



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE SEGUNDAS ESPECIALIDADES
ESPECIALIDAD DE ENFERMERÍA EN EMERGENCIAS Y DESASTRES

**“CARGA LABORAL Y SÍNDROME DE BURNOUT EN
PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DEL ÁREA DE
EMERGENCIA EN UN HOSPITAL DE LIMA, 2023”**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN EMERGENCIAS Y
DESASTRES**

AUTOR:

LIC. ALCARRAZA SALAZAR, MARÍA LAURA
<https://orcid.org/0000-0002-6365-3821>

ASESOR:

Dr. MATTA SOLIS, EDUARDO PERCY
<https://orcid.org/0000-0001-9422-7932>

LIMA – PERÚ

2023

AUTORIZACIÓN Y DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA Y ORIGINALIDAD

Yo, Alcarraza Salazar María Laura, con DNI: 46253568 , en mi condición de autora del trabajo académico presentado para optar el Título de Especialista en Enfermería en Emergencias y Desastres de título “Carga laboral y Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería del área de Emergencia en un Hospital de Lima, 2023”, **AUTORIZO** a la Universidad María Auxiliadora (UMA) para reproducir y publicar de manera permanente e indefinida en su repositorio institucional, bajo la modalidad de acceso abierto, el archivo digital que estoy entregando, en cumplimiento a la Ley N°30035 que regula el Repositorio Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación de acceso abierto y su respectivo Reglamento.

Asimismo, **DECLARO BAJO JURAMENTO**¹ que dicho documento es **ORIGINAL** con un porcentaje de similitud de 13% y que se han respetado los derechos de autor en la elaboración del mismo. Además, recalcar que se está entregado la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado evaluador.

En señal de conformidad con lo autorizado y declarado, firmo el presente documento a los 30 días del mes de agosto del año 2023.

Lic. Alcarraza Salazar María Laura
DNI: 46253568

Dr. Matta Solis Eduardo Percy
DNI 42248126

1. Apellidos y Nombres
2. DNI
3. Grado o título profesional
4. Título del trabajo de Investigación
5. Porcentaje de similitud

¹ Se emite la presente declaración en virtud de lo dispuesto en el artículo 8°, numeral 8.2, tercer párrafo, del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI, aprobado mediante Resolución de Consejo Directivo N° 033-2016-SUNEDU/CD, modificado por Resolución de Consejo Directivo N° 174-2019-SUNEDU/CD y Resolución de Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD.

INFORME DE ORIGINALIDAD - TURNITIN

ALCARRAZA SALAZAR MARIA LAURA

INFORME DE ORIGINALIDAD

13%	13%	2%	2%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uma.edu.pe Fuente de Internet	8%
2	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Maria Auxiliadora SAC Trabajo del estudiante	1%
6	apirepositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 1%

Índice general

RESUMEN.....	5
ABSTRACT.....	7
I. INTRODUCCIÓN	8
II. MATERIALES Y MÉTODOS	20
III. CRONOGRAMA Y ACTIVIDADES.....	26
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	28
ANEXOS.....	37

Índice de Anexos

Anexo A. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	38
Anexo B. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	38
Anexo C. CONSENTIMIENTO INFORMADO	41

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre la carga laboral y el Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería del área de emergencia en un hospital de Lima, 2023. **Materiales y métodos:** La investigación tiene un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, de diseño no experimental. La muestra estará conformada por 128 enfermeros del área de emergencia. Los instrumentos que se llevarán a cabo en la presente investigación son el cuestionario de Carga laboral que contiene 36 ítems y el cuestionario de Síndrome de Burnout de Maslach que contiene 22 ítems. **Resultados:** Lo hallado en esta investigación demostrará como se relaciona la carga laboral y el Síndrome de Burnout, mostrando evidencia estadística a través de tablas y gráficos para un mejor análisis. **Conclusiones:** Los resultados de esta investigación proporcionarán información que contribuya a la mejora de las condiciones labores que generan el síndrome de burnout, y a su vez, a la reducción del impacto negativo en la calidad de vida de los trabajadores.

Palabras clave: Carga laboral, síndrome de burnout, profesional de enfermería.
(DeCS)

ABSTRACT

Objective: Determine the relationship between workload and Burnout Syndrome in nursing professionals in the emergency area of a hospital in Lima, 2023.

Materials and methods: The research has a quantitative approach, correlational level, non-experimental design. The sample will consist of 128 nurses from the emergency area. The instruments that will be carried out in this investigation are the Workload questionnaire that contains 36 items and the Maslach Burnout Syndrome questionnaire that contains 22 items.

Results: What was found in this investigation will demonstrate how workload and Burnout Syndrome are related, showing statistical evidence. **Conclusions:** The results of this research will provide information that contributes to the improvement of the working conditions that generate the burnout syndrome, and in turn, to the reduction of the negative impact on the quality of life of workers.

Keywords: Workload, burnout syndrome, nursing professional. (DeCS)

I. INTRODUCCIÓN

A nivel global, antes de la pandemia, se venían utilizando algunas herramientas para lograr una mayor productividad en el trabajo. De acuerdo con la Autoridad Nacional del Servicio Civil, indudablemente, la situación actual plantea un desafío para crear enfoques innovadores en la administración de la entrega de bienes y servicios por parte de las organizaciones, lo que implica una transformación en la gestión del estado civil. En especial a nivel de salud De la Cruz explicó que, “la situación en los hospitales es compleja”. Partiendo del servicio de triaje, y la presencia del agotamiento físico y mental, debido a las extenuantes jornadas, aunado a las difíciles decisiones, las pérdidas y los riesgos de infección (2).

En la investigación realizada en 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) concluye que, a pesar de que el personal de salud global constituye menos del 3% de la población, aproximadamente el 14% de los casos de COVID-19 reportados a la OMS involucran a trabajadores de la salud. Sin embargo, lamentablemente, ha habido una significativa pérdida de vidas entre los trabajadores de la salud a nivel internacional debido a la infección por el coronavirus (3).

Según un estudio realizado en Madrid en el año 2018, el estrés se ha transformado en uno de los principales obstáculos que confronta alrededor del 35% de la fuerza laboral en todo el mundo. Investigaciones señalan que entre el 50% y el 60% de ausencias laborales están vinculadas directamente con este problema. Esto representa una significativa carga tanto en términos de angustia personal como en pérdidas económicas (4).

En el 2021, la Organización Mundial de la Salud (OMS) realizó una evaluación global de las repercusiones fatales y de salud ocasionadas por las extensas

jornadas laborales. Según sus estadísticas, en 2016, se registraron 398,000 defunciones a causa de derrames cerebrales, mientras que 347,000 personas fallecieron por cardiopatía isquémica debido a trabajar 55 horas a la semana o más. Entre los años 2000 y 2016, se detectó un incremento del 42% en la cantidad de fallecimientos por enfermedades cardíacas isquémicas vinculadas a largas horas de trabajo, mientras que el incremento en los casos de muertes por accidentes cerebrovasculares fue del 19% (5).

Un estudio efectuado en España en 2017 señala que, en todo el mundo, la tasa de aparición del síndrome de burnout en médicos fluctúa entre el 40% y el 60%. Se ha observado que aquellos más impactados son los médicos especializados en medicina interna y atención de emergencias, y con el paso del tiempo, la prevalencia ha alcanzado el 60% en la actualidad. En España, la prevalencia en médicos generales y especialistas oscila entre el 30% y el 69% (6).

A pesar de la falta de una estadística global sobre la carga de trabajo de los trabajadores de la salud a nivel mundial, se puede deducir que tiende a ser significativamente elevada. Esto se debe a que, según la Organización Panamericana de la Salud, en numerosos países existe una carestía de personal en el campo de la salud. Además, los profesionales de la salud se enfrentan a dificultades como la emigración, la movilidad, distribución inadecuada de personal, falta de regulación, escaso reconocimiento y recompensa por su avance profesional y entornos laborales inadecuados. Así mismo refiere que aproximadamente el 60% de los días laborales perdidos se atribuyen al estrés (7).

Un estudio efectuado en México en 2018 en enfermeras que trabajan en unidades de cuidados intensivos y hospitalización, reveló que el 82.2% de ellas presenta un grado medio de síndrome de burnout. Además, un 62.2% experimenta un nivel bajo de agotamiento emocional, y un 40% experimenta un bajo nivel de realización personal. Estos hallazgos se asocian con la naturaleza de sus horarios de trabajo, la realización de turnos dobles mensuales, la duración de sus períodos de vacaciones anuales y la elevada carga laboral (8).

En un estudio llevado a cabo en El Salvador en 2018, se identificaron diversas cargas laborales que enfrenta el personal de enfermería, las cuales pueden abarcar aspectos físicos, psicológicos y sociales, poniendo en riesgo tanto la salud de los pacientes como la de los propios trabajadores. En la actualidad, tanto la Organización Internacional del Trabajo como la Organización Mundial de la Salud otorgan un gran valor a la seguridad de los pacientes y al bienestar ocupacional de los empleados. Por esta razón, instan a los empleadores a cumplir con las regulaciones de seguridad laboral y a mejorar las condiciones de trabajo para los empleados (9).

De acuerdo a un estudio efectuado en Colombia en 2017, se ha documentado que un porcentaje de entre el 20% y el 33% de los trabajadores del sector de la salud experimentaron niveles significativos de estrés en el entorno laboral, lo que afecta principalmente los aspectos físicos y emocionales de la persona. Esto se manifiesta en una pérdida de interés en el trabajo, una disminución de la motivación en las tareas, ansiedad, fatiga emocional, cansancio, dificultades para dormir, úlceras y despersonalización. Dado el tipo de actividad laboral que desempeñan, los profesionales de la salud representan un grupo vulnerable a sufrir múltiples enfermedades laborales y a enfrentar factores psicosociales de riesgo, situaciones de las cuales no pueden distanciarse (10).

Conforme a una investigación efectuada en Chile en 2018 en enfermeros que trabajan en el servicio de urgencias hospitalarias, en relación al Síndrome de Burnout, se encontró que el 30% experimentó un grado moderado de fatiga emocional, el 50% manifestó un grado moderado de despersonalización y el 60% reportó un alto nivel de satisfacción personal. Se identificó que estas condiciones los colocan en un nivel de riesgo medio de adquirir enfermedades degenerativas debido a las demandas diarias del trabajo (11).

Asimismo, de acuerdo con los reportes de las Asociaciones Nacionales de Enfermería, se registra una considerable tasa de abandono por parte del personal de enfermería. En el año 2020 fue especialmente notable, ya que se reportaron los índices más altos a nivel mundial. Esta situación, combinada con la escasez

de recursos, ha generado una carga de trabajo considerablemente elevada (12). En este contexto, en 2020, el Ministerio de Salud enfatizó que debido a la sobrecarga laboral y la evolución clínica de los pacientes afectados por COVID-19, el personal de salud se enfrenta a la necesidad de tomar decisiones difíciles en plazos cortos, lo que conlleva a la aparición de dilemas morales y sentimientos de culpabilidad intensos (13).

Es fundamental resaltar que el sistema de salud se caracterizaba por su fragmentación, con una inversión reducida y una carencia de planificación en términos de recursos humanos. Los profesionales de la salud no se limitaban únicamente al cuidado individual de las personas, sino que también desempeñaban un rol de apoyo a la comunidad y la población en general. Además, se observaban disparidades en los tipos de contratos, en particular para aquellos empleados bajo el régimen de servicio no personal (SNP), quienes carecían de beneficios sociales, atención médica y cualquier forma de respaldo en caso de desempleo (14).

En la actualidad, la salud del personal de salud se ha visto aun mas complicada debido a la pandemia de COVID-19. Durante y después de ello, muchos han estado en primera línea de atención, enfrentando una carga laboral significativamente alta, poniendo en riesgo su propia salud. A pesar de las propuestas de mejora salarial, en algunos centros de salud no se realizaron los pagos correspondientes o se retrasaron. Además, tras el período de crisis y la reducción de la cantidad de pacientes en ciertos hospitales, se han enfrentado a la necesidad de realizar recortes de personal en el área de enfermería (15).

En una investigación realizada en un hospital perteneciente al Ministerio de Salud (MINSa) en la ciudad de Arequipa en 2018, se estableció una correlación directa entre la existencia del síndrome de Burnout y la carga laboral excesiva. Según este estudio, se identificó que el 40% de los enfermeros reportaron experimentar una sobrecarga laboral intensa, mientras que el 60% manifestaron una carga de trabajo excesiva (16).

Durante la pandemia, el Hospital de Emergencias de Ate Vitarte, ha sido únicamente para atender pacientes COVID, lo cual ha significado un reto para el personal de salud que presta sus servicios en dicha institución. El estado de emergencia, llevo al personal de salud a ir aprendiendo sobre la marcha sobre el virus, la forma de protegerse, y de atender a los pacientes. Lo cual ha significado largas jornadas, aislamiento, y el impacto emocional que ha dejado para toda esta afección. Por ello, es de suma importancia analizar como la carga laboral del personal asistencia, se asocia con el padecimiento o no del Síndrome de Burnout (17).

Al examinar estos datos y cifras, se puede observar de manera evidente cómo la carga de trabajo ejerce un impacto significativo en la aparición del síndrome de burnout, y este, a su vez, tiene efectos negativos en la calidad de vida del personal de enfermería que trabaja en las unidades de emergencia de los hospitales, así como en la calidad de atención brindada a sus pacientes. Por lo tanto, aplicar estrategias que reduzcan los niveles de carga laboral, harán que el personal combata el síndrome de burnout obteniendo efectos positivos. Esto contribuye a un entorno de trabajo saludable y atención de calidad.

La carga laboral según Velásquez se entiende como “el conjunto de requerimientos mentales y físicos a que se ve sometido un trabajador o una trabajadora para la realización de su tarea” (18). Por su parte la OMS señaló que la carga laboral, corresponde a la cantidad de trabajo que el personal asistencial, especialmente en los servicios de salud puede realizar durante un año, dicha carga se compone de actividades asociadas al servicio de salud, actividades de apoyo y adicionales, para llevar a cabo las labores asistenciales (19).

De igual manera, el Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo define la carga laboral como la suma de "presiones derivadas de la combinación de las demandas físicas, mentales y emocionales" (20). Para la presente investigación la carga laboral será dimensionada en dos aspectos: la carga física y la carga mental.

La carga física abarca los aspectos asociados a la postura, movimientos o fuerza que exigen las actividades diarias (21). Por otro lado, la carga física se refiere a un conjunto de requerimientos físicos a los que un individuo se expone mientras está en su turno laboral. Esto comprende tanto las posiciones estáticas mantenidas durante la labor como los gestos efectuados, la aplicación de fuerza, la manipulación de objetos pesados y los movimientos realizados (22).

La valoración de la carga física en una posición laboral tiene como propósito verificar si las exigencias físicas que conlleva la tarea y el ambiente de trabajo están en línea con las capacidades fisiológicas y biomecánicas del individuo. Si estas exigencias superan las aptitudes físicas de la persona, se plantea un posible riesgo para su salud (23).

La carga mental estima que un esfuerzo saturado de la mente desmesurado o inadecuado, solicitado por ciertos trabajos, involucra un más grande peligro, ya que además de incrementar la posibilidad de accidentes y patologías, producen bajas dentro y fuera de los centros laborales (24).

Así también, la carga mental se refiere al nivel de esfuerzo cognitivo requerido por parte de un individuo para llevar a cabo sus tareas laborales. Se manifiesta cuando una tarea es altamente desafiante y el individuo no tiene la capacidad suficiente para realizarla. Algunos indicadores de carga mental incluyen la atención y concentración requeridas en las labores, el agotamiento en el trabajo, el procesamiento de datos, la clasificación de turnos de guardia y la eficiencia en el desempeño laboral (25).

En cambio, según la perspectiva de Correa, el síndrome de Burnout puede ser interpretado como una reacción extrema al estrés prolongado que proviene del ámbito laboral y que tiene consecuencias tanto a nivel individual, organizacional como social (26). Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo reconoce como una afección laboral que causa un perjuicio tanto en el bienestar psicológico como físico de los trabajadores de la salud que la padecen. Se define como una reacción al estrés crónico y constante del entorno de trabajo, que se

manifiesta a través de actitudes y emociones negativas hacia las personas con las que se interactúa laboralmente, así como hacia el propio rol profesional, además de un sentimiento de agotamiento emocional (27).

De igual manera, el Síndrome de Burnout se caracteriza por una progresiva pérdida de entusiasmo, vitalidad y propósito. Algunos expertos en psicología laboral lo identifican como un estado de agotamiento tanto emocional como físico, mientras que su definición más común lo describe como un estado de múltiples dimensiones que abarca el agotamiento emocional, la despersonalización y una disminución en la satisfacción personal en el trabajo. Este síndrome se manifiesta de manera particular en profesiones que implican una interacción directa y constante con otras personas. (28).

En la entrevista realizada a la investigadora Maslach sobre el síndrome de Burnout, se explica que este síndrome es una condición psicológica que involucra experiencias interconectadas. En primer lugar, se manifiesta el agotamiento como respuesta al estrés. En segundo lugar, se observa un cambio negativo en la percepción de la persona hacia su trabajo, que puede manifestarse como indiferencia o cinismo. Por último, los individuos empiezan a experimentar sentimientos negativos acerca de sí mismos, incluyendo dudas sobre su competencia, capacidad, metas y motivación en relación a su trabajo (29).

Las tres componentes que integran el Síndrome de Burnout, inicialmente identificadas por Maslach y Jackson en 1986 y ampliamente reconocidas por diversos estudios, son las siguientes: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. A continuación, se detallarán estas dimensiones.

La dimensión de agotamiento emocional, según la definición de Maslach y Jackson, implica un nivel de "fatiga y cansancio que puede manifestarse tanto a nivel físico como psicológico, o en una combinación de ambos". En otras palabras, se refiere a la sensación de que una persona ya no puede continuar, siente que sus responsabilidades sobrepasan sus habilidades para brindar un

servicio de calidad. En términos más simples, el agotamiento emocional puede estar relacionado con el exceso de esfuerzo físico, junto con la sensación de aburrimiento que resulta de las interacciones repetitivas entre los trabajadores y, en particular, con los clientes (30).

La despersonalización se refiere a una serie de respuestas despectivas hacia otras personas, incluyendo actitudes negativas hacia los colegas de trabajo, y una actitud persistente de indiferencia hacia el ambiente laboral (31). Además, se pueden observar evidentes señales de reacciones negativas y respuestas distantes, acompañadas de irritabilidad y falta de compromiso hacia el trabajo en equipo. Identificar a una persona con estos comportamientos es relativamente sencillo, ya que tiende a distanciarse de sus compañeros, se muestra irritable y sarcástico en relación a las tareas que realiza, y atribuye sus frustraciones y bajo desempeño laboral a su entorno de trabajo (32).

De acuerdo con la perspectiva de Maslach y Jackson, esta dimensión se refiere a la percepción que una persona tiene de sí misma, en la cual experimenta la sensación de no haber progresado en su desarrollo profesional y siente un alto nivel de insatisfacción tanto a nivel laboral como personal. Esto a menudo conduce a una autoevaluación negativa y, en la mayoría de los casos, genera sentimientos de molestia consigo mismo debido a la percepción de no haber alcanzado sus metas establecidas (33).

El presente estudio se basa en la teoría desarrollada por Cristina Maslach, quien ha proporcionado una definición y una explicación del síndrome de burnout desde una perspectiva psicosocial. En su enfoque, Maslach sostiene que este síndrome está relacionado con factores personales y las tareas diarias, considerándolo como un proceso dinámico debido a la interacción entre sus diversas dimensiones. Según Maslach, el síndrome de burnout se presenta como una cuestión laboral que afecta principalmente al sector de la salud, el cual se dedica a proporcionar servicios a la población (34).

La teoría sobre el manejo del estrés y los procesos cognitivos ha sido resaltada por Lazarus y Folkman, quienes han realizado una contribución significativa al estudio de los factores cognitivos relacionados con el estrés. A través de esta teoría, se puede comprender cómo la percepción de los estímulos, la naturaleza del estrés y los mecanismos de afrontamiento adquieren importancia. Para Lazarus, el individuo afronta el estrés a través de un proceso de evaluación mental que es funcional y consciente. El estrés psicológico se presenta como una relación específica entre las personas y su entorno, que perciben como una carga excesiva o un agotamiento de sus recursos, lo que puede tener repercusiones negativas en su salud (35).

Se han llevado a cabo numerosas investigaciones tanto a nivel nacional como internacional que han explorado las variables de carga laboral y el síndrome de burnout en profesionales de enfermería. Algunos de estos estudios analizan la relación entre ambas variables, mientras que otros se centran en examinar cada una de ellas por separado.

Simonetti y colaboradores (36) en Chile, en el año 2021, en su estudio que tuvo como objetivo “Analizar desde una perspectiva organizacional, el problema del burnout en enfermeras de hospitales públicos de alta complejidad en Chile y evaluar la asociación entre burnout y ambiente laboral, dotaciones y skillmix”. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo y observacional de tipo transversal. La muestra incluyó 37 hospitales, y se utilizó el cuestionario Practice Environment Scale of the Nursing Work Index como instrumento de medición. Entre los resultados se pudo observar la prevalencia del burnout con un 34,7% siendo mayor en Santiago que en otras regiones con un $p = 0.001$. Se mostró relación significativa entre ambiente laboral y burnout con $IC = 0,79$ y un $p = 0.001$.

Betancourt y colaboradores (37) en Ecuador, en el año 2020, en su estudio que tuvo como objetivo “Determinar el nivel de estrés de los licenciados en enfermería y auxiliares de enfermería e internos de enfermería durante la Pandemia de Covid 19”. La metodología fue observacional, de corte transversal. Participaron 14 profesionales de enfermería. Se utilizó la encuesta denominada "The Nursing

Stress Scale" para evaluar el nivel de estrés. Los resultados mostraron que el 42% de los participantes experimentó estrés. Además, el 71% del personal manifestó estrés debido a la falta de tiempo para llevar a cabo todas las responsabilidades de enfermería. Por otro lado, el 38% identificó la falta de preparación para brindar apoyo emocional a las familias de los pacientes como una fuente de estrés laboral. En resumen, se concluyó que los factores más estresantes estaban relacionados con la carga de trabajo, la muerte y el sufrimiento, ya que más del 50% de la población encuestada experimentó un alto nivel de estrés laboral debido a estos factores.

Contreras (38) en México, en el año 2021 en su investigación la cual tuvo como objetivo "Identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en el Personal de Enfermería de un hospital de especialidades del Instituto Mexicano del Seguro Social en Mexicali, Baja California". La metodología empleada en el estudio fue de naturaleza cuantitativa, de carácter descriptivo y de tipo transversal. La muestra consistió en 188 profesionales de enfermería a quienes se les administró el Maslach Burnout Inventory como instrumento de evaluación. Los resultados revelaron que la prevalencia del Síndrome de Burnout alcanzó el 69.7%. En cuanto a sus componentes, se observó una prevalencia del 58.3% en agotamiento emocional, un 48.7% en despersonalización y una baja autorrealización del 99%. Estos descubrimientos resaltan la apremiante necesidad de buscar soluciones a este problema que tiene un impacto negativo en el rendimiento laboral del personal de enfermería.

Carrillo (39) en Ecuador, en el año 2018, en su estudio que tuvo como objetivo "Determinar la relación entre la carga laboral y la incidencia del Burnout en los servidores públicos de Atención Ciudadana". Tuvo un enfoque mixto, exploratorio, descriptivo, correlacional. La muestra incluyó a 110 funcionarios públicos a quienes se les administró el cuestionario de Maslach Burnout Inventory como herramienta de evaluación. Los resultados indicaron que el 83.66% de los encuestados presentaba un nivel elevado de síndrome de burnout, mientras que el 14.34% mostraba un nivel medio. En relación a la carga laboral, se observó

que el 90.91% experimentaba una carga laboral alta. Además, se identificó una correlación positiva de moderada intensidad entre la carga laboral y el síndrome de burnout, con un valor de $r = 0.5332$.

Rivera y colaboradores (40) en Lima en el año 2020, en su investigación la cual tuvo como objetivo “Determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y la sobrecarga laboral en Enfermeros de las áreas críticas, Hospital María Auxiliadora, 2020”. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo de tipo aplicativo, con un nivel descriptivo y un diseño correlacional. La muestra consistió en 86 enfermeras a quienes se les administraron dos cuestionarios para medir cada una de las variables. En relación al síndrome de Burnout, se encontró que el nivel era bajo en un 61.6%. Además, se determinó una relación directa y significativa con un valor de $p = 0.000$ y $Rho = 0.845$ entre los niveles del síndrome de Burnout y la sobrecarga laboral en enfermeras que trabajaban en áreas críticas del Hospital María Auxiliadora en el año 2020.

León (41) en Lima, en el año 2018, en su investigación la cual tuvo como objetivo “Identificar la relación entre sobrecarga laboral y síndrome de burnout en las enfermeras y los enfermeros del Hospital San Juan de Lurigancho del servicio de hospitalización”. El estudio siguió un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo, un nivel correlacional y una metodología de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 32 profesionales a quienes se les administraron el cuestionario Maslach Burnout Inventory y el cuestionario Karasek. En términos de resultados, se determinó que el nivel de sobrecarga laboral se sitúa en un nivel moderado, afectando al 50% de los participantes. Asimismo, se identificó un nivel de síndrome de burnout leve, afectando al 65.6% de la muestra. Además, se encontró una relación significativa entre la sobrecarga laboral y el síndrome de burnout, con un valor de $Rho = 0.809$ y un $p = 0.000$.

Supo (42) en Ica, en el año 2022, en su investigación la cual tuvo como objetivo “Determinar el grado de relación entre la carga laboral y el burnout en el personal de salud de la Microred Edificadores Misti de Arequipa, 2021”. El estudio siguió un enfoque cuantitativo, de naturaleza básica, con un nivel correlacional y un

diseño no experimental. La muestra incluyó a 60 trabajadores del sector sanitario, y se utilizaron el Inventario de Burnout de Maslach y el cuestionario de valoración de la carga laboral de Santillán como instrumentos de medición. Los resultados mostraron que el nivel de carga laboral se ubicó en un rango medio, afectando al 58.3% de los participantes, mientras que el nivel de síndrome de burnout fue bajo, afectando al 55%. Además, se identificó una relación significativa y positiva entre la carga laboral y el burnout, con un valor de $p = 0.004$ y $Rho = 0.370$, aunque esta relación se consideró de grado débil. También se encontró una relación significativa y positiva entre las dimensiones de carga física y despersonalización, carga mental y agotamiento emocional, así como carga mental y despersonalización. En resumen, se concluyó que a medida que aumenta la carga laboral, también se incrementa el nivel de burnout.

La presente investigación tendrá un aporte significativo para el personal de salud fundamentalmente del Hospital de Emergencias de Ate Vitarte, ya que se podrá conocer con mayor detalle la situación actual, para así poder proponer medidas que mejoren las condiciones de los profesionales de la salud. El presente estudio se justifica de manera teórica, debido a que se brinda conocimiento sobre las variables las cuales brindarán un aporte a la comunidad científica porque se podrán citar en futuras investigaciones, así como implementar los instrumentos. Así mismo, se justifica metodológicamente a través de los instrumentos que son debidamente validados y confiables y pueden ser utilizados en futuras investigaciones. Se justifica de manera práctica, ya que el propósito de la investigación es obtener resultados que brinden soluciones a los problemas relacionados con la carga laboral y el síndrome de burnout en las enfermeras.

En base a lo antes expuesto, es de suma importancia analizar las cargas laborales y como puede influir en la presencia del síndrome de Burnout del personal asistencial que se encuentra en la primera línea de atención, especialmente en el Hospital de Emergencias de Ate Vitarte, para así poder tomar acciones que contribuyan en un mejor estado físico, mental y emocional de los profesionales de la salud.

Finalmente, el objetivo general de la presente investigación será determinar la relación entre la carga laboral y el Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería del área de emergencia en un hospital de Lima, 2023.

II. MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Enfoque y diseño de investigación

La investigación utilizará un enfoque cuantitativo, ya que se emplearán técnicas estadísticas para obtener resultados. El diseño de la investigación será no experimental, lo que implica que no se manipularán las variables. Además, será de tipo transversal, ya que se recopilarán datos en un solo momento. También se caracterizará por ser de nivel correlacional, ya que su objetivo principal es determinar la relación entre las variables (43).

2.2. Población, muestra y muestreo

Población

Esta investigación se llevará a cabo con enfermeros y enfermeras que trabajan en el área de emergencia de un hospital en Lima durante el año 2023. Según los informes proporcionados por el departamento de recursos humanos, en este momento, el hospital cuenta con un total de 191 profesionales de enfermería. Por lo tanto, la población estimada corresponderá a 191 enfermeras.

Criterios de inclusión

Personal que se encuentre laborando en el área de Emergencia del hospital.

Personal que haya firmado el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

Personal que se encuentre de vacaciones o con permiso.

Personal que no haya firmado el consentimiento informado.

Muestra

En la investigación se llevará a cabo la siguiente fórmula para calcular la muestra:

$$n = \frac{Z^2 N (p)(q)}{e^2(N - 1) + Z^2 (p)(q)}$$

Donde:

n = Muestra

N = 191 Población

p = 50% Probabilidad a favor

q = 50% Probabilidad en contra

Z = 1.96 Nivel de confianza

E = 50% Margen de error

$$n = \frac{(1.96)^2 191 (0.5) (0.5)}{(0.5)^2(191 - 1) + (1.96)^2 (0.5)(0.5)}$$

$$n = 128$$

En consecuencia, el grupo estará compuesto por 128 enfermeros y enfermeras que trabajan en un hospital de Lima.

Muestreo

En la investigación el muestreo será probabilístico, aleatorio simple.

2.3. Variables de investigación

Variable carga laboral

Definición conceptual

“El conjunto de requerimientos mentales y físicos a que se ve sometido un trabajador o una trabajadora para la realización de su tarea” (18).

Definición operacional

La carga laboral es el conjunto de exigencias mentales y físicas a las que se somete un trabajador para llevar a cabo sus actividades laborales, el cuál será medido con un instrumento Carga laboral con 36 ítems y 2 dimensiones.

Variable Síndrome de Burnout

Definición conceptual

“La respuesta extrema al estrés crónico originado en el contexto laboral con repercusiones de índole individual, organizacional y social” (26).

Definición operacional

El Síndrome de Burnout es una respuesta extrema al estrés crónico que se produce en el ambiente de trabajo con repercusiones de índole personal, organizacional y social, el cual será medido con un instrumento de Síndrome de Burnout de 22 ítems y 3 dimensiones.

2.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos

En este estudio, se utilizará la encuesta como una técnica para obtener datos, la cual es una herramienta empleada para obtener información de un grupo específico de personas. Más que solo tecnología, la encuesta implica la implementación de procedimientos normalizados. En este contexto, se aplicarán dos tipos de cuestionarios (44).

El medio empleado para adquirir información consistirá en un cuestionario diseñado para los enfermeros y enfermeras que laboran en un hospital de Lima. Este cuestionario se divide en dos secciones, una destinada a evaluar la carga laboral y la otra a medir la presencia del Síndrome de Burnout.

El instrumento de la variable carga laboral, el cual fue adaptado en Perú por Santillán (46) en su tesis “Carga laboral y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería en la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas 2014” estructurado por 2 dimensiones, 36 ítems, 27 preguntas para carga mental y 9 para carga física, sus niveles de respuesta son 0 (nunca), 1 (casi nunca), 2 (algunas veces), 3 (casi siempre) y 4 (siempre). Se califica con los siguientes puntajes: carga laboral alta (de 97 a 144 puntos), carga laboral media (de 49 a 96 puntos) y carga laboral baja (menor o igual a 48 puntos).

En cuanto a la variable de Síndrome de Burnout se consideró el modelo Maslach y Jackson (45), el cual fue adaptado en Perú por Garay en el año 2021 en su tesis “Nivel de Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos neonatales en tiempos de pandemia, Clínica Ricardo Palma, 2021 ” estructurado por 3 dimensiones y 22 ítems, los cuales se deben contestar con la escala de Likert con 6 opciones desde 0 (nunca) hasta 6 (todos los días). Se califica con los siguientes puntajes: nivel bajo (de 1 a 33 puntos), nivel medio (de 34 a 66 puntos) y nivel alto (de 67 a 99 puntos).

Validez

El cuestionario de Carga Laboral fue sometido a una validación en Perú por Santillán, la cual implicó la evaluación de cinco expertos. Posteriormente, se realizó un análisis de la prueba binomial con un valor de 1.64, lo que concluyó que el instrumento es apropiado y válido (46).

"El cuestionario Maslach MBI fue sometido a un proceso de validación en Perú por Delgado, quien lo utilizó en un estudio enfocado en el Síndrome de Burnout

en profesores de educación en Lima. Los resultados mostraron una validez de constructo con un coeficiente de Kaiser de 0.61 y un significativo test de esfericidad de Bartlett" (47).

Confiabilidad

La confiabilidad del cuestionario de Carga Laboral fue evaluada por Santillán y se confirmó mediante una prueba piloto que involucró al 40% de la muestra. Los resultados arrojaron un coeficiente alfa de Cronbach de .828, lo que indica una confiabilidad excepcional (46).

La confiabilidad del cuestionario sobre el Síndrome de Burnout se estableció mediante un estudio que incluyó una fase de prueba piloto, en la cual se recolectaron datos de una población de 1958 trabajadores. Estos datos se sometieron a análisis de confiabilidad utilizando el programa SPSS, lo que resultó en un coeficiente alfa de Cronbach de .658. Este valor indica un nivel de confiabilidad excelente (48).

2.5. Plan de recolección de datos

En un primer paso, será necesario obtener una carta de aprobación por parte de la Universidad María Auxiliadora y asegurar las debidas autorizaciones del Hospital de Emergencias de ATE Vitarte. Después de obtener estas aprobaciones, se llevará a cabo una coordinación con el departamento de enfermería del hospital. Si logramos coordinar el proceso de aplicación de las herramientas, estas se administrarán en un horario específico cuando el personal de enfermería no esté en servicio.

2.6. Método de análisis estadístico

El análisis de datos se realizará a través de las técnicas estadísticas del software estadístico SPSS versión 26. Para presentarlo mediante tablas y figuras, que facilitaran el análisis de los resultados.

2.7. Aspectos éticos

Esta investigación se basa en la adhesión a los cuatro principios éticos fundamentales. En primer lugar, se considera **el principio de autonomía**, que reconoce el derecho de cada individuo a participar en investigaciones y se respeta mediante la obtención previa del consentimiento informado. En segundo lugar, se aborda **el principio de beneficencia**, que busca maximizar los beneficios tanto para los participantes del estudio como para la institución, a través de los resultados obtenidos y las recomendaciones proporcionadas. En tercer lugar, se aplica **el principio de no maleficencia**, que garantiza que los participantes no sufran ningún daño en el proceso. Por último, se **respeto el principio de justicia**, que asegura que todas las personas tengan igualdad de oportunidades para participar en el estudio (49).

III. CRONOGRAMA Y ACTIVIDADES

3.1. Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2023																			
	Junio				Julio				Agosto				Setiembre				Octubre			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Identificación del problema	X	X	X	X																
Búsqueda bibliográfica			X	X	X	X														
Elaboración de la sección Situación problemática, marco teórico referencial y antecedentes			X	X	X	X	X	X												
Elaboración de la sección Importancia y justificación de la investigación			X	X	X	X	X	X	X	X										
Elaboración de la sección Objetivos de la investigación			X	X	X	X	X	X	X	X										
Elaboración de la sección Enfoque y diseño de la investigación			X	X	X	X	X	X	X	X										
Elaboración de la sección Población, muestra y muestreo					X	X	X	X	X	X										
Elaboración de la sección Técnicas e instrumentos de recolección de datos									X	X	X	X	X							
Elaboración de la sección Aspectos bioéticos									X	X	X	X								
Elaboración de la sección Métodos de análisis de información									X	X	X									
Elaboración de aspectos administrativos del estudio									X	X	X	X	X							
Elaboración de los anexos									X	X	X	X	X							
Aprobación del proyecto													X	X						
Trabajo de campo													X	X	X	X				
Redacción del informe final: Versión 1																	X	X	X	
Sustentación del informe final																	X	X		

IV. RECURSOS A UTILIZARSE PARA EL DESARROLLO DEL ESTUDIO

MATERIALES	2023				TOTAL
	JUNIO	JULIO	SETIEMBRE	OCTUBRE	S/.
Equipos					
1 pc	1500				1500
USB 4Gb	25				25
Útiles de escritorio					
Hojas	10	10	10	10	40
Material bibliográfico					
Libros	50	50			100
Fotocopias	50	50			100
Impresiones	50	40			90
Otros					
Movilidad	30	30			60
Alimentos	30	30			60
Recursos humanos					
Digitadora	200				200
Imprevistos	50	50	50	50	200
TOTAL	1995	260	60	60	2375

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Meza Mundaca M, Rommy M, Ghiggo M, Saldaña A. Guía operativa para la gestión de recursos humanos durante la vigencia de la declaratoria de Emergencia Sanitaria producida por el COVID-19 Autoridad Nacional del Servicio Civil JUAN JOSÉ MARTÍNEZ ORTIZ Presidente Ejecutivo de SERVIR [Internet] [citado el 10 de junio de 2023]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1320235/Gu%C3%ADa%20versi%C3%B3n%20diagramada.pdf>.
2. De La Cruz-Vargas JA. Protegiendo al personal de la salud en la pandemia Covid-19. Rev Fac Med Humana [Internet]. 2020 [citado el 10 de junio de 2023];20(2):1. Disponible en: <https://inicib.urp.edu.pe/rfmh/vol20/iss2/1/>
3. OMS: Garantizar la seguridad de los trabajadores de la salud para preservar la de los pacientes [Internet] [citado el 12 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/17-09-2020-keep-health-workers-safe-to-keep-patients-safe-who>
4. Visión U. El efecto sobre la salud de los riesgos psicosociales en el trabajo [Internet] [citado el 15 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.insst.es/documents/94886/538970/El+efecto+sobre+la+salud+de+los+riesgos+psicosociales+en+el+trabajo+una+visión+general.pdf/7b79def3-88be-4653-8b0e-7518ef66f518>
5. La OMS y la OIT alertan de que las jornadas de trabajo prolongadas aumentan las defunciones por cardiopatía isquémica o por accidentes cerebrovasculares [Internet] [citado el 16 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/17-05-2021-long-working-hours-increasing-deaths-from-heart-disease-and-stroke-who-ilo>

6. Ramírez Pérez MA, Garicano Quiñónez LF, González De Abreu JM, González De Buitrago EJ, Sánchez Úriz MÁ, Campo Balsa MT del. Síndrome de burnout en médicos residentes de los hospitales del área sureste de la Comunidad de Madrid. Rev Asoc Esp Espec Med Trab [Internet]. 2019 [citado el 15 de junio de 2023];28(1):57–65. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-62552019000100007
7. Dussault G. El trabajador de la salud en tiempos de covid-19. Rev Fac Nac Salud Pública [Internet]. 2021;39(1). Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12067948012>
8. Rendón Montoya MS, Peralta Peña SL, Hernández Villa EA, Hernández Pedroza RI, Vargas MR, Favela Ocaño MA. Síndrome de burnout en el personal de enfermería de unidades de cuidado crítico y de hospitalización. Enferm Glob [Internet]. 2020 [citado el 18 de junio de 2023];19(3):479–506. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412020000300479
9. Rivas MS, Cardoso CNP, Mella RS, Giler SML. Análisis de la carga laboral del personal de enfermería, según gravedad del paciente. Rev Cubana Enferm [Internet]. 2018 [citado el 20 de junio de 2023];34(2). Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2170>
10. Chiang Vega M, Gómez Fuentealba N, Sigoña Igor M. Factores psicosociales, stress y su relación con el desempeño: comparación entre centros de salud. Salud Trab - Postgrado Salud Ocup Hig Ambiente Labor Univ Carabobo [Internet]. 2017 [citado el 20 de junio de 2023];21(2):111–28. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-01382013000200002.

11. Carolina DM, Cáceres C, Subdirector A, Guillermo J, Sepúlveda M, Juan D, et al. CUERPO DIRECTIVO [Internet]. Archivosrevistainclusiones.com. [citado el 16 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.archivosrevistainclusiones.com/gallery/7%20vol%205%20num%203%20%202018ecuadorjulioseprv%20inclu.pdf>
12. de Orientación R. EN EL MUNDO [Internet] [citado el 25 de junio de 2023]. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331675/9789240003392-spa.pdf>
13. Norma técnica de salud [citado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1535219/Norma%20Técnica%20de%20Salud%20N°171-MINSA-2021-DGAIN.pdf>
14. Valdes A. OPS/OMS [Internet] Pan American Health Organization / World Health Organization. 2017 [citado el 10 de julio de 2023]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13672:human-resources-for-health-for-all-people-in-all-places&Itemid=0&lang=es
15. Oficializan autorización para que Minsa realice aumento de remuneraciones al personal de salud [Internet] [citado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/52005-oficializan-autorizacion-para-que-minsa-realice-aumento-de-remuneraciones-al-personal-de-salud>
16. Cornejo P, Fabiola S. Carga laboral en las enfermeras del servicio de oncología del hospital Goyeneche, Arequipa 2017. 2017 [citado el 16 de agosto de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/items/76f7cca2-5536-4c9b-a1fb-e244e1ece23e>

17. Hospital Emergencia Ate Vitarte brinda servicios de Salud Mental y Asistencia Social [Internet] [citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/heav/noticias/162370-hospital-emergencia-ate-vitarte-brinda-servicios-de-salud-mental-y-asistencia-social>
18. Velásquez M. La salud mental de las y los trabajadores. Primera edición ed. Madrid: La Ley; 2012 [citado el 22 de julio de 2023]. Disponible en: https://www.sesst.org/wp-content/uploads/2015/11/salud_mental_trabajadores.pdf
19. Indicadores de carga de trabajo para la estimación del personal necesario [citado el 30 de julio de 2023]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/205233/9789243500195_users_spa.pdf;jsessionid=5DC3BE4EEFDD0E093659868FBC1EEF0E?sequence=1
20. Ministerio de trabajo y Promoción del Empleo. Informe técnico de los factores de riesgo Psicosocial en trabajadores de Lima Metropolitana. [Online].; 2014 [citado el 16 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3400111/ARTICULO%20PRINCIPAL%20GESTIÓN%20DE%20LOS%20RIESGOS%20PSICOSOCIALES%20LABORALES.pdf?v=1657718963>
21. Gonzáles C, García A, Gadea R, Martínez J, Velarde J. Exposición a carga física en el trabajo por ocupación: una explotación de los datos en matriz empleo-exposición española (MATEMESP). Rev Esp Salud Publica [Internet]. 2013 [citado el 15 de julio de 2023];87(6):601–14. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5272445>
22. CROEM. Carga física: factores de riesgo ergonómico y sus medidas preventivas. In Prevención de Riesgos Ergonómicos.; 2015. p. 18 - 39. [Internet]. Croem.es. [citado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: <https://portal.croem.es/prevergo/formativo/3.pdf>

23. Chavarría R, Ingeniero C, Eléctrico T. NTP 177: La carga física de trabajo: definición y evaluación [Internet][citado el 18 de julio de 2023]. Disponible en: https://www.insst.es/documents/94886/326801/ntp_177.pdf/83584437-a435-4f77-b708-b63aa80931d2
24. Rocha Romero R. Carga mental laboral y psicotrastornos en trabajadores industriales. Lib Rev Peru Psicol [Internet]. 2005;11:83–9. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68601110>
25. Rodríguez O, Ivonne L. Estrés, ansiedad y depresión en el personal de salud del primer nivel de atención durante la pandemia de COVID – 19. Lima, 2020. 2021 [citado el 16 de agosto de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/9053>
26. Correa Lopez LE. Adaptación y validación de un cuestionario para medir burnout académico en estudiantes de medicina de la universidad ricardo palma. Rev Fac Med Humana [Internet]. 2019;19(1):1–5. Disponible en: <https://inicib.urp.edu.pe/cgi/viewcontent.cgi?httpsredir=1&article=1089&context=rfmh>
27. Palmer Y, Gomez-Vera A, Cabrera-Pivaral C, Prince-Volez R, Searcy R. Factores de riesgo organizacionales asociados al síndrome de Burnout en médicos anestesiólogos. Salud Ment (Mex) [Internet]. 2005 [citado el 18 de julio de 2023];28(1):82–91. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=6690>
28. Edelwich J, Brodsky A. Stages of disillusionment in the helping professions. Human Sciences Press. 1980; 26(3) [Internet]. 1981 [citado el 10 de agosto de 2023];26(3):262–262. Disponible en: <https://academic.oup.com/sw/article-abstract/26/3/262/1864137?redirectedFrom=fulltext&login=false>
29. Juárez García A. Entrevista con Christina Maslach: reflexiones sobre el síndrome de Burnout. Lib Rev Peru Psicol [Internet]. 2014 [citado el 19 de

julio de 2023];20(2):199–208. Disponible en:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000200001

30. Montoya Zuluaga PA, Moreno Moreno S. Relación entre síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento y engagement. *Psicol Desde Caribe* [Internet]. 2012;29(1):205–27. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21323171011>
31. Toapanta K. Síndrome de Burnout y su relación con las distorsiones cognitivas en docentes. [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad Técnica de Amabto; 2021. Disponible en:
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/32527/1/TOAPANTA%20AVILES%20KEVIN%20FERNANDO%20-m-.pdf>
32. Mercado G. Nivel de estrés laboral en enfermeras en el Hospital Nacional Dos de Mayo. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2006. Disponible en:
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/996>
33. Albornoz S. Motivación laboral y síndrome de Burnout en los profesionales de Salud del Centro Materno Infantil Manuel Barreto - 2018. [Tesis de maestría]. Lima: Universidad César Vallejo; 2018. Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29443/Albornoz_TS.pdf?sequence=1
34. Rendón Montoya MS, Peralta Peña SL, Hernández Villa EA, Hernández Pedroza RI, Vargas MR, Favela Ocaño MA. Síndrome de burnout en el personal de enfermería de unidades de cuidado crítico y de hospitalización. *Enferm Glob* [Internet]. 2020 [citado el 16 de agosto de 2023];19(3):479–506. Disponible en:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412020000300479

35. Triviño ZG V, Sanhuesa A O. Teorías y modelos relacionados con calidad de vida en cáncer y enfermería. Aquichan [Internet]. 2005 [citado el 16 de julio de 2023];5(1):20–31. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972005000100003
36. Simonetti M, Aqueveque AMV, Alejandra Galiano M. Environment, workload, and nurse burnout in public hospitals in Chile. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2021 [citado el 25 de julio de 2023];55:1–9. Disponible en: <https://investigadores.uandes.cl/es/publications/ambiente-carga-laboral-y-burnout-en-enfermeras-de-hospitales-p%C3%BAbl>
37. Betancourt Delgado MT, Domínguez Quijije WF, Peláez Flores BI, Herrera Velázquez M del R. Estrés laboral en el personal de enfermería del área de uci durante la pandemia de covid 19: Estrés Laboral durante la Pandemia de Covid. UNESUM-Ciencias [Internet]. 2020 [citado el 08 de agosto de 2023];4(3):41–50. Disponible en: <https://www.mendeley.com/catalogue/e662e43c-3f39-3196-b40e-d3657a184bb3/>
38. Contreras O. Síndrome de Burnout en el personal de enfermería del Segundo nivel de atención hospitalaria. [Tesis de pregrado]. México: Universidad Autónoma de Baja California; 2021. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.uabc.mx/server/api/core/bitstreams/d2d9b7ec-813c-444c-a72d-694a3a8dcc55/content>
39. Carrillo S. El síndrome de Burnout y la Carga Laboral en los servidores públicos de Atención Ciudadana. [Tesis de maestría]. Ecuador: Universidad técnica de Ambato; 2018. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/28207/1/27%20GTH.pdf>

40. Rivera A, Valle E. Síndrome de Burnout relacionado con la sobrecarga laboral en enfermeras de áreas críticas en pandemia Hospital María Auxiliadora, 2020. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Interamericana; 2020. Disponible en: <http://repositorio.unid.edu.pe/bitstream/handle/unid/110/TESIS%20FINAL%20RIVERA%20-%20VALLE.pdf>
41. León L. Sobrecarga Laboral y su relación con el Síndrome de Burnout en las enfermeras y enfermeros que laboran en el servicio de Hospitalización del Hospital San Juan de Lurigancho, 2017. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Federico Villareal; 2018. Disponible en: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/1791>
42. Supo R. Carga laboral y Burnout en el personal de salud de la Microred Edificaciones Misti, Arequipa - 2021. [Tesis de pregrado]. Ica: Universidad Autónoma de Ica; 2022. Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1741/1/Ruth%20Eliana%20Supo%20Rojas.pdf>
43. Hernández R, Fernández C, Baptista L. Metodología de la Investigación. Sexta edición ed. México: Mc Graw Hill; 2014.
44. Cid A, Méndez R, Franco S. Investigación: Fundamentos y metodología. Tercera edición ed. Lima: PEARSON; 2015.
45. Maslach C, Jackson S. Manual del Inventario Burnout de Maslach Madrid: TEA Ediciones; 1996.
46. Santillán M. Carga laboral y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas 2014. Tesis de pregrado. Amazonas: Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; 2015.

47. Vásquez AED. El síndrome del Burnout en profesores de educación secundaria de Lima Metropolitana. Rev Investig Psicol [Internet]. 2003 [citado el 16 de agosto de 2023];6(2):26–47. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8176522>
48. Aranda Beltrán C, Pando Moreno M, Salazar Estrada JG. Confiabilidad y validación de la escala Maslach Burnout Inventory (Hss) en trabajadores del occidente de México. Salud Uninorte [Internet]. 2016 [citado el 10 de agosto de 2023];32(2):218–27. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522016000200005
49. Revista Médica Honduras. Principios de la ética de la investigación y su aplicación. Revista Médica Honduras. 2012; 80(2) [citado el 10 de agosto de 2023]. Disponible en: <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/2012/pdf/Vol80-2-2012-9.pdf>

ANEXOS

Anexo A. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

TÍTULO: Carga laboral y Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería del área de emergencia en un hospital de Lima, 2023								
VARIABLE	Tipo de variable	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	VALOR FINAL	CRITERIOS PARA ASIGNAR VALORES
Carga laboral	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa Escala de medición: Ordinal	"El conjunto de requerimientos mentales y físicos a que se ve sometido un trabajador o una trabajadora para la realización de su tarea" (18).	La carga laboral es el conjunto de exigencias mentales y físicas a las que se somete un trabajador para llevar a cabo sus actividades laborales, el cuál será medido con un instrumento de trece preguntas.	Carga mental	Presión de tiempos Atención Complejidad Monotonía Iniciativa Aislamiento Horario de trabajo Relaciones dependientes de trabajo Demandas generales	1,2,3 4,5,6 7,8,9 10,11,12 13,14,15 16,17,18 19,20,21 22,23,24 25,26,27	Ordinal Nunca = 1 Casi nunca = 2 Algunas veces = 3 Casi siempre = 4 Siempre = 5	Carga laboral alta (de 97 a 144 puntos) Carga laboral media (de 49 a 96 puntos) Carga laboral baja (menor o igual a 48 puntos).
				Carga física	Carga estática Carga dinámica	28,29,30,31 32,33,34,35,36		
Síndrome de Burnout	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa Escala de medición: Ordinal	"La respuesta extrema al estrés crónico originado en el contexto laboral con repercusiones de índole individual, organizacional y social" (26).	El Síndrome de Burnout es una respuesta extrema al estrés crónico que se produce en el ambiente de trabajo con repercusiones de índole personal, organizacional y social, el cual será medido con un instrumento de veintidós ítems.	Cansancio emocional	Irritabilidad Abatimiento Insensibilidad	1,2,3,4,5	Ordinal Nunca = 1 Una o pocas veces al año = 2 Una o pocas veces al mes = 3 Una vez a la semana = 4 Todos los días = 5	Nivel bajo (de 1 a 33 puntos) Nivel medio (de 34 a 66 puntos) Nivel alto (de 67 a 99 puntos).
				Despersonalización	Actitud cínica Aislamiento Distanciamiento	6,7,8,9,10,11,12,13,14		
				Realización personal	Percepción de desaparición de posibilidad de logro Vivencias de fracaso Sentimientos de baja autoestima	15,16,17,18,19,20,21,22		

Anexo B. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS



CUESTIONARIO CARGA LABORAL

Estimado (a) enfermero(a) tomando unos minutos de su tiempo, por favor conteste con total sinceridad a cada uno de los ítems propuesto, para poder realizar una evaluación sobre el nivel de Carga Laboral que presenta, marcando con una "X", la opción que considere más óptima.

Carga Laboral	Nunca	Casi Nunca	Algunas veces	Casi Siempre	Siempre
CARGA MENTAL					
1. ¿Necesita un tiempo de descanso durante tu jornada laboral?					
2. ¿Al interrumpir su trabajo genera problemas?					
3. ¿Existen fases durante el trabajo que se puede Calificar como agobiante?					
4. ¿En su trabajo maneja maquinas o elementos que requieren gran atención?					
5. ¿En su trabajo requiere precisión y minuciosidad?					
6. ¿Las tareas que realiza en su trabajo requieren de alta concentración?					
7. ¿Su trabajo requiere la utilización frecuente de documentos y/o manuales?					
8. ¿Su trabajo precisa de múltiples habilidades?					
9. ¿Los errores en su trabajo tienen gran repercusión en su trabajo?					
10. ¿Realiza en su trabajo varias funciones y/ o tareas?					
11. ¿Las tareas repetitivas, desearías intercambiarlas con tus compañeros de trabajo?					
12. ¿Aparecen con frecuencia cambios para su trabajo?					
13. ¿Te esmeras para hacer bien y más rápido tú trabajo?					

14. ¿Tienes que resolver las incidencias en su trabajo por sus propios medios?					
15. ¿Tu trabajo requiere de creatividad e iniciativa?					
16. ¿Su ambiente de trabajo es aislado?					
17. ¿Cómo trabajador estas constantemente vigilado en tu trabajo?					
18. ¿Con frecuencia es imposible ponerse en contacto con tu empleador o un compañero cuando surge un problema?					
19. ¿Tu horario de trabajo depende de tus empleadores?					
20. ¿Prolongas habitualmente tu horario de trabajo?					
21. ¿Realizas horas extras para mantener tu trabajo?					
22. ¿Se siente comprometido con su trabajo?					
23. ¿Debe relacionarse con personas, tanto internas como externas de su trabajo para realizar sus actividades?					
24. ¿Su trabajo requiere muchas y variadas formas de manejarlos?					
25. ¿Debe supervisar la labor de otras personas?					
26. ¿En su trabajo tienen que hacer más de una tarea a la vez?					
27. ¿Debe informar sobre sus labores realizadas sus superiores?					
CARGA FÍSICA					
28. ¿Pasa más de 4 horas de pie en su trabajo?					
29. ¿Trabaja continuamente inclinado o en una postura forzada					
30. ¿Su columna se ha afectado por una mala postura al realizar su trabajo?					
31. ¿Los brazos soportan cargas mayores de 5 kg por espacios de tiempo largos?					
32. ¿Los desplazamientos ocupan un tiempo mayor del total de su jornada laboral?					
33. ¿Realiza desplazamientos con cargas mayores de 5 kg?					
34. ¿El Trabajo le exige esfuerzo muscular?					
35. ¿Para realizar las tareas utiliza sólo la fuerza de las manos?					
36. ¿El agotamiento es rápido cuando realizas trabajos de esfuerzo muscular?					

CUESTIONARIO
SÍNDROME DE BURNOUT

Estimado (a) enfermero(a) tomando unos minutos de su tiempo, por favor conteste con total sinceridad a cada uno de los ítems propuesto, para poder realizar una evaluación sobre el nivel de Síndrome de Burnout que presenta, marcando con una “X”, la opción que considere más óptima.

Síndrome de Burnout	Nunca	Una o pocas veces al año	Una o pocas veces al mes	Una vez a la semana	Todos los días
1.- Me siento emocionalmente absorbido(a) por mi trabajo					
2.-Me siento agobiado(a) al terminar el día de trabajo.					
3.-Me siento fatigado(a) cuando me levanto en la mañana y tengo que enfrentar otro día de trabajo					
4.- Me siento preparado para entender cómo se sienten mis pacientes ante sus problemas.					
5.-Siento que trato a algunos pacientes cómo si no fueran personas					
6.-Trabajar atendiendo personas todo el día me produce tensión					
7.-Me considero competente para lograr buenos resultados en el trabajo con mis pacientes					
8.-Me siento consumido(a) por mi trabajo					
9.-Siento que mediante mi trabajo estoy influenciando positivamente en la vida de mis pacientes					
10.-Desde que estoy en este trabajo me he vuelto una persona más insensible hacia las otras personas					
11.- Me preocupa que, al atender tantos problemas de mis pacientes, me esté haciendo indiferente					
12.-Me siento con muchas energías para atender a mis pacientes					
13.-Me siento frustrado(a) por mi trabajo					

14.-Siento que tengo exceso de trabajo en mi centro laboral					
15.-Realmente no me importa lo que les suceda a mis pacientes					
16.-Trabajar directamente con las personas me pone muy tenso(a)					
17.- Con facilidad puedo crear una atmósfera relajada para mis pacientes					
18.-Me siento animado(a) luego de trabajar con mis pacientes					
19.-Estoy satisfecho(a) con mi cumplimiento en este trabajo					
20.-Siento que estoy a punto de no continuar con mis actividades laborales					
21.- En mi trabajo manejo los problemas emocionales muy calmadamente					
22.-Me siento distante de los problemas de mis pacientes					

Anexo C. CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN MÉDICA

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

Título del proyecto: Carga laboral y Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería del área de emergencia en un hospital de Lima, 2023.

Nombre de los investigadores principales:

María Laura Alcarraza Salazar

Propósito del estudio: Determinar la relación entre la carga laboral y el Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería del área de emergencia en un hospital de Lima, 2023.

Beneficios por participar: Tiene la posibilidad de conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que le puede ser de mucha utilidad en su actividad profesional.

Inconvenientes y riesgos: Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

Costo por participar: Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

Confidencialidad: La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

Renuncia: Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

Consultas posteriores: Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a mi persona, quien soy la responsable de la investigación.

Contacto con el Comité de Ética: Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse a la responsable del estudio.

Participación voluntaria:

Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante o apoderado	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del investigador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono móvil	
Nombre y apellidos del responsable de encuestadores	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono	
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados	Firma o huella digital
Nombre y apellido:	
DNI:	
Teléfono:	

Lima de 2023

***Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.**

.....
Firma del participante