social Issues*.

<http://psychsource.bps.org.uk/details/journalArticle/3432521/The-measurement-of-experienced-burnout.html>

Moreno González A. (2009, junio). Síndrome de Burnout en estudiantes de educación física y deportes de la universidad de Tolima. *Revista EDU-Física*, 2 (6).

[http://edu-fisica.com/Revista 2/SINDROME DE BURNOUT.pdf](http://edu-fisica.com/Revista%20/SINDROME%20DE%20BURNOUT.pdf)

Moreno Jiménez, B., Carvajal, R. R. & Escobar, R. E. (2001, junio). La evaluación del burnout profesional. Factorialización del MBI-GS. Un análisis preliminar. *Revista Ansiedad y Estrés*, 7 (1), 69-78.

Martínez Díaz, E. S. & Díaz Gómez, D. A. (2007, Noviembre). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10(2) pp. 11-22.

<http://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>

Martínez Díaz ES, y Díaz Gómez DA. (2007 diciembre) Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educ Educadores*.

[http://disde.minedu.gob.pe/bitstream/handle/123456789/2209/2007\\_Martínez\\_Una aproximación psicosocial al estrés escolar.pdf](http://disde.minedu.gob.pe/bitstream/handle/123456789/2209/2007_Martínez_Una_aproximación_psicosocial_al_estrés_escolar.pdf)

Rosales Ricardo, Y. (2012, junio) Estudio unidimensional del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Holguín. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 32 (116), 795-803.

<http://www.ww.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/16574>



[INICIO](#) [ACERCA DE](#) [INICIAR SESIÓN](#) [BUSCAR](#) [ACTUAL](#) [ARCHIVOS](#) [AVISOS](#)  
[INFORMACION LEGAL](#)

*Inicio > Vol. 6, Núm. 12 (2017) > León Noris*

## Estrés y estilos de afrontamiento de las enfermeras de un hospital en Veracruz

*Stress and confronting styles of the nurses of a hospital in Veracruz*

*Esforço e estilos de enfrentamento de enfermeiras em um hospital em Veracruz*

**León Noris Martha Lilia** ✓

Universidad Veracruzana, México  
mleon@uv.mx

**López González Javier** ✓

Universidad Veracruzana, México  
jalopez@uv.mx

**Mayra Hellen Posadas Tello**

Universidad Veracruzana, México  
mposadas@uv.mx

**Leticia Gutiérrez Serrano**

Universidad Veracruzana, México  
legutierrez@uv.mx

**Sarmiento Vega E. Salvador** ✓

Universidad Veracruzana, México  
Ssarmiento@uv.mx

### men

en día el estrés se ha convertido en un problema de salud para los individuos por diversas causas como la inseguridad, la economía personal, los divorcios y, sobre todo, el entorno laboral. En estos sectores laborales es el hospitalario donde las necesidades de la sociedad por problemas de enfermedades han llevado a un incremento de pacientes en cuidados intensivos, propiciando que los profesionistas del sector salud tengan que afrontar diversos problemas para su solución. Por el objetivo de este estudio fue determinar el estrés y los estilos de afrontamiento del personal de enfermería de cuidados intensivos de un hospital en Veracruz Puerto. La metodología aplicada fue mixta, descriptiva, transversal y prospectiva. La población fue de cinco enfermeros (15.2%) y 28 enfermeras (84.8%), que participaron con previo consentimiento, sumando un total de 33 enfermeros y tres turnos. Los instrumentos aplicados fueron una entrevista y la prueba de Perfil del Estrés de Perloff. Los resultados mostraron que 21 enfermeros (2 enfermeros y 19 enfermeras), reportaron un nivel de percepción moderada de estrés y el resto baja. En estilos de afrontamiento, 16 enfermeros (4 hombres y 12 mujeres) usaron moderadamente la valoración positiva ante un problema presentado. En la perspectiva de género, aproximadamente 60% del personal (3 hombres y 17 mujeres) manifestaron que el mayor problema laboral es la falta de insumos; seis trabajadores con una antigüedad menor a cinco años, reportaron mayor percepción de estrés. Por otro lado, en cuanto al género y estado civil se resalta que las enfermeras y los enfermeros que tienen de dos a tres hijos su estrés es moderado, no así con los que tienen uno o ninguno. Se denota también que las mujeres presentaron un estrés mayor que los hombres.

<http://www.rics.org.mx/index.php/RICS/article/view/56/257>

1/14

OPEN JOURNAL SYSTEMS

Servicio de ayuda de la revista

USUARIO/A

Nombre de usuario/a

Contraseña

No cerrar sesión

CONTENIDO DE LA REVISTA

Buscar

Ámbito de la búsqueda

Todo

Examinar

Por número

Por autor/a

Por título

TAMAÑO DE FUENTE

NOTIFICACIONES

Vista

Suscribirse



INICIO ACERCA DE INICIAR SESIÓN BUSCAR ACTUAL ARCHIVOS AVISOS  
INFORMACIÓN LEGAL

[Inicio](#) > [Acerca de la revista](#) > [Políticas de la editorial](#)

## OLÍTICAS DE LA EDITORIAL

Enfoque y alcance  
Políticas de sección  
Proceso de evaluación por pares  
Frecuencia de publicación  
Política de acceso abierto  
Archivar  
INFORMACIÓN LEGAL / Legal information  
Nota de copyright / Copyright Notice  
Instrucciones para autores / Instructions for reviewers  
Normas de Publicación / Rules of Posting  
Indexaciones de RICS  
Estándares Éticos / Ethical standards  
Consejo y Equipo Editorial / Editorial Board  
Frecuencia de Publicación / Frequency of publication  
Formato de Evaluación / Evaluation Format

## ENFOQUE Y ALCANCE

*Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud es una publicación académica arbitrada en formato electrónico. Tiene por objeto publicar textos originales universitarios que se centren en la utilidad de los ámbitos temáticos propios de la investigación y desarrollo en las ciencias de la salud.*

*Temáticas de RICS van desde estudios de Salud Pública y clínicos, así como investigaciones metodológicas sobre procedimientos terapéuticos, medicina familiar, meta-análisis e intervenciones orientadas a promover la salud a nivel individual y comunitario. Abarcará todos los niveles de la educación médica y de los profesionales de las ciencias de la salud. Está dirigida a investigadores, especialistas, profesores y estudiantes de grado y posgrado relacionados con el campo de las ciencias de la salud.*

*Está pensada para dar difusión a trabajos de académicos, investigadores, docentes, técnicos, auxiliares, estudiantes de posgrado en el campo de las ciencias de la salud interesados en aspectos teóricos y prácticos de modelos e intervenciones que tengan como principal objetivo el mejoramiento de sus prácticas educativas y formativas, en instituciones educativas.*

*Sección de divulgación de la producción científica respecto a temas relacionados con la salud de las familias y poblaciones, que tengan su fundamentación en las disciplinas básicas, clínica y salud pública.*

### OPEN JOURNAL SYSTEMS

Servicio de ayuda de la revista

### USUARIO/A

Nombre de usuario/a

Contraseña

No cerrar sesión

### CONTENIDO DE LA REVISTA

Buscar

Ámbito de la búsqueda

Todo

Examinar

Por número

Por autor/a

Por título

### TAMAÑO DE FUENTE

### NOTIFICACIONES

Vista

Suscribirse



## RICS REVISTA IBEROAMERICANA DE LAS CIENCIAS DE LA SALUD

# RICS

WWW.RICS.ORG.UY

INICIO ACERCA DE INICIAR SESIÓN BUSCAR ACTUAL ARCHIVOS AVISOS  
INFORMACIÓN LEGAL

Inicio > Archivos > Vol. 6, Núm. 12 (2017)

### VOL. 6, NÚM. 12 (2017)

JULIO - DICIEMBRE 2017

### TABLA DE CONTENIDOS

#### ARTÍCULOS

Nivel de autocuidado y enfermedades bucales más frecuentes en pacientes de una clínica universitaria PDF / PDF ENGLISH / RESUMEN PDF / HTML / WORD  
Christian Starlight Franco Trejo, Eduardo Medrano Cortés, Luz Patricia Falcón Reyes, Juan Carlos Medrano Rodríguez, Vicente Ortega Cisneros 1 - 18

Depresión en mujeres adultas mayores y su afrontamiento / Depression in Older Women and their Coping PDF / PDF ENGLISH / RESUMEN PDF / HTML / WORD  
Ana Rosa Can Valle, Betty Sarabia Alcocer, Luz Virginia Pacheco Quijano 19 - 30

Epidemiología de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de Chilpancingo, Guerrero / Epidemiology of Overweight and Obesity on University Students in Chilpancingo, Guerrero PDF / PDF ENGLISH / RESUMEN PDF / HTML / WORD

Alma Rosa Maldonado-Gómez, Ruth Magdalena Gallegos-Torres, Alejandra García-Aldeco, Gustavo Argenis Hernández-Segura

Estrés y estilos de afrontamiento de las enfermeras de un hospital en Veracruz / Stress and confronting styles of the nurses of a hospital in Veracruz PDF / PDF ENGLISH / RESUMEN PDF / HTML / WORD  
Martha Lilia León Noris, Javier López González, Maryra Hellen Posadas Tello, Leticia Gutiérrez Serrano, E. Salvador Sarmiento Vega 47 - 70

#### OPEN JOURNAL SYSTEMS

Servicio de ayuda de la revista

#### USUARIO/DA

Nombre de usuario

Contraseña

No crear sesión

Iniciar sesión

#### CONTENIDO DE LA REVISTA

Buscar

Ámbito de la búsqueda

Todo

Buscar

Examinar

Por número

Por autor/a

Por título

#### TAMAÑO DE FUENTE

31 - 46

#### NOTIFICACIONES

Vista

Suscribirse

Create or Connect your ORCID ID

REVISTA IBEROAMERICANA DE LAS CIENCIAS DE LA SALUD

Dialnet REIUIH ORCID latindex doi

INDEXED BY

LitAm Estándar NISO ERIH-Plus MIAR RUTINDEXING

REVISIÓN Y CALIFICACIÓN DE LA REVISTA POR LA COMISIÓN EDITORIAL DE LA REVISTA IBEROAMERICANA DE LAS CIENCIAS DE LA SALUD

ISSN: 2395-8057

## RICS REVISTA IBEROAMERICANA DE LAS CIENCIAS DE LA SALUD

[www.rics.org.mx](http://www.rics.org.mx)

# RICS

[INICIO](#) [ACERCA DE](#) [INICIAR SESIÓN](#) [BUSCAR](#) [ACTUAL](#) [ARCHIVOS](#) [AVISOS](#)  
[INFORMACION LEGAL](#)

[Inicio > Avisos](#)

## AVISOS

### ACTUALIZACION DE IMPACTO

Ref. No: 1873493  
DOI: 10.2395/2017



**CERTIFICATE OF INDEXING (JIF-2015-16)**

This Certificate is Awarded to

**Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud**  
(E-ISSN: 2395-8057)

The above Journal has been positively evaluated by our team in the IIJIF Journals evaluation Process

JIF (Journal Impact Factor value for 2016) is 3.027



[www.iijif.com](http://www.iijif.com)

Journal Impact Factor Value is valid for one year from the date of issuance of Certificate



Publicado: 2016-02-13

[Create or Connect your ORCID ID](#)

### REVISTA IBEROAMERICANA DE LAS CIENCIAS DE LA SALUD

Dialnet REDIB ID ORCID latindex doi

INDEXED BY



Los contenidos de RICS se publican bajo la licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional y pueden ser usados gratuitamente para fines comerciales, dando los créditos a los autores y a la revista, como la establece esta licencia.

### OPEN JOURNAL SYSTEMS

Servicio de ayuda de la revista

#### USUARIO/A

Nombre de usuario/a

Contraseña

No cerrar sesión

#### CONTENIDO DE LA REVISTA

Buscar

Ámbito de la búsqueda

Todo

Examinar  
Por número  
Por autor/a  
Por título

#### TAMAÑO DE FUENTE

#### NOTIFICACIONES

Vista  
Suscribirse

*Estrés y estilos de afrontamiento de las enfermeras de un hospital en Veracruz*

*Stress and confronting styles of the nurses of a hospital in Veracruz*

*Esforço e estilos de enfrentamento de enfermeiras em um hospital em Veracruz*

**León Noris Martha Lilia**

Universidad Veracruzana, México

[mleon@uv.mx](mailto:mleon@uv.mx)

**López González Javier**

Universidad Veracruzana, México

[jalopez@uv.mx](mailto:jalopez@uv.mx)

**Mayra Hellen Posadas Tello**

Universidad Veracruzana, México

[mposadas@uv.mx](mailto:mposadas@uv.mx)

**Leticia Gutiérrez Serrano**

Universidad Veracruzana, México

[legutierrez@uv.mx](mailto:legutierrez@uv.mx)

**Sarmiento Vega E. Salvador**

Universidad Veracruzana, México

[Sarmiento@uv.mx](mailto:Sarmiento@uv.mx)



## Resumen

Hoy en día el estrés se ha convertido en un problema de salud para los individuos por diversas situaciones como la inseguridad, la economía personal, los divorcios y, sobre todo, el entorno laboral. Uno de estos sectores laborales es el hospitalario donde las necesidades de la sociedad por problemas de enfermedades han llevado a un incremento de pacientes en cuidados intensivos, propiciando que muchos profesionistas del sector salud tengan que afrontar diversos problemas para su solución. Por ello, el objetivo de este estudio fue determinar el estrés y los estilos de afrontamiento del personal de enfermería de cuidados intensivos de un hospital en Veracruz Puerto. La metodología aplicada fue cuantitativa, descriptiva, transversal y prospectivo. La población fue de cinco enfermeros (15.2%) y 28 enfermeras (84.8%), que participaron con previo consentimiento, sumando un total de 33 enfermeros de los tres turnos. Los instrumentos aplicados fueron una entrevista y la prueba de Perfil del Estrés de Nowack. Los resultados mostraron que 21 enfermeros (2 enfermeros y 19 enfermeras), reportaron percepción moderada de estrés y el resto baja. En estilos de afrontamiento, 16 enfermeros (4 hombres y 12 mujeres) usaron moderadamente la valoración positiva ante un problema presentado. En la entrevista, aproximadamente 60% del personal (3 hombres y 17 mujeres) manifestaron que el mayor problema laboral es la falta de insumos; seis trabajadores con una antigüedad menor a cinco años, presentaron mayor percepción de estrés. Por otro lado, en cuanto al género y estado civil se resalta que las enfermeras y los enfermeros que tienen de dos a tres hijos su estrés es moderado, no así con los que tienen solo uno o ninguno. Se denota también que las mujeres presentaron un estrés mayor que los hombres. Por otra parte, los turnos laborables de la población encuestada reflejan que 11 del turno matutino y 8 del turno vespertino evidencian estrés moderado. Con base en el perfil de estrés, se concluye que el estrés en el hospital estudiado es moderado y en el caso de los estilos de afrontamiento se observaron respuestas adecuadas en soluciones positivas ante una situación laboral estresante.

**Palabras claves:** estilos de afrontamientos, estrés, perfil de estrés.

## **Abstract**

Nowadays, stress has become a health problem for individuals because of many situations such as insecurity, personal economy, divorces and, specially, the work environment. One of these labor sectors is the healthcare sector where the society's needs derived of disease's problems had led to an increase of patients with intensive care, causing that many of the health sector professionals had to confront some problems for its solution. Therefore, the main objective of this study was to determine the stress and the confronting styles of nurses at the intensive care area of a hospital in Veracruz Port. The methodology used in this research was a descriptive, observational, transversal and prospective study. The population were five male nurses (15.2%) and 28 female nurses (84.8%), in total 33 nurses of the three shifts, with previous concern. The results showed that 21 nurses (19 female nurses and two male nurses) reported moderate stress perception, while the rest reported low stress perception. In the confronting styles, 16 nurses (four men and 12 women) used in a moderate way a positive valuation before a problem. At the interview, around the 60% of the personal (three men and 17 women) manifested the lack of supplies as the major labor problem. Six workers with employment relationship bellow five years presented more stress perception. On the other way, about the genre and civil status, it stands out that nurses with two to three children have moderate stress, the contrary with those with one or none child. It also stands out that women shows more stress tan men. Additionally, laboral shifts of survey respondents show that 11 people from the morning shift and eight people from the evening shift have moderate stress. Based on the stress profile, the conclusion is that the stress in the hospital is moderate and, in the case of the confronting styles, they looked appropriate as a positive solution before a stressing labor situation.

**Key words:** confronting styles, stress, stress profile.

## Resumo

Hoje, o estresse tornou-se um problema de saúde para indivíduos em várias situações, como insegurança, economia pessoal, divórcio e, acima de tudo, o ambiente de trabalho. Um desses setores trabalhistas é o hospital onde as necessidades da sociedade para problemas de doenças levaram a um aumento de pacientes em terapia intensiva, fazendo com que muitos profissionais do setor de saúde tenham que enfrentar diversos problemas para sua solução. Portanto, o objetivo deste estudo foi determinar o estresse e os estilos de enfrentamento da equipe de enfermagem de cuidados intensivos em um hospital no porto de Veracruz. A metodologia aplicada foi quantitativa, descritiva, transversal e prospectiva. A população era de cinco enfermeiros (15,2%) e 28 enfermeiras (84,8%), que participaram com consentimento prévio, somando 33 enfermeiros dos três turnos. Os instrumentos aplicados foram uma entrevista e o teste Nowack Stress. Os resultados mostraram que 21 enfermeiras (2 enfermeiros e 19 enfermeiras) relataram percepção moderada de estresse e o resto diminuiu. Em estilos de enfrentamento, 16 enfermeiras (4 homens e 12 mulheres) usaram moderadamente a avaliação positiva de um problema apresentado. Na entrevista, aproximadamente 60% do pessoal (3 homens e 17 mulheres) afirmou que o principal problema de trabalho é a falta de insumos; seis trabalhadores com idade inferior a cinco anos, apresentaram maior percepção de estresse. Por outro lado, em termos de gênero e estado civil, enfatiza-se que os enfermeiros e enfermeiras que têm de dois a três filhos estão moderadamente estressados, não com aqueles que têm apenas um ou nenhum. Também se observou que as mulheres apresentaram maior estresse do que os homens. Por outro lado, as mudanças de trabalho da população pesquisada refletem que 11 do turno da manhã e 8 do turno da tarde apresentam estresse moderado. Com base no perfil do estresse, conclui-se que o estresse no hospital estudado é moderado e, no caso dos estilos de enfrentamento, foram observadas respostas adequadas em soluções positivas para uma situação de trabalho estressante.

**Palavras-chave:** estilos de enfrentamento, estresse, perfil de estresse.

**Fecha recepción:** Diciembre 2016

**Fecha aceptación:** Mayo 2017

## Introducción

Actualmente, en este mundo globalizado, las sociedades modernas funcionan durante el día y la noche, los 365 días del año; esto significa que distintas organizaciones e instituciones operan en tres turnos laborales distintos y que los empleados tienen que someterse a horarios laborales contrarios al ritmo natural del organismo. Es decir, la modificación de los ciclos de actividad y descanso pueden ocasionar un desequilibrio en los ritmos naturales del organismo del trabajador y, por ende, aumentar la probabilidad del desarrollo de enfermedades vinculadas con el sistema metabólico y los trastornos del estado del ánimo.

Los modelos laborales y económicos neoliberales han transformado las estructuras institucionales sociales, principalmente a la familia, ya que implican, por ejemplo, que el padre y la madre tengan que trabajar para sostener dicha institución familiar, lo que lleva a que los estilos de vida y las dinámicas familiares, interpersonales y sociales se vean afectadas. Así, las personas están expuestas a diversas presiones que sobrelleva el ritmo de vida agitado en las diferentes áreas de su vida, ya sea familiar, personal y laboral, lo cual significa que el sujeto sufre cambios constantes y tiene la necesidad de adaptarse a ellos. Si no se afrontan eficazmente estos aspectos, la persona puede presentar saturación física, mental y emocional, impulsando esto al estrés laboral que puede generar, a la vez, nuevas consecuencias de alto impacto en la salud del trabajador.

El estrés se ha convertido en una problemática social y de salud que tiene grandes repercusiones no solo en el trabajador y en su familia, sino también en la empresa. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2015), el estrés es uno de los principales problemas sanitarios que hoy vive la sociedad, principalmente el relacionado con el estrés laboral. En este rubro, México encabeza el ranking mundial, seguido de China, que antes lideraba este listado. La OMS estima que a nivel mundial aproximadamente entre 5% y 10% de los empleados en los países desarrollados padecen estrés laboral, debido principalmente a la presión de trabajo, mientras que en los países industrializados entre 20% y 50% de los trabajadores lo padecen. Estas condiciones laborales se observan principalmente en el sector salud, en donde médicos, enfermeras y enfermeros y profesionistas de este ámbito deben en muchos casos laborar en distintos horarios.

Una de las definiciones de estrés más recientes es la de Cano Vindel (2002): “el estrés se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe el individuo, a las cuales le da una respuesta adecuada, poniendo en marcha sus recursos de afrontamiento”. Cuando la demanda del ambiente (laboral, social, entre otros) es excesiva, frente a los recursos de afrontamiento que se poseen, se van a desarrollar una serie de reacciones adaptativas, de movilización de recursos que implican activación fisiológica. Esta reacción de estrés incluye una serie de reacciones emocionales negativas (desagradables), de las cuáles las más importantes son: ira, ansiedad, y depresión.

Se considera que el estrés puede propiciar conductas no saludables como fumar, beber, entre otras, ya que modifica los hábitos relacionados con la salud, la falta de tiempo y la tensión, reduciendo así conductas saludables como dormir suficiente y hacer ejercicio. Por otro lado, también puede producir una alta activación fisiológica, lo que ocasiona disfunciones psicosomáticas: problemas cardiovasculares, sexuales, inmunodepresión, dolores de cabeza tensionales, con probabilidad de desarrollar cáncer.

En un informe realizado por la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2016), se señala que el estrés es la respuesta física y emocional a un daño causado por un desequilibrio entre las exigencias y los recursos y las capacidades percibidas de un individuo para hacer frente a ellas. El estrés laboral está determinado por la organización y el diseño del trabajo, así como por las relaciones laborales, y tiene lugar cuando las exigencias del entorno no se corresponden o exceden de las capacidades, recursos o necesidades del empleado, o bien cuando el conocimiento y sus habilidades no coinciden con las expectativas de la cultura organizacional de una empresa para enfrentar dichas exigencias

Sin duda, la economía ha sido un factor esencial donde el aspecto laboral es más demandante en tiempo, ya que redundo en grandes sacrificios personales y familiares; lo anterior desencadena situaciones conflictivas de diversas índoles para el sujeto, que necesita mayor capacidad de adaptabilidad para poder resolver los nuevos problemas. Para que una persona desarrolle esta capacidad de adaptación necesita conocer y aplicar una serie de estrategias de afrontamiento que le permitan reaccionar ante las situaciones estresantes para reducir dichos niveles de estrés.



Según Everly Jr. y George (1989), el afrontamiento son los esfuerzos psicológicos o conductuales que un individuo hace para reducir o mitigar el estrés. Para fines de este trabajo, es importante señalar la diferencia entre estilos y estrategias de afrontamiento. Las primeras son referidas cuando el sujeto tiene una predisposición ante una situación que se le presenta; la segundas representan los procesos o caminos que se utilizan. Esta variedad de estrategias de afrontamiento ha motivado la construcción de una escala de estilos y estrategias de afrontamiento que comprende 18 estrategias diferentes. Moos y Billings (1982) señalan que para el caso de los estilos de afrontamiento son consideradas tres dimensiones: una de ellas llamada *método utilizado*, según la cual el afrontamiento tiene dos condiciones: activo o de evitación; una segunda dimensión es la *focalización de la respuesta*, la cual incorpora tres condiciones focalizadas en la evaluación de la situación, centradas en la evaluación o bien en las emociones; la tercera dimensión, propuesta por Feuerstein, Labbé y Kuczmierczyk (1986), atiende a la naturaleza de la respuesta y puede ser de tipo conductual o cognitivo

Con lo anterior, puede entenderse que cualquier profesionista y aquellas personas que realizan cualquier oficio tienen la probabilidad de sufrir de estrés laboral, por lo que el desequilibrio actual entre la oferta y la demanda ha ocasionado que en muchos trabajos exista regularmente sobrecarga laboral, rotación de turnos, climas laborales tóxicos, poco recursos o circunstancias inadecuadas para realizar el trabajo, además de los salarios que actualmente existen y que en muchas ocasiones no logran cubrir las necesidades básicas del sujeto y de su familia.

En esa perspectiva, los profesionales de la salud, entre los que hay que destacar a los enfermeros, juegan un papel importante: la promoción, el restablecimiento, los cuidados y la rehabilitación de la salud con las acciones de atención integral, para proporcionar seguridad y bienestar a los pacientes. Esta situación puede generar un impacto de estrés fuerte en los profesionales de la salud, así como ansiedad de origen asistencial, lo que puede tener consecuencias en una práctica profesional inadecuada para las personas que reciben su atención y cuidados. Aunado a lo anterior, si este profesionista de la salud se encuentra en un área de Cuidados Intensivos, dichas condiciones se pueden incrementar debido al manejo de pacientes en estado severo, escases de los insumos para realizar su trabajar, y además de considerar la edad y antigüedad del enfermero (a), lo que lleva a generar sobrecarga emocional y poner a prueba la resistencia de este profesionista.

Según la OMS (2015), la enfermería abarca la atención autónoma y en colaboración dispensada a personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades, enfermos o no, y en todas circunstancias. Comprende la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y la atención dispensada a enfermos, discapacitados y personas en situación terminal. De acuerdo con los resultados del segundo trimestre de la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (2015), en México la población mayor de 15 años de edad ocupada como enfermera o enfermero suma 475 mil 295 personas, de las cuales 85% son mujeres y 15% son hombres; por cada 100 personas con esta ocupación, 43 son profesionistas, 31 técnicas y 26 son auxiliares en enfermería o paramédicos. El promedio de enfermeras y enfermeros por cada 1000 habitantes es de 3.9, un indicador que ha ido en aumento en los últimos 12 años, pues a mediados de 2003 el promedio por cada 1000 habitantes fue de 2.9.

México continúa por debajo del mínimo que establece la Organización Panamericana para la Salud, (2016), que recomienda que haya entre 50 y 60 enfermeras por cada 10 000 habitantes (entre cinco y seis enfermeras por cada 1000 habitantes). Según el informe de Estadísticas de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE) (2014), en México el número de enfermeras había incrementado de 2.2 enfermeras por cada 1000 habitantes en 2000 a 2.6 enfermeras en 2012, y esta cifra está muy por debajo del promedio de 8.8 enfermeras por cada mil habitantes de los países miembros de la OCDE, lo que evidencia el déficit en cuanto a formación de enfermeras y enfermeros, pese al incremento que la profesionalización de esta ocupación ha tenido en las últimas décadas en el país.

Cabe señalar que los resultados de la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (2015) dadas a conocer por el INEGI muestran que son 10 las entidades federativas que tienen un promedio de enfermeras y enfermeros por encima del promedio nacional, y, de esas entidades, cinco cumplen con los estándares internacionales de tener entre cinco y seis enfermeras por cada 1000 habitantes, destacando Tamaulipas y Ciudad de México con un promedio de 6.1 y 6.0, respectivamente, seguidas por Campeche (5.9), Colima (5.7), Coahuila de Zaragoza (5.1), Nayarit (4.9), México (4.6), Jalisco (4.4), Nuevo León (4.3) y Chihuahua (4.2). Los estados de Sonora, Yucatán y Tlaxcala coinciden con el promedio de enfermeras o enfermeros a nivel nacional, es decir, 3.9 por

cada 1000 habitantes. Las restantes 19 entidades federativas están por debajo del promedio nacional, oscilando entre 3.8 Yucatán y Zacatecas y 2.3 de Puebla.

En México, para las y los jóvenes que deciden estudiar la carrera en Enfermería las condiciones laborales son poco favorables; además, hay que agregar el escaso reconocimiento social, y los varios roles que juega: como persona, madre o padre, esposa o esposo, hija o hijo, lo que produce una mayor demanda en atención por su familia; asimismo, la situación económica e inseguridad social que se vive actualmente ha propiciado el incremento del estrés. Un hospital es una institución de salud que, debido a alta demanda de su población, tiene que manejar tres turnos para dar atención a los trabajadores afiliados y a su familia. Por lo anterior, el turno laboral asignado puede influir en el estrés y los estilos afrontamiento del personal de enfermería.

Con la finalidad de promover una cultura de salud es necesario saber realizar una adecuada prevención de riesgos psicosociales, esto implica y significa un estudio profundo en el cual debe considerarse no solo el tipo de metodología, que se va a utilizar para su evaluación, intervención y prevención, sino también involucrar a las distintas instancias de gobierno (Secretaría del Trabajo y Previsión Social y el Instituto Nacional de Desarrollo Social) con la finalidad resolver la problemática de fondo y forma.

El Instituto Nacional de Desarrollo Social (2016) (INDESOL) establece que todas las empresas e instituciones deberán respetar obligatoriamente los artículos del Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo. En el rubro V. “Normalización en seguridad y salud en el trabajo” se menciona que:

La Secretaría expedirá las Normas con fundamento en la Ley Federal sobre Metrología y Normalización y su Reglamento; la Ley, y el presente Reglamento, con el propósito de establecer disposiciones en materia de seguridad y salud en el trabajo para evitar: Riesgos que pongan en peligro la vida, integridad física o salud de los trabajadores. Cambios adversos y sustanciales en el ambiente laboral, que afecten o puedan afectar la seguridad o salud de los trabajadores o provocar daños a las instalaciones, maquinaria, equipos y materiales del centro de trabajo.

Asimismo, la INDESOL señala que podrá realizar estudios e investigaciones en aquellas empresas con altas tasas de accidentes y enfermedades de trabajo, con el fin de identificar y evaluar sus posibles causas, al igual que definir las medidas preventivas que corresponda aplicar. Por lo tanto, en las disposiciones generales para la salud en el trabajo se encuentran la investigación y prevención de factores de riesgo psicosocial. En el punto VI “Correspondiente a Organizaciones para la seguridad y salud en el trabajo” se establece la promoción de un entorno organizacional favorable y prevención de la violencia laboral.

Así como también la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) (2016) atiende los factores de riesgo psicosocial, como el estrés laboral y sus consecuencias, a través del Programa Nacional de Bienestar Emocional y Desarrollo Humano en el Trabajo (PRONABET). El PRONABET es una política pública orientada a generar una cultura de salud en el trabajo, que promueva el cuidado de las emociones en el trabajo y la prevención de factores de riesgo psicosocial que afectan el bienestar de los trabajadores, tales como el estrés laboral y económico, las adicciones, el alcoholismo, el consumo de drogas y la violencia laboral, entre otros.

Los resultados de vivir elevados y amplios niveles de estrés no solo afectan al trabajador en su salud física, psíquica y conductual, sino también perjudican a la institución u organización laboral donde esté trabajando dicha persona; es decir, influye en las dinámicas laborales y en las relaciones interpersonales y, por ende, en el clima laboral que a mediano plazo impacta en la satisfacción y producción laboral del empleado. Por tal razón, es necesario implementar diferentes estudios y alternativas de intervención para prevenir y disminuir las consecuencias del estrés laboral.

## **Método**

El tipo de estudio fue prospectivo, ya que la información se registra en la medida en que ocurre la situación observada, transversal, porque se recolectó la información en un tiempo único y correspondió de abril 2015 a marzo 2016 en un hospital del municipio de Veracruz, Veracruz.

De acuerdo con el objeto de estudio, se consideró aplicar tanto la metodología cuantitativa como la cualitativa, considerando que las primeras dan un panorama exploratorio mientras que las

cualitativas proveen de una indagación más profunda. La técnica cuantitativa que se utilizó es la de recolección mediante una encuesta aplicada previo consentimiento informado verbal.

El instrumento considerado para la encuesta fue la correspondiente a la prueba Psicológica de Perfil de Estrés de Kenneth M Nowack, conformado por siete dimensiones y un total de 123 reactivos.

La fiabilidad del instrumento está determinada por la fórmula  $\alpha$  Cronbach, válida en items de más de dos respuestas, y cuya consistencia interna es de 0.89 y 0.91

Para el caso de la técnica cualitativa se llevó a cabo una entrevista de 10 preguntas abiertas para identificar las características sociodemográficas y que expresara el personal de enfermería las situaciones que consideraban les provocaba estrés en su área de trabajo.

El objetivo de la investigación es determinar el perfil de estrés y los estilos de afrontamiento del personal de enfermería de cuidados intensivos de un hospital en Veracruz.

### **Población**

La población de estudio representa el conjunto de individuos a los que se les mide un atributo o característica (Polith-Hungler, 2011).

En el hospital se cuenta con un total de 1100 enfermeras y enfermeros distribuidos en todas las áreas del hospital y en los tres turnos. La muestra que se consideró fue el 100% de las enfermeras y los enfermeros que laboran en el área de cuidados intensivos en los tres turnos, por lo cual es de tipo no probabilístico, ya que fue dirigida de acuerdo con el objeto de estudio siendo un total de 37.

Considerando que cuatro no dieron su consentimiento, las 33 restantes representaron el 91.9% de toda la población objeto de estudio (cinco hombres y 28 mujeres) de la Unidad de Cuidados Intensivos de un hospital de Veracruz.

## **Variables**

### ***Variable dependiente***

Situación laboral estresante. De acuerdo con el Instituto Mexicano de Seguridad Social (IMSS) (2017), el trabajo es una de las cinco causas de estrés, y puede ocasionar en un empleado consecuencias tanto en su salud como en su entorno por el desequilibrio que pueda generar entre lo personal y lo laboral.

### ***Variables independientes***

Consideradas las siete (Dimensiones) que conforman el perfil de estrés: hábitos de salud (alimentación, descanso, ejercicio y prevención), situaciones estresantes (familia, salud, trabajo, finanzas y entorno), red de apoyo social, fuerza cognitiva. Conducta tipo A, estilos de afrontamiento y bienestar psicológico, además de la edad y el sexo.

### **Criterios de inclusión**

1. Todos los profesionistas de enfermería que aceptaron y dieron su consentimiento.
2. Los profesionistas de enfermería del área de cuidados intensivos.

### **Criterios de exclusión**

- 1.- Los profesionistas de enfermería que no dieron su consentimiento del hospital en Veracruz.
- 2.- Los profesionistas que son de otras áreas diferentes al área de cuidados intensivo.

### **Procedimiento de recolección**

Consideraciones éticas. Se apega a la ley General de salud en materia de investigación y se considera con riesgo ético mínimo.

Se solicitó la firma de consentimiento informado de todas las enfermeras y enfermeros del área de cuidados intensivos, obteniéndose 33, mismos a los que se les aplicó el instrumento en horario matutino, vespertino y nocturno.

Para el caso de la entrevista se aplicó a las 33 enfermeras y enfermeros en los 3 turnos.

Para el análisis de la información obtenida, se utilizó el ordenamiento IBM SPSS 22.0, identificándose promedios, mediana, rango, intervalo de confianza de 95%, desviación estándar y frecuencias relativas (porcentajes).

## **Resultados**

La media de edad fue de  $40.73 \pm 7.44$ ; mediana de 39.00; rango de 31(27-58), con un índice de confiabilidad al 95% de 38.09-43.37 años.

En cuanto a la entrevista realizada, se identificaron variables sociodemográficas como género, antigüedad, turno en que laboran, estado civil (ver Tabla 1).

**Tabla 1.** Datos sociodemográficos del personal de enfermería, 2015.

N= 33

Características	n	%
<b>Sexo</b>		
Hombre	5	15.2
Mujer	28	84.8
<b>Estado civil</b>		
Soltero(a)	21	63.6
Casado(a)	12	36.4
<b>Número de hijos</b>		
0	9	27.3
1	8	24.2
2	14	42.4
3	2	6.1
<b>Turno</b>		
Matutino	14	42.4
Vespertino	15	45.5
Nocturno	4	12.1
<b>Antigüedad</b>		
≤ 5	16	48.5
6 – 10	3	9.1
11 – 15	8	24.2
16 – 20	2	6.1
≥ 21	4	12.1

Fuente: elaboración propia con SPSS 22.

En la pregunta de la situación que les provoca mayor estrés en su trabajo, 20 respondieron que la falta de insumos y/o material quirúrgico para atender al paciente es una de las causas que les ocasiona problemas emocionales.

El análisis de la variable de estrés se muestra en la Tabla 2.



**Tabla 2.** Perfil de estrés del personal de enfermería, 2015.

N= 33

Perfil de estrés	n	%
<b>Estrés</b>		
Alto	0	0
Moderado	21	63.6
Reducido	12	36.4
<b>Hábitos de salud</b>		
inadecuados – Con riesgo	14	42.4
Mínimo indispensable	11	33.3
Adecuados– Sin riesgo	8	24.2
<b>Red Social</b>		
Insatisfecho	7	21.2
Moderadamente satisfecho	18	54.5
Satisfecho	8	24.2
<b>Conducta tipo A</b>		
Mayor frecuencia	1	3.0
Menor frecuencia	32	97.0
<b>Fuerza cognitiva</b>		
Nivel bajo	0	0
Nivel medio	17	51.5
Nivel alto	16	48.5
<b>Bienestar psicológico</b>		
Insatisfecho	0	0
Moderadamente satisfecho	10	30.3
Satisfecho	23	69.7

Fuente elaboración propia con SPSS 20.

Referente a los estilos de afrontamiento se muestran en la Tabla 3.

**Tabla 3.** Estilos de afrontamiento del personal de enfermería, 2015.

N=33

Estilos de afrontamiento	Ausencia		Uso moderado		Presencia	
	n	%	n	%	n	%
Valoración positiva	5	15.2	16	48.5	12	36.4
Valoración negativa	21	63.6	11	33.3	1	3.0
Minimización de la amenaza	3	9.1	15	45.5	15	45.5
Concentración en el problema	8	24.2	16	48.5	9	27.3

Fuente: elaboración propia con SPSS 20.

En la Tabla 4 se muestran los hábitos de salud.

**Tabla 4.** Hábitos de salud del personal de enfermería, 2015.

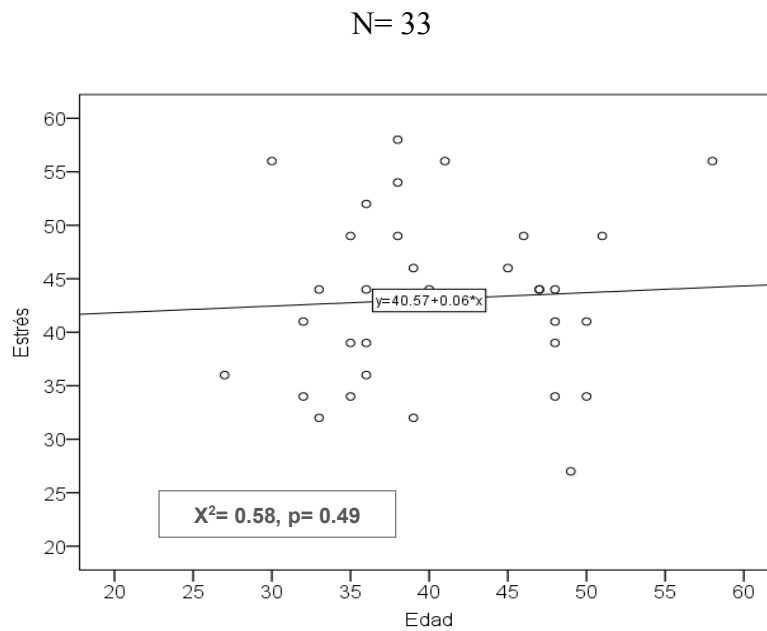
N=33

Hábitos de salud	Inadecuados		Mín. indispensable		Adecuados	
	n	%	n	%	n	%
Ejercicio	24	72.7	7	21.2	2	6.1
Descanso/sueño	13	39.4	11	33.3	9	27.3
Alimentación/ nutrición	8	24.2	10	30.3	15	45.5
Prevención	8	24.2	14	42.4	11	33.3
ARC	3	9.1	2	6.1	28	84.8

Fuente: elaboración propia con SPSS 20.

Los análisis de asociación establecieron que la categoría de percepción de estrés tiene poca relación con la edad ( $X^2= 0.58$ ,  $p=0.49$ ), de acuerdo con la figura 1.

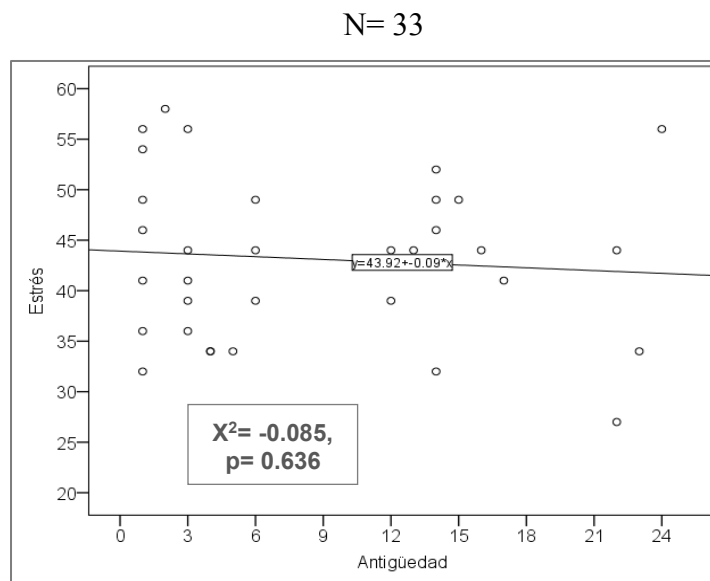
**Figura 1.** Relación entre edad en años y percepción de estrés de los participantes.



Fuente: elaboración propia con SPSS 20.

En la asociación entre la antigüedad y percepción de estrés se identifica la Figura 2.

**Figura 2.** Relación entre antigüedad y percepción de estrés de los participantes, 2015.



Fuente: elaboración propia con SPSS 20.

La asociación de las características sociodemográficas con el estrés lo muestra la Tabla 5.

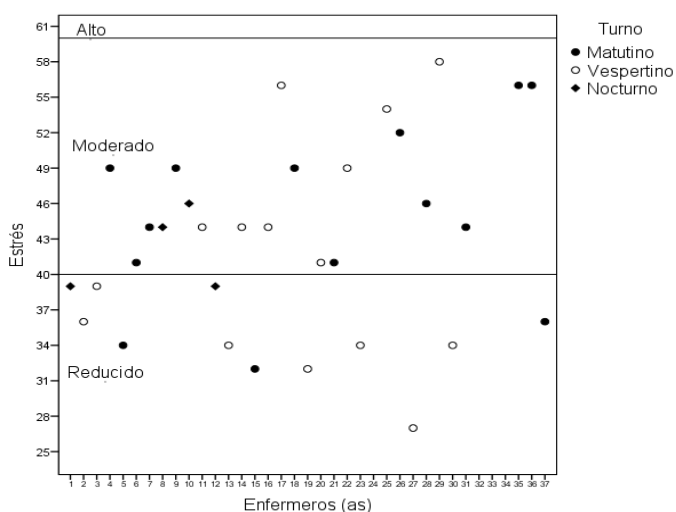
**Tabla 5.** Análisis de asociación del personal de enfermería, 2015.

Características/Estrés	Reducido		Moderado		p
	n	%	n	%	
<b>Sexo</b>					
Hombre	3	21.2	2	42.4	0.328*
Mujer	9	32.1	19	67.9	
<b>Estado civil</b>					
Soltero(a)	7	21.2	5	15.2	0.918**
Casado(a)	14	42.4	7	21.2	
<b>Número de hijos</b>					
0 - 1	7	21.2	10	30.3	0.554***
2 - 3	5	15.2	11	33.3	
<b>Turno</b>					
Matutino	3	9.1	11	33.3	0.307***
Vespertino	7	21.2	8	24.2	
Nocturno	2	6.1	2	6.1	

Fuente: elaboración propia con SPSS20.

En la Figura 3 se percibe nivel de estrés de acuerdo con la variable turnos.

**Figura 3.** Percepción de estrés de los participantes, según turno.



Fuente: elaboración propia con SPSS 20.

## Discusión

El estrés juega un papel importante en el entorno laboral, de tal forma que en la investigación realizada se consideró al profesional de la enfermería dado su ámbito laboral, sobre todo en el área de cuidados intensivos, debido a que allí se tienen pacientes con problemas severos de salud. Mamani E. y Obando Z. (2007) señalan que los grupos más afectados por el estrés laboral son especialmente las enfermeras que están en contacto con pacientes crítico. Por otro lado, un estudio realizado por Abreu D. (2011) en un hospital considera que los profesionales de la salud, tanto médicos como enfermeras y enfermeros, que laboran en la unidad de cuidados intensivos son los más vulnerables al estrés laboral dado que sostienen con el paciente una actitud de ayuda y orientación.

En el estudio realizado se planteó como objetivo determinar el perfil de estrés y los estilos de afrontamiento del profesional de enfermería en el área de cuidados intensivos. Los resultados reflejaron que 16 enfermeras y enfermeros con una antigüedad en el hospital menor a cinco años, es decir, jóvenes, presentaron mayor percepción de estrés, no siendo tan diferente al escenario mostrado por la Asociación Americana de Psicología (2014) que en una encuesta realizada con la participación de 1950 adultos y 1018 adolescentes en los Estados Unidos da resultados que apuntan a que los comportamientos no saludables que se relacionan con el estrés pueden comenzar a manifestarse entre jóvenes de 18 a 33 años.

Por otro lado, en cuanto al género y estado civil se identificó que de las 20 enfermeras, 19 presentaron estrés moderado y también mayor que el del género masculino. Sobre el estado civil de los 33, 21 son casados resaltándose que las enfermeras o los enfermeros que tienen de dos a tres hijos su estrés es moderado, no así con los que tienen solo uno o ninguno.

Los turnos laborables de la población encuestada reflejan que 11 del turno matutino y ocho del turno vespertino evidencian estrés moderado.

Esto se pone de manifiesto por las exigencias actuales en donde los servicios de salud obligan al trabajador a ajustar el horario laboral haciendo que se sitúen fuera de los tiempos fisiológicamente apropiados. En el estudio de Ramírez-Elizondo *et al.* (2013) se señala que el sistema de rotación y

adaptación constante del profesionalista de la salud en su quehacer laboral hace que sus horarios se vayan a límites extremos, lo que genera más problemas que incrementan el estrés.

Para los estilos de afrontamiento se encontraron resultados en diferentes niveles de afrontamiento, algo similar a lo que Labrador y Crespo (1993) comentan cuando consideran que toda persona reacciona de diferente manera ante una situación que se le presente de acuerdo a su percepción.

Villalba J. y Gavilanes M (1989) señalan que los cambios de horario en el sueño hacen que el ritmo biológico sea inadecuado y repercute en la calidad de vida del trabajador. Esta aseveración tiene relación con el resultado obtenido en esta investigación en donde 13 de los encuestados presentaron un inadecuado descanso (sueño en sus hábitos de salud).

Las fortalezas encontradas en este estudio fueron la amplia participación y apertura de las enfermeras y enfermeros en los tres turnos laborables, así como el uso del software SPSS 20 para el manejo estadístico de los resultados; sin embargo, hubo limitantes como el tiempo de dedicación utilizado para la investigación realizada.

Los resultados de la presente investigación permiten establecer como una sugerencia la necesidad de establecer en los hospitales estrategias a corto plazo que busquen disminuir el estrés en sus trabajadores, con la finalidad de propiciar en ellos un mejor estado emocional y, con ello, un mayor rendimiento laboral.

## **Conclusiones**

A continuación las conclusiones de acuerdo con el análisis del perfil de estrés en las siete variables analizadas: hábitos de salud, situaciones estresantes, red de apoyo social, fuerza cognitiva, conducta tipo A (se refiere a ira internalizada, la ira expresada, impaciencia, conducción ruda de vehículos y conductas competitivas), estilos de afrontamiento y bienestar psicológico, además de la edad y el sexo.

En los tres niveles de estrés el 63.6% fue moderado y el restante reducido, sin embargo, 16 (48.5%) enfermeras y enfermeros con estrés moderado están propensos a que su nivel sea elevado. En

cuanto a los turnos, se refleja en el matutino y vespertino un estrés moderado. Siguiendo con las variables, el género femenino observó estrés moderado, mientras que el masculino fue reducido.

Otra de las situaciones que se rescata en la entrevista es que la falta de insumos es la situación que más estrés les ocasiona en su ámbito laboral, ya que el personal tiene que lidiar con los problemas que esto genera, así como tener pacientes graves o que tengan complicaciones de salud y el equipo necesario no funcione.

Siguiendo en la misma línea, el personal de enfermería mencionó que la situación que más estrés le ha generado es tener pacientes que sangren mucho después de la cirugía, que no se estabilicen o que entren en paro cardíaco, lo que implica que sus familiares se angustien exigiendo atención inmediata a su enfermo, fomentando esto más la tensión en el ambiente laboral.

De los 33 trabajadores que participaron en el estudio, 24 encuestados presentaron hábitos de salud inadecuados en lo referente a ejercicio y 13 en cuanto al descanso, lo cual significa que hay que buscar talleres y/o capacitación para que estos profesionales de la salud mejoren sus hábitos de salud.

Por otro lado, las enfermeras casadas, con menor antigüedad y con más de un hijo son las que presentaron mayor estrés laboral.

Con estos antecedentes, se sugiere la incorporación de estrategias que minimicen los impactos de los estresores en los profesionistas mencionados, así como también replicar este estudio en otros espacios laborales con la intención de contar con mayor información y a partir de los resultados establecer mecanismos para disminuir el estrés laboral en los profesionales de salud y, con ello, mejorar su calidad de vida y la atención al paciente.

## Bibliografía

- Abreu Dávila, F. J. (2011). Síndrome de agotamiento emocional en profesionales de la unidad de cuidados intensivos. *Multiciencias*, Octubre-Diciembre, 370-377  
<http://www.redalyc.org/html/904/90421972006/>
- American Psychological Association (2014) *Encuesta de la Asociación Americana de Psicología Electronica* *References*. Recuperado de <http://www.apa.org/news/press/releases/2014/02/estres-adolescentes.aspx>
- Cano, Vindel, A. (2002). *Técnicas cognitivas en el control del estrés*. Control del Estrés (pp. 247-271). Madrid: UNED Ediciones.
- Everly Jr., S George.(1989) *A. Clinical Guide to the Treatment oh human stress response*. (Press.p.44), Nueva York:Plenum, Publisher Springer US.
- Feuerstein, M., Labbé E y Kuczmierczyk A (1986). *Healt Psychology:A Psychobiological Perspective*.New York:Plenum Press, Publisher Springer US.
- Instituto Mexicano del Seguro Social (2017).-Texto Salud en línea, estrés laboral. Recuperado en <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/estres-laboral>
- Instituto Nacional de Desarrollo Social (2016) Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo. Recuperado de <https://www.gob.mx/indesol/documentos/reglamento-federal-de-seguridad-y-salud-en-el-trabajo>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (2015) Informe sobre la .Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo. Conjunto de datos: Población total Recuperado de. [http://www.inegi.org.mx/est/lista\\_cubos/consulta.aspx?p=encue&c=4](http://www.inegi.org.mx/est/lista_cubos/consulta.aspx?p=encue&c=4)
- Labrador Francisco J., Crespo López M (1993)-. *Estrés y Trastornos psicofisiológicos*. Madrid, España: Editorial Eudema Universidad
- Mamani-Encalada, A., Obando-Zegarra, R., Uribe-Malca, A. M., & Vivanco-Tello, M. (2007). Factores que desencadenan el estrés y sus consecuencias en el desempeño laboral en emergencia. *Revista Peruana de Obstetricia y enfermería*, 2007; 3 (1) 1-8. Recuperado de <http://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/view/543/415>



- María de Lourdes Marrero Santos, Jorge Grau Abalo; Síndrome de Burnout en médicos que trabajan en unidades de cuidados intensivos neonatales, *Revista psicología y salud*, 2005; 15 (1) 26-28
- Moos, R.H. & Billings, A.G. (1982). Conceptualizing and measuring coping resources and processes. In L. Goldberger y S. Bresnitz (Eds.). *Handbook of Stress. Theoretical and clinical aspects*. Nueva York: The Free Press, A Division of Macmillan Inc
- Organización Panamericana para la Salud (2016). Informe PLISA Plataforma de información en Salud de las Américas Recuperado de <http://www.paho.org/data/index.php/es/indicadores/sistemas-de-salud/107-cat-data-es/496-hr-es.html?showall=&start=1>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (2014). Informe sobre las Estadísticas de la OCDE sobre la salud 2014 México en comparación. Recuperado de <http://www.oecd.org/els/health-systems/Briefing-Note-MEXICO-2014-in-Spanish.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (OMS) (2015) Temas de salud. Enfermería. Información consultada el 24 de noviembre de 2015 Recuperado de: <http://www.who.int/topics/nursing/es/>
- Organización Internacional del Trabajo (OIT) (2016) Estrés en el trabajo: Un reto colectivo. Servicio de Administración del Trabajo, Inspección del Trabajo y Seguridad y Salud en el Trabajo - LABADMIN/OSH. Ginebra: OIT, 2016. 62 p.) <http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2016/490658.pdf>
- Polith-Hungler(2000)- *Investigación Científica en Ciencias de la salud*.-6ª ed.- Ed McGraw Hill Interamericana de México,p.8-18
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social (2016) PRONABET, herramienta eficaz de la STPS para prevenir factores de riesgo psicosocial. Boletín de Prensa No. 564. Ciudad de México, 23 de marzo de 2016. <https://www.gob.mx/stps/prensa/pronabet-herramienta-eficaz-de-la-stps-para-prevenir-factores-de-riesgo-psicosocial>
- Ramírez-Elizondo Noé., Paravic-Klijn, Tatiana, & Valenzuela-Suazo, Sandra. (2013). Riesgo de los turnos nocturnos en la salud integral del profesional de enfermería. *Index de Enfermería*, 22(3), 152-155. <https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962013000200008>

Villalba Ruete, J.A.; López Chicharro, J.; Gavilanes Vázquez, M.;y Legido Arce, J.C. (1989).  
“Repercusión fisiológica del trabajo nocturno sobre la salud”. En Salud y trabajo. N 75,  
España, PP. 17-20. Recuperado de  
[https://www.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/pt/catalogo\\_imagenes/grupo.c  
md?path=1009917](https://www.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/pt/catalogo_imagenes/grupo.c<br/>md?path=1009917)

Rol de Contribución	Autor
<b>Conceptualización</b>	<b>Martha Lilia Leon Noris</b>
<b>Metodología</b>	<b>Martha Lilia Leon Noris</b>
<b>Software</b>	<b>Mayra Hellen Posadas Tello</b>
<b>Validación</b>	<b>Leticia Gutiérrez Serrano</b>
<b>Análisis Formal</b>	<b>Mayra Hellen Posadas Tello</b>
<b>Investigación</b>	<b>Javier López González.- rol principal</b>
<b>Recursos</b>	<b>Javier López González</b>
<b>Curación de datos</b>	<b>Sarmiento Vega E. Salvador</b>
<b>Escritura - Preparación del borrador original</b>	<b>Sarmiento Vega E.Salvador</b>
<b>Escritura - Revisión y edición</b>	<b>Martha Lilia Leon Noris y Javier Lopez Gonzalez ( de apoyo)</b>
<b>Visualización</b>	<b>Martha Lilia Leon Noris y Javier López Gonzalez (de apoyo)</b>
<b>Supervisión</b>	<b>Martha Lilia Leon Noris</b>
<b>Administración de Proyectos</b>	<b>Javier López González</b>
<b>Adquisición de fondos</b>	<b>Aportación del 20% de cada uno de los contribuyentes de esta publicación (Martha Lilia Leon Noris, Javier López Glez, Mayra H. Posadas Tello, Leticia Gutiérrez Serrano y Salvador Sarmiento Vega.</b>