Factores asociados a la salud mental en profesionales de enfermería y medicina según revisión de literatura

Paula Andrea Mejia Ricardo

Unidad Central del Valle del Cauca

Facultad Ciencias de la Salud

Enfermería

Tuluá, Colombia

2024

Factores asociados a la salud mental en profesionales de enfermería y medicina según revisión de literatura

Paula Andrea Mejia Ricardo

Trabajo de grado presentado para optar el título de Enfermera profesional

Asesor: Juan Fernando Bedoya Sandoval, Enfermero. Magíster en educación.

Unidad Central del Valle del Cauca

Facultad Ciencias de la Salud

Enfermería

Tuluá, Colombia

2024

Citar	Mejía Ricardo PA. (1)
Referencia/Reference	(1) Mejía Ricardo PA, (2024). Factores asociados a la salud mental en profesionales de enfermería y medicina según revisión de literatura Tesis de grado profesional. Unidad Central del Valle del Cauca.
Estilo/Style: Vancouver/IMCJE (2018)	

Biblioteca Néstor Grajales López

Repositorio Institucional Unidad Central del Valle del Cauca

https://www.uceva.edu.co/biblioteca-nestor-grajales-lopez/

http://repositorio.uceva.edu.co/

Unidad Central del Valle del Cauca

www.uceva.edu.co

Revistas científicas - http://revistas.uceva.edu.co/index.php/magnascientia

AGRADECIMIENTOS

El presente trabajo está dedicado a Dios, ya que gracias a El he logrado finalizar mi carrera. A mis padres **Ramon Mejia** y **Noelia Ricardo**, porque ellos siempre estuvieron a mi lado brindándome todo su apoyo y sus consejos para hacer de mi un mejor ser humano.

A mi sobrino **Juan José Mejia** por su apoyo siempre, estando a mi lado brindándome ánimo para no rendirme, a mi hermana **Claudia Mejia** porque es un ejemplo a seguir para mí y la mejor enfermera que conozco.

A todos mis **amigos** y **amigas** que en su momento fueron la cura en el corazón que tanto necesitaba gracias por todo siempre los llevare conmigo.

A ti, **Juan Camilo**, mi amor, mi compañero de vida y mi mayor inspiración. Gracias por tu amor incondicional, tu apoyo inquebrantable y por recordarme cada día lo que significa creer en uno mismo. Eres mi refugio en los momentos difíciles y mi alegría en cada logro. Esta tesis es para ti, que estuviste a mi lado en cada paso de este camino durante estos años, celebrando mis victorias y dándome fuerza en los desafíos. Gracias por ser mi amor y mi mejor amigo.

Este logro no habría sido posible sin su ayuda y apoyo

Con todo mi cariño y gratitud,

Paula Andrea Mejia.

Tabla de contenido

1. Resumen 8
2. Introducción 10
3. Justificación 13
4. Marco Teórico 15
4.1. Teoría de las relaciones interpersonales de Hildegard Peplau 15
5. Marco Conceptual 17
6. Objetivos 19
6.1. Objetivo General 19
6.2. Objetivos Específicos 19
7. Metodología 20
7.1. Fuentes de datos 20
7.2. Proceso de recopilación 21
7.3 Criterios de selección y elegibilidad 22
7.4. Consideraciones Éticas 24
8. Resultados 26
9. Discusión 37
10. Conclusiones 42
11. Recomendaciones 45
12. Referencias bibliográficas 46

Lista de tablas

Tabla 1. Palabras claves..... 22
Tabla 2. Combinación de palabras claves 23
Tabla 3. Tabla resultados ……..31

Lista de figuras

Figura 1. Diagrama de flujo para la selección de artículos 24

1. Resumen

La exposición frecuente a situaciones traumáticas, como la muerte de pacientes, emergencias críticas y sufrimiento humano, es un factor clave que afecta la salud mental de los profesionales de la salud. Esta exposición puede conducir a trastornos como estrés postraumático y la fatiga por compasión, especialmente en entornos de alta presión como unidades de cuidado intensivo, por este motivo el objetivo de esta revisión de literatura fue determinar los factores asociados a la salud mental en profesionales de enfermería y medicina. Se reviso literatura científica de artículos publicados entre los años 2019-2024. Se encontró que, en 13 de los 22 artículos hallados en las bases de datos seleccionadas, hacen referencia a que hubo factores sociales en los cuales la pandemia influyó significativamente en los estados de salud mental como fueron tener un familiar o amigo fallecido por COVID 19. Así mismo, se encontró en un estudio que el 44.7% de los encuestados presentó depresión, en el 83.1% ansiedad y el 66.3% estrés. También, se evidenció alta prevalencia de trastornos mentales, tales como ansiedad con 83.1%, depresión con 44.7%, estrés postraumático y burnout con 66.3%, afectando a médicos residentes y personal femenino, principalmente. Se concluye que los artículos revisados resaltan la necesidad urgente de abordar los problemas de salud mental no solamente entre médicos y enfermeros si no en los demás profesionales de la salud de manera integral y sostenida implementando programas de apoyo que incluyan recursos accesibles y adaptados a las necesidades específicas de los trabajadores.

Palabras Claves:

Salud mental, carga de trabajo, enfermería, médicos, agotamiento psicologico.

Abstract

Frequent exposure to traumatic situations, such as patient deaths, critical emergencies, and human suffering, is a key factor affecting the mental health of healthcare professionals. This exposure can lead to disorders such as post-traumatic stress and compassion fatigue, especially in high-pressure settings such as intensive care units, for this reason the objective of this literature review was to determine the factors associated with mental health in nursing and medical professionals. Scientific literature of articles published between 2019-2024 was reviewed. It was found that, in 13 of the 22 articles found in the selected databases, there were social factors in which the pandemic significantly influenced mental health states, such as having a family member or friend who died from COVID 19. Likewise, it was found in a study that 44.7% of the respondents presented depression, 83.1% anxiety and 66.3% stress. Also, there was a high prevalence of mental disorders, such as anxiety with 83.1%, depression with 44.7%, post-traumatic stress and burnout with 66.3%, affecting resident doctors and female staff, mainly. It is concluded that the reviewed articles highlight the urgent need to address mental health problems not only among doctors and nurses but also among other health professionals in a comprehensive and sustained manner, implementing support programs that include accessible resources and adapted to the specific needs of workers.

Keywords:

Mental health, workload, nursing, doctors, psychological exhaustion.

2. Introducción

La salud mental de los profesionales de la salud es un aspecto crucial, pero a menudo descuidado en el ámbito sanitario, donde las exigencias del trabajo pueden tener un impacto considerable en el bienestar psicológico de quienes dedican su vida al cuidado de los demás. Médicos, enfermeros, técnicos de laboratorio y otros trabajadores de la salud enfrentan desafíos laborales únicos que los exponen a un riesgo elevado de desarrollar problemas de salud mental (22). La naturaleza exigente y estresante del trabajo en este campo no solo afecta su calidad de vida, sino que también tiene implicaciones directas en la calidad de la atención que brindan a sus pacientes.

Los profesionales de la salud están constantemente expuestos a una combinación de factores de estrés que van más allá de lo que experimenta la mayoría de la población. Estos factores incluyen altas cargas de trabajo, horarios irregulares e impredecibles, exposición a situaciones traumáticas, toma de decisiones complejas bajo presión, y la responsabilidad constante de mantener altos estándares de atención al paciente (2). Además, su rol empático y de apoyo puede llevarlos a absorber el sufrimiento emocional de sus pacientes, lo que aumenta el riesgo de experimentar agotamiento emocional y fatiga por compasión, afectando su capacidad para continuar desempeñándose de manera efectiva y con sensibilidad (23).

La investigación ha demostrado que los profesionales de la salud presentan tasas más altas de trastornos mentales, como ansiedad, depresión, estrés postraumático y agotamiento profesional (burnout), en comparación con la población general (22). Estos problemas no solo impactan negativamente su bienestar personal y calidad de vida, sino que también influyen en la calidad, seguridad y consistencia de la atención brindada a los pacientes (23). La manifestación de síntomas como la fatiga crónica, la despersonalización y la pérdida de sentido de logro personal puede reducir la empatía hacia los pacientes y aumentar la probabilidad de cometer errores médicos, lo que subraya la importancia de atender la salud mental de estos profesionales no solo como un beneficio personal, sino también como un imperativo ético y de calidad en la atención médica (23).

Los desafíos que enfrentan los profesionales de la salud son complejos y multifacéticos. Entre los principales factores que contribuyen al deterioro de la salud mental en este grupo

se encuentran la sobrecarga de trabajo, la falta de recursos adecuados, la exposición constante a traumas y sufrimientos humanos, los conflictos éticos y morales, la escasez de apoyo institucional y la presión por obtener resultados (24). Estas condiciones son aún más pronunciadas en sistemas de salud sobrecargados o en crisis, donde la capacidad de los profesionales para gestionar su bienestar mental es frecuentemente limitada por las exigencias externas y las barreras internas, como el estigma asociado a buscar ayuda profesional (22).

En muchos entornos, la cultura laboral dentro del sector salud desalienta el reconocimiento y tratamiento de los problemas de salud mental, perpetuando un círculo vicioso donde los profesionales se ven obligados a seguir trabajando a pesar de su malestar (22). El estigma asociado a los problemas de salud mental dentro de la profesión médica puede hacer que los profesionales eviten buscar ayuda, temiendo que esto pueda ser percibido como una señal de debilidad o incompetencia (5). Esto, sumado a la dificultad para encontrar tiempo y recursos para el autocuidado, puede empeorar las condiciones de trabajo y afectar gravemente la salud de estos individuos (9).

En el año 2020 hubo un suceso a nivel mundial que fue la pandemia COVID 19 que altero la dinámica de las interacciones personales en donde todos los elementos que vive el ser humano fueron afectados de manera significativa (14). Se presentaron muchos casos de contagios y de fallecimientos que generaron estados de angustia en la población general y de profesionales de la salud siendo el personal de enfermería y medico los llamados a brindar atención y cuidado en primera instancia y quienes no fueron ajenos a ser contagiaos o verse afectados porque algún familiar o colega haya padecido o fallecido producto de infección con el coronavirus. Adicional a ello, la sobrecarga de trabajo, la escasez de personal y disminución de los insumos para una adecuada atención en salud condujeron a que muchos de estos profesionales se vieran afectados en su estado mental y que ello impacte en su dinámica personal (1).

En resumen, la salud mental de los profesionales de la salud es un problema significativo y urgente que requiere atención prioritaria tanto a nivel individual como organizacional. Abordar estos desafíos mediante intervenciones efectivas, políticas de apoyo y un cambio cultural que promueva el bienestar emocional es esencial para asegurar no solo el bienestar

de los profesionales, sino también la calidad y seguridad de la atención médica que reciben los pacientes (14). Al reconocer y actuar sobre la importancia de la salud mental en el ámbito sanitario, se pueden crear entornos laborales más sostenibles y humanos que beneficien tanto a los trabajadores de la salud (23).

A pesar de estos desafíos, en los últimos años se ha reconocido cada vez más la necesidad de implementar estrategias de apoyo y prevención para mejorar la salud mental de los trabajadores de la salud. Organizaciones y hospitales han comenzado a desarrollar programas que incluyen servicios de asesoramiento psicológico, programas de bienestar, capacitación en manejo del estrés y autocuidado, y modificaciones en las políticas laborales que buscan reducir las cargas excesivas de trabajo y fomentar un entorno laboral más saludable y de apoyo (19).

En este contexto, es esencial abordar este problema tanto a nivel individual como organizacional, reconociendo los factores específicos que contribuyen a esta situación y desarrollando estrategias de apoyo efectivas.

3. Justificación

La salud mental de los profesionales de la salud es un área de investigación de vital importancia debido a su impacto significativo en múltiples niveles: individual, organizacional y societal. Estos profesionales, que desempeñan roles cruciales en el cuidado de la salud de la población, enfrentan una serie de desafíos que pueden poner en riesgo su bienestar psicológico (20). La comprensión de los factores asociados a la salud mental en este grupo es esencial para abordar las complejas interacciones entre el entorno laboral, las demandas profesionales y el bienestar emocional (5).

En primer lugar, es fundamental reconocer que los profesionales de la salud se encuentran expuestos a una serie de factores estresantes inherentes a su trabajo. La naturaleza del cuidado de la salud implica enfrentarse a situaciones emocionalmente intensas, tomar decisiones difíciles, y lidiar con el sufrimiento y la pérdida de los pacientes (2). Esta exposición prolongada a experiencias emocionalmente demandantes puede tener un impacto acumulativo en la salud mental de los profesionales de la salud, aumentando el riesgo de desarrollar trastornos como el síndrome de burnout, la ansiedad y la depresión (5).

Además, la carga laboral intensa y las exigencias del sistema de salud también contribuyen a la vulnerabilidad de estos profesionales. Horas de trabajo prolongadas, turnos rotativos, falta de recursos adecuados y presión por alcanzar objetivos y cumplir con las expectativas pueden generar un ambiente laboral estresante y agotador (19). Este estrés laboral crónico puede erosionar gradualmente la salud mental de los profesionales de la salud, afectando su capacidad para manejar el estrés, tomar decisiones adecuadas y mantener un sentido de bienestar emocional (3).

Otro factor importante a considerar es la cultura organizacional y el apoyo institucional disponible para los profesionales de la salud (14). La falta de reconocimiento, valoración y apoyo por parte de las instituciones puede contribuir a sentimientos de desgaste, desmotivación y aislamiento entre el personal sanitario (14).

Además de los factores internos y organizacionales, también es crucial considerar los aspectos sociales y contextuales que influyen en la salud mental de los profesionales de la salud (4). Las presiones sociales y culturales, las expectativas profesionales y las demandas familiares pueden agregar capas adicionales de estrés y complejidad a sus vidas, afectando su equilibrio emocional y su capacidad para mantener una salud mental óptima (5).

La revisión de literatura en temas de salud mental es fundamental, especialmente cuando se enfoca en profesionales de la salud. Estos trabajadores enfrentan altos niveles de estrés, largas horas de trabajo y la presión inherente de brindar atención de calidad, lo que los hace particularmente vulnerables a problemas de salud mental, como el estrés crónico, el agotamiento (burnout), la ansiedad y la depresión (5). Una revisión de literatura en esta área permite obtener una visión comprensiva de la prevalencia, las causas y las posibles soluciones para estos problemas, lo cual resulta esencial para promover la salud mental en este grupo clave (1).

Al revisar la literatura existente, es posible identificar factores contextuales específicos, como la carga laboral y las políticas organizativas, que podrían estar influyendo negativamente en el bienestar de estos trabajadores (19). Otra razón importante para realizar una revisión de literatura es identificar intervenciones efectivas que hayan demostrado ser útiles en contextos similares. Con esta información, se pueden proponer estrategias prácticas y recomendaciones que aborden de manera más efectiva la salud mental en el entorno laboral de los profesionales de la salud, mejorando así su calidad de vida y su capacidad para brindar una atención de calidad (32).

En resumen, la revisión de literatura sobre los factores asociados a la salud mental en profesionales de la salud es esencial para comprender la complejidad de sus experiencias y los desafíos que enfrentan en su trabajo diario (14). Al identificar y abordar estos factores desde lo teórico, no solo provee información sobre las afectaciones que el personal asistencial de salud puede padecer sino también que servirá como base para realizar investigaciones en el contexto local sobre esos elementos influyentes en la salud mental y, en caso de encontrarse algún riesgo, se puede considerar el desarrollo de estrategias de identificación, detección, prevención e intervención que promuevan la salud mental y el bienestar de estos profesionales, garantizando así una atención médica de calidad y sostenible para todos (32).

4. Marco Teórico

4.1. Teoría de las relaciones interpersonales de Hildegard Peplau

Los profesionales de enfermería y medicina están expuestos a altos niveles de estrés laboral, lo que puede derivar en alteraciones de la salud mental, como el síndrome de burnout, ansiedad y depresión (1). La teoría de Peplau ofrece herramientas que pueden ser aplicadas tanto en el cuidado de los pacientes como en la atención de los mismos trabajadores de la salud, reconociendo que ellos también enfrentan necesidades psicobiológicas relacionadas con la frustración, el conflicto y la ansiedad (34).

Peplau presenta su teoría como un proceso interpersonal que no solo beneficia a los pacientes, sino también a los profesionales de la salud en contextos de alto estrés. Compuesta por sus 4 fases: orientación, identificación, explotación y resolución ofrecen un marco valioso para analizar, prevenir y tratar alteraciones de salud mental, ayudando a los individuos a alcanzar la independencia emocional y el desarrollo personal (34).

La teoría de las Relaciones Interpersonales de Hildegard E. Peplau es un modelo centrado en la interacción dinámica entre el profesional de la salud y el paciente, enfocado en el desarrollo emocional y psicológico. Originalmente diseñada para la práctica de la enfermería psiquiátrica, esta teoría también proporciona herramientas útiles para analizar y abordar las alteraciones de la salud mental en los profesionales de enfermería y medicina (34).

Peplau resalta la ansiedad como un elemento clave en la salud mental, lo cual es especialmente relevante en los profesionales de enfermería y medicina que enfrentan continuamente situaciones estresantes. La comprensión de los niveles de ansiedad (leve, moderada, grave y pánico) ayuda a diseñar intervenciones más efectivas para prevenir el desgaste emocional y el colapso psicológico (34).

Los altos niveles de estrés. carga laboral, presión emocional y la exposición constante a situaciones de sufrimiento en el entorno sanitario contribuyen al desarrollo de trastornos mentales como el síndrome de burnout, la depresión, consumo de sustancias psicoactivas y ansiedad (5). Aplicar la teoría de Peplau es un punto de partida que permite explorar cómo las relaciones interpersonales y los procesos terapéuticos pueden mitigar estas alteraciones

mentales, promoviendo el bienestar y la salud mental de los profesionales de enfermería y medicina (34).

Incorporar la teoría de Hildegard Peplau en esta revisión de artículos que abarca las alteraciones de salud mental en profesionales de enfermería y medicina permite abordar las problemáticas emocionales desde una perspectiva integral (34).

5. Marco Conceptual

- Salud Mental: este término se relaciona estrechamente con la investigación, ya que los enfermeros y médicos se enfrentan a altas tensiones laborales que afectan su bienestar, capacidades y desempeño, impactando tanto su vida personal como su contribución a la comunidad. La salud mental, como derecho humano y pilar del desarrollo, resalta la importancia de estudiar y mejorar las condiciones que permitan a estos profesionales afrontar desafíos, mantener su bienestar y optimizar su labor en beneficio de la sociedad (35).
- Atención a la Salud Mental: se relaciona directamente con la monografía, ya que destaca la importancia de no solo promover el bienestar mental, sino también abordar de manera específica las necesidades de quienes ya presentan alteraciones psicológicas derivadas de las exigencias laborales, como estrés, ansiedad o depresión, especialmente durante situaciones de alta presión como la pandemia de COVID-19 (36).
- Factores Sociodemográficos: son esenciales para comprender cómo las características personales y sociales influyen en su bienestar emocional y psicológico. Factores como la edad, el sexo, el estado civil, la profesión y los ingresos pueden afectar la vulnerabilidad a trastornos como el estrés, la ansiedad y la depresión. Por ejemplo, enfermeros y médicos jóvenes, solteros o con mayores responsabilidades familiares pueden estar más expuestos a altos niveles de estrés, mientras que los factores laborales, como la profesión (enfermería, por ejemplo) y las condiciones de trabajo, también son determinantes clave en la salud mental. Analizar estos factores permite identificar a los grupos más vulnerables y diseñar intervenciones adecuadas para mejorar su bienestar (37).

- Carga de Trabajo: hace referencia a la cantidad e intensidad de las tareas asignadas impactan directamente en su bienestar psicológico. En este contexto, una carga de trabajo excesiva, especialmente en áreas como hospitales o unidades de salud, puede generar altos niveles de estrés, agotamiento (Burnout) y ansiedad entre los profesionales. La relación entre el volumen de trabajo y el tiempo requerido para realizarlo puede influir en la aparición de trastornos de salud mental (38).

- Enfermería: el significado de la enfermería está centrado en el cuidado, promoción de la salud y prevención de enfermedades, se relaciona directamente con la investigación ya que al abordar cómo estas funciones impactan el bienestar psicológico de los mismos. Los profesionales de la salud, especialmente enfermeras, enfrentan altos niveles de estrés, ansiedad y depresión debido a las demandas emocionales y físicas de su trabajo. El presente estudio explica cómo el apoyo emocional, la prevención de trastornos mentales y el autocuidado son fundamentales para mantener la salud mental de quienes se encargan de cuidar a otros, destacando la necesidad de estrategias para prevenir y tratar el desgaste emocional dentro de estos grupos (39).
- El término médico es fundamental, ya que estos profesionales, a pesar de su formación para tratar enfermedades y afecciones, también son vulnerables a trastornos psicológicos como la ansiedad, la depresión y el agotamiento, especialmente debido a la presión laboral, el estrés y la exposición constante a situaciones de alto riesgo. La salud mental de los médicos es crucial para garantizar su bienestar y, a su vez, la calidad del cuidado que proporcionan a los pacientes (40).
- Agotamiento Profesional (Burnout): está estrechamente relacionado, ya que aborda una de las principales consecuencias del estrés laboral en el sector salud. El burnout se caracteriza por agotamiento físico y emocional, así como sentimientos de inutilidad y desesperanza, lo cual puede desencadenar trastornos más graves como la depresión. En el contexto de los profesionales de la salud, el agotamiento puede ser un factor de riesgo significativo para el deterioro de su salud mental, afectando su rendimiento, bienestar y calidad de vida (41).
- Agotamiento Psicológico: tiene una estrecha relación con el estudio, ya que este grupo de profesionales enfrenta una carga emocional y cognitiva significativa debido a las demandas laborales, el contacto constante con el sufrimiento humano, la toma de decisiones difíciles y las condiciones de trabajo estresantes. El agotamiento no solo está relacionado con el exceso de trabajo, sino también con el estrés continuo y los conflictos emocionales que los profesionales gestionan a diario (42).

6. Objetivos

6.1. Objetivo General

Determinar los factores asociados a la salud mental en profesionales de enfermería y medicina según revisión de literatura.

6.2. Objetivos Específicos

- Describir la prevalencia de alteraciones mentales en profesionales de salud
- Identificar el área de servicio que tiene mayor impacto en la salud mental
- Describir los elementos intrínsecos y extrínsecos que impactan en la salud mental de los profesionales de la salud

7. Metodología

La presente investigación se llevó a cabo mediante revisión de literatura existente acerca de factores asociados a la salud mental en profesionales de enfermería y medicina se trata de una revisión bibliográfica de artículos relacionados con alteraciones de salud mental en profesionales de la salud encontrados en la base de datos Pubmed, Scielo y Scopus, en ellas se han recopilado la suficiente información acerca de alteraciones de salud mental para poder realizar una revisión bibliográfica completa. La pregunta orientadora fue ¿Cuáles son los factores asociados a la salud mental en profesionales de enfermería y medicina según revisión de literatura?

7.1. Fuentes de datos

Se realizó una búsqueda sistemática en las siguientes bases de datos bibliográficas:

- PubMed
- SciELO
- Journal
- BVS
- Scopus
- Medscape
- IntraMed
- Google Académico
- Microsoft Academic

La búsqueda y revisión bibliográfica en las bases de datos anteriormente mencionadas, se llevó a cabo durante 4 meses, en donde el trabajo documental se realizó desde el mes de marzo de 2024 hasta agosto de 2024. La búsqueda manual incluyó revisión en páginas de congresos nacionales e internacionales de salud mental, como lo fue la Sociedad Colombiana de Psiquiatría, Sociedad Española de Psiquiatría y Salud mental.

7.2. Proceso de recopilación

Se realizó una revisión de la literatura de artículos científicos consultando las bases de datos, con un rango entre los años 2019-2024. Mediante la búsqueda manual se filtraron las siguientes palabras:

- Salud mental
- Atención a la salud mental
- Factores sociodemográficos
- Carga de trabajo
- Enfermería
- Médicos
- Agotamiento profesional
- Agotamiento psicologico

Al realizar una revisión de la literatura académica y científica sobre alteraciones a la salud mental en profesionales de salud, se emplea un enfoque metódico para recopilar, analizar y sintetizar la información pertinente de los estudios previos y realizar búsquedas sistemáticas utilizando palabras clave relacionadas con salud mental. Las fechas de búsqueda y cualquier criterio de inclusión o exclusión aplicado ayudan a filtrar los estudios que se van analizar. Los criterios de inclusión y/o exclusión pueden involucrar el tipo de estudio, el idioma, el enfoque específico de las alteraciones en salud mental y la relevancia para los objetivos; de esta manera, se lleva un registro de los estudios incluidos y excluidos, junto con las razones para la exclusión.

7.3 Criterios de selección y elegibilidad

Criterios de inclusión

- Artículos científicos en idioma español e inglés, artículos de tipo revisión bibliográfica entre los años 2019-2024, artículos cuyo tipo de estudio fueron cuantitativos, cualitativos y mixtos, artículos que mencionan la importancia de la salud mental profesionales de la salud, artículos que mencionan intervenciones para mejorar la salud mental en personal de salud**.**

Criterios de exclusión:

- Artículo de tipo reflexión, resúmenes de conferencias, textos académicos de libros, textos incompletos o resúmenes de artículos.

Tabla 1. Palabras claves

Como estrategia de búsqueda se usaron los siguientes términos en las bases de datos:

Número	**Palabras claves**	**Palabras en inglés**
1	Salud Mental	Mental Health
2	Atención a la salud mental	Mental Health assistance
3	Factores sociodemográficos	Sociodemographic Factor
4	Carga de trabajo	Workload
5	Enfermería	Nursing
6	Médicos	Physicians
7	Agotamiento profesional	Burnout, career
8	Agotamiento psicologico	Burnout síndrome

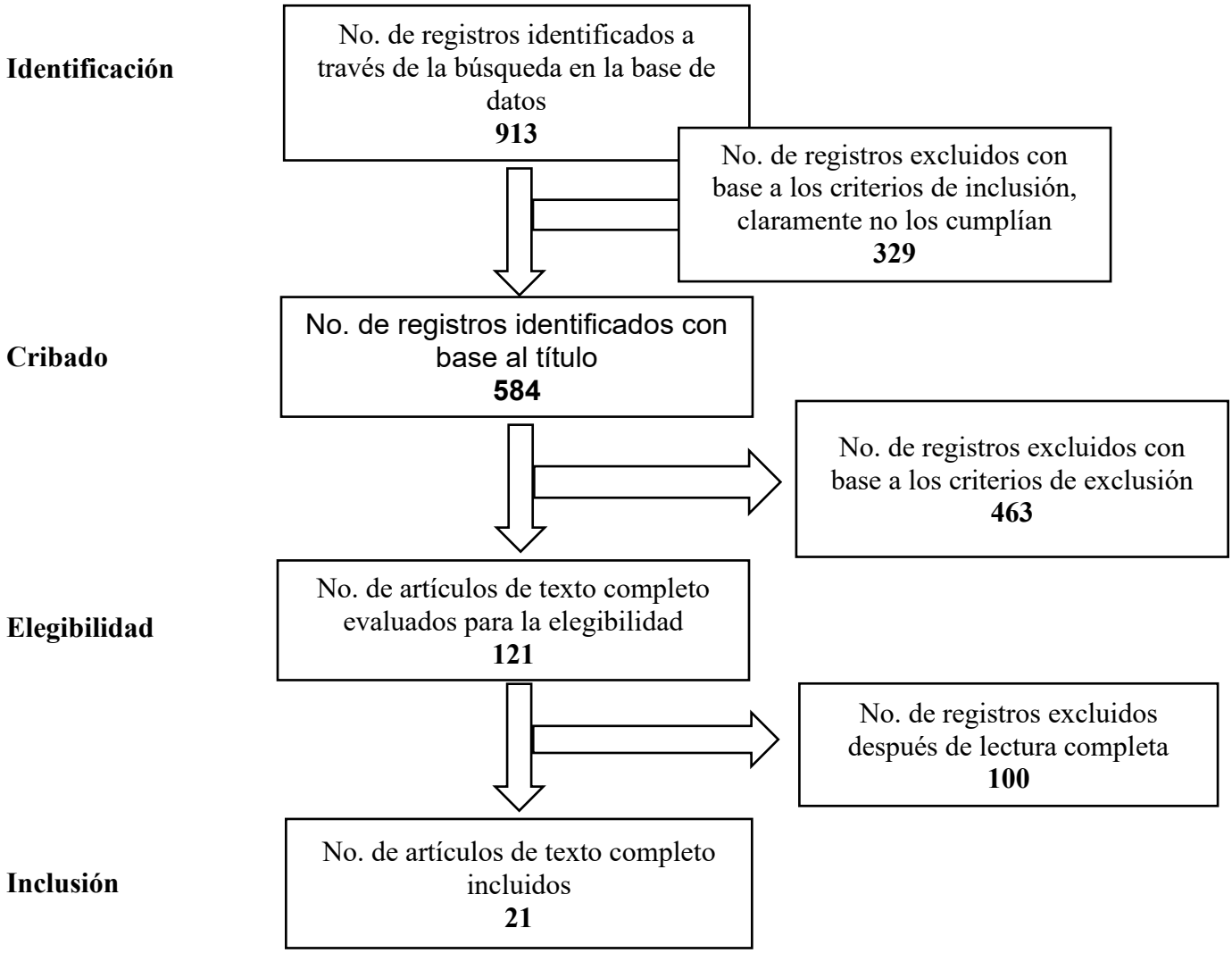
Fuente: elaboración propia

Tabla 2. Combinación de palabras claves

Combinación de palabras claves	Ecuaciones de búsqueda
4+5	Carga de trabajo AND Enfermería
1+3	Salud Mental AND Factores Sociodemográficos
2+6	Atención a la salud mental AND Médicos
4+8	Carga de Trabajo AND Agotamiento Psicológico
7+2	Agotamiento Profesional AND Atención a la salud mental
5+6	Enfermería AND Médicos
7+5	Agotamiento Profesional AND Enfermería
4+1	Carga de Trabajo AND Salud Mental
7+4	Agotamiento profesional AND Carga de Trabajo
1+8	Salud Mental AND Agotamiento Psicológico

Fuente: elaboración propia

Figura 1. Diagrama de flujo para la selección de artículos



Fuente: elaboración propia

7.4. Consideraciones Éticas

Esta revisión de literatura se basa en aspectos éticos normativizados a nivel nacional por la Resolución 8430 de 1993 (43), la cual establece las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en temas de salud. Así mismo, se menciona que esta es

un estudio de carácter documental y, por ende, no se trabajó con una población determinada y no representa riesgo a la integridad física de las personas.

Se reitera que los resultados y discusión presentados en el trabajo corresponden a datos e información veraz y que los mismos han sido analizados y recolectados de acuerdo con métodos y técnicas de carácter científico por otros autores. Se respeta los derechos de autor mediante la adecuada citación y referenciación bibliográfica. A nivel internacional es acorde a las prácticas éticas de investigación de la Declaración de Singapur y a los principios de las directrices de la UNESCO (44).

Otro aspecto a tener en cuenta, es la Ley 23 de 1982 (45) sobre los derechos de autor y la Ley 1032 de 2006 (46), ambas de Colombia, la cual establecen el plagio como un delito por violación a los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, por ello se recalca que este trabajo es producto de la selección de diferentes artículos ya existentes, revisados y seleccionados de manera exhaustiva, reconociendo y respetando los respectivos derechos de autor que permiten dar lugar a esta recopilación de información primordial para la profesión de enfermería.

Así mismo, se destacan los principios básicos de la bioética, como pilar fundamental de la revisión entre estas la autonomía, beneficencia y la no maleficencia; de este último, es proteger los derechos de autor de los diferentes artículos seleccionados y presentar los apartados que se encuentran en la evidencia que guardan relación con el tema sin generar elementos adicionales que generen tergiversación frente a las publicaciones recolectadas. Se enfatiza en la equidad, justicia y uso responsable de los resultados obtenidos por medio de este trabajo.

8. Resultados

A continuación, se evidenciará el cuadro resumen de los 21 artículos seleccionados que cumplieron con los criterios de inclusión, los objetivos planteados y la pregunta orientadora. En conjunto, la mayoría de publicaciones son de carácter internacional y para la organización se tuvo en cuenta título del artículo, el objetivo la metodología utilizada y el resultado más importante. Algunos artículos tienen la característica que se articular para dar respuesta a un solo objetivo específico, pero otros permiten abarcar dos o más objetivos de la presente revisión.

No	Título – Autor - Año	Objetivo	Método	Resultado
1.	Prevalence and factors associated with depression in healthcare personnel during the SARS-CoV-2 pandemic in the Department of Piura, Peru. Espinoza et al **(2024) (1)**	Determinar la prevalencia e identificar los factores asociados a la depresión en el personal de salud, en el contexto de la pandemia por SARS-CoV-2	Se realizó un estudio transversal analítico de mayo a septiembre en establecimientos de salud. Se incluyó una muestra de 136 trabajadores de la salud y se aplicó una encuesta para recolectar los datos. La depresión como variable dependiente se midió mediante la escala de autoinforme de Zung	Prevalencia de depresión fue de 8,8%. Tener un familiar o amigo fallecido por COVID-19 se asoció con depresión. Mientras que el uso de equipo de protección personal resultó ser un factor protector para desarrollar depresión
2.	Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos Monterrosa et al **(2020) (2)**	Determinar la presencia de síntomas de estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales	Estudio transversal que exploró síntomas y percepciones durante la pandemia del COVID-19 en médicos generales colombianos sometidos a cuarentena obligatoria que ejercieron su profesión en marzo del 2020.	El 44.7% de los encuestados presentó depresión, 83.1% ansiedad y 66.3% estrés. Los principales grupos afectados fueron el personal femenino, solteros y médicos residentes. Aquellos con diabetes mellitus tipo 2 tuvieron mayor incidencia de ansiedad y depresión.
3.	Enfermedad mental entre los profesionales de la salud durante la pandemia de COVID-19 Silva, et al (**2024) (3)**	Determinar la prevalencia de los trastornos mentales y los factores asociados en esta población durante la pandemia de COVID-19.	Se realizó una revisión de revisiones publicadas del 1 de enero de 2020 al 30 de abril de 2023 en las bases de datos PubMed, Scopus y Scielo. La calidad metodológica de los artículos se evalúo mediante la escala de evaluación crítica de revisiones sistemáticas de estudios de intervenciones de salud (AMSTAR-2).	La mayoría es mujer (n=105), edad entre 26 y 36 años (n=49), con nivel técnico (n=37), agentes comunitarios de salud (n=39), trabajaban desde hace más de 10 años (n=62), con carga horaria de hasta 48 horas semanales (n=95), no hacían uso de medicamentos psicotrópicos (n=109) o terapia (n=115) en los últimos 12 meses. Se encontró que 30,96% tenían algún grado de depresión, 39,68% sufrían con algún grado de ansiedad y 38,88% sufrían de estrés. Se identificó Burnout moderado (n=86), y la mayoría se encontraba en la fase de despersonalización.

4.	Impacto de la pandemia de COVID-19 en los trastornos del sueño de profesionales de enfermería Abiola et al (2023) (4)	Analizar los factores relacionados con los trastornos del sueño que informaron los profesionales de enfermería durante la pandemia de COVID-19	Estudio transversal y analítico realizado con profesionales de enfermería de todas las regiones de Brasil. Se recolectaron datos sobre caracterización sociodemográfica, condiciones de trabajo y preguntas sobre trastornos del sueño	Se analizaron 572 respuestas, que revelaron que durante la pandemia predominaron la duración del sueño no ideal, la mala calidad del sueño y los sueños sobre el ambiente laboral, con 75,2%, 67,1% y 66,8% respectivamente, además 523 (91,4%), 440 (76,9%) y 419 (73,2%) profesionales de enfermería manifestaron quejas de dificultad para conciliar el sueño, somnolencia diurna y sueño no reparador durante la pandemia, respectivamente. El riesgo relativo de padecer trastornos del sueño durante la pandemia fue significativo
5.	Os enfermeiros ea síndrome de burnout no contexto da pandemia da COVID-19 / Enfermeras y síndrome de burnout en el contexto de la pandemia de COVID-19 **Ferreira et al (2024) (5)**	Se trata de una investigación de revisión integradora "un método que tiene como objetivo sintetizar los resultados obtenidos en la investigación sobre un tema o cuestión, de manera sistemática, ordenada y completa" (ERCOLE, et al., 2014). Ante esto, analizamos la producción científica sobre el síndrome de Burnout. desarrollado en las enfermeras sobre los traumas y las agotadoras jornadas de trabajo enfrentadas durante la pandemia de Covid-19.	Analizar la prevalencia de síntomas, depresión, ansiedad y factores asociados en el personal de enfermería durante la pandemia de COVID-19.	Los resultados muestran que la pandemia de COVID-19 ha incrementado la carga de trabajo de las enfermeras, quienes se han enfrentado a condiciones laborales adversas, como la falta de equipos de protección personal y el miedo a la contaminación. Estas condiciones han provocado un aumento de los niveles de estrés y ansiedad entre las enfermeras, lo que puede contribuir al desarrollo del síndrome de Burnout. Por lo tanto, es necesario implementar medidas de protección para los profesionales de la salud, como ofrecer apoyo emocional y psicológico, además de una carga de trabajo adecuada.
6.	Nivel de Estrés y Carga Emocional de los Trabajadores de la Salud y la Relación con la Percepción de Apoyo Familiar y Social Durante la Atención de Pacientes con la COVID-19 en Colombia Pacheco Sierra et al **(2023) (6)**	Describir los factores subyacentes que impulsan el miedo, la ansiedad y la depresión que afectan la salud mental durante la pandemia y durante las medidas de aislamiento en Colombia.	Estudio exploratorio descriptivo transversal usando datos a nivel subnacional (Cross-sectional survey). La encuesta en línea fue desarrollada en la plataforma con herramientas virtuales para realizar encuestas SurveyMonkey	Se incluyeron en el estudio 384 trabajadores de la salud, en el periodo comprendido entre julio del 2020 y diciembre del 2021, sin embargo, solo 307 trabajadores respondieron la encuesta lo que corresponde a una tasa de respuesta del 80%. Con relación al sexo, predominó el grupo de mujeres con el 63,8% (n=196).
7.	Estrés laboral en profesionales de la salud	Reducir los índices de estrés laboral y sus efectos negativos en	Enfoque de una investigación mixta, es decir, cuantitativa y cualitativa, a través de la cual	Factores de mayor preocupación que emergen debido a la pandemia y el aislamiento; 90% porque alguien de la

	durante la pandemia de COVID-19 Idárraga et al (**2021) (7)**	el personal de salud durante y después de la atención de pacientes positivos para COVID-19,	se quiere determinar las causas de incremento de estrés laboral en los profesionales de la salud	familia se contagie de COVID-19; 88% porque alguien de la familia tenga una emergencia y no reciba atención; 88% porque las personas no adopten las medidas del gobierno estrictamente; 87% el futuro y la recesión económicos; 87% por los más pobres y vulnerables; 56% está preocupado por caer en la ansiedad y la depresión durante el aislamiento; 17% está preocupado por situaciones de violencia al interior del hogar
8.	Salud y burnout de cuidadores profesionales a domicilio: Impacto de una intervención formativa Saavedra et al (2020) (8).	Es dotar a las cuidadoras familiares de estrategias y recursos para afrontar el estrés que las tareas de cuidado conllevan. Entre otros resultados, se ha encontrado que talleres de control que incluyen técnicas cognitivo-conductuales reducen sintomatología ansioso-depresiva y reduce pensamientos disfuncionales sobre los cuidados, que indirectamente inciden en el estado de salud de las cuidadoras.	En el curso que se evalúa en este trabajo participaron 29 mujeres con una edad media de 47.32 años (*sd*. 9.7) y una media de años cuidando profesionalmente de 8.35 años (sd, 6.2). El 82.76 % de las mujeres estaban casadas o vivían en pareja, mientras el 17.24 % estaban solteras. Todas las mujeres eran españolas, excepto una que era romaní. El 65.5% habían cursado estudios obligatorios completos o incompletos, un 20.7 % habían cursado alguna formación profesional, el 6.9% habían cursado enseñanza media no obligatoria y sólo el 6.9 % estudios universitarios.	Se calcularon los casos clínicos en el pretest de acuerdo con el punto de corte 4/5 en el GHQ28 obteniendo tres casos clínicos (10.33 %), de los cuales dos correspondieron a mujeres que también eran cuidadoras familiares. Aunque la diferencia no resultó significativa usando una prueba de χ^2, el tamaño de efecto fue mediano (χ^2 = 3.402, p = .065, V = .369). El porcentaje de niveles altos de burnout de acuerdo con los puntos de corte normalizados en España del MBI
9.	Síndrome de desgaste profesional en el personal de salud durante la pandemia de COVID-19 Molina Velásquez et al (**2024) (9)**	Identificar los factores de riesgo para el desarrollo del Síndrome de desgaste profesional en el personal de salud relacionado con la atención de pacientes con la COVID-19. Se realizó una búsqueda en la base de datos PubMed, se incluyeron artículos originales, estudios aleatorizados, revisiones sistemáticas y otros textos en español e inglés, publicados durante el periodo 2020-2023.	Se realizó una búsqueda en la base de datos PubMed, se incluyeron artículos originales, estudios aleatorizados, revisiones sistemáticas y otros textos en español e inglés, publicados durante el periodo 2020-2023. Los principales factores de riesgo identificados en la literatura para el desarrollo de Síndrome de desgaste profesional fueron la juventud, sexo femenino, la soltería, la carga de trabajo y el nivel de satisfacción laboral de los profesionales.	Evaluaron 488 trabajadores de la salud; de estos, 369 (75,6 %) respondieron a la encuesta - ti, de los cuales 57 (15,4 %) fueron excluidos debido a datos perdidos. La muestra final incluyó a 312 encuestados, con una media - ni de edad de 30,5 (26 a 40) años, con 223 (71,5 %) mujeres y mediana de experiencia de 7,0 (3 a 15) años. La prevalencia general de agotamiento fue del 31,4 % (98 de 312). De 82 médicos, 11 (11,2 %), estaban expo - cimentando agotamiento; de 126 personal de enfermería, 59 (46,8 %) experimentaban agotamiento

10.	Psicológica distrés of mental Meath jokers in a pandemic context and associated factors: a cross-sectional study Sofrimento psíquico de trabalhadores de saúde mental em contexto pandêmico e os fatores associados: estudo transversal Camachi Stander et al (**2023) (10)**	Analizar el sufrimiento psicológico de los trabajadores de servicios de salud mental en un contexto de pandemia e identificar factores asociados. Método: Investigación transversal, con 108 trabajadores de cuatro servicios de salud mental de una ciudad del interior de São Paulo.	Investigación transversal, con 108 trabajadores de cuatro servicios de salud mental de una ciudad del interior de São Paulo. Recolección de datos realizada online entre octubre y diciembre de 2020 mediante cuestionario sociodemográfico y la Escala Self Report Questionnaire-20 (SRQ-20). Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva y regresión lineal múltiple de mínimos cuadrados ordinarios, con la intención de analizar los factores asociados a la variación en la puntuación de la escala.	Los trabajadores presentaron una puntuación media alta en la escala SRQ-20 (15,07), lo que indica un gran malestar psicológico. El seguimiento psicológico y/o psiquiátrico durante la pandemia de covid-19 se asoció a minimizar este sufrimiento, con una reducción de, en promedio, tres de los síntomas evaluados por la escala
11.	Ansiedad y depresión en trabajadores de la salud durante la pandemia de COVID-19 Abihai et al (**2023) (11)**	Determinar la presencia de estrés, ansiedad y depresión durante la pandemia de COVID-19 en los trabajadores de la salud de un hospital de tercer nivel.	Se realizó un estudio observacional transversal, descriptivo en los trabajadores de la salud de un hospital de tercer nivel, mediante la aplicación de encuestas aleatorizadas y auto complementadas, en búsqueda de grado de estrés, ansiedad y depresión, durante la pandemia por COVID-19.	La prevalencia de depresión y ansiedad entre los trabajadores de la salud fue del 32,4% y 26,2%, respectivamente. La profesión de técnico de enfermería, tener un familiar que haya perdido su empleo, ser responsable de los ingresos familiares, tener 50 años o más, estar divorciado o viudo, tener una prueba de COVID-19, haber sufrido un evento traumático en la vida y haber recibido asesoramiento psicológico en el trabajo se asociaron con depresión y ansiedad.
12.	Pandemia de COVID-19 en profesionales sanitarios de un hospital de tercer nivel en España: cambios laborales durante la primera ola, salud mental a los 4 meses y seguimiento a los 9 meses Sepúlveda et al (**2022) (12)**	Determinar el impacto que ha tenido la pandemia COVID-19 en profesionales sanitarios, en términos de cambios laborales y de salud mental.	Estudio transversal y estudio longitudinal prospectivo sobre profesionales de la salud que trabajaron de forma directa con pacientes afectados por la pandemia COVID-19 durante el periodo comprendido entre marzo-junio de 2020 en un hospital de tercer nivel de Barcelona.	En el grupo basal (estudio transversal) participaron 90 profesionales, 76% enfermeras. Más de un tercio estuvo de baja o tomó fármacos para gestionar el estrés. La mitad de los fumadores aumentó el consumo de tabaco, y uno de cada 5 aumentó el consumo de alcohol. Se asocia de forma significativa el cambio de turno habitual con la depresión, el perfil profesional con la ansiedad, y el estrés percibido con la edad. En el estudio longitudinal, el grupo de seguimiento (n=64)
13.	Prevalencia de trastornos psiquiátricos en personas sin hogar en un gran centro urbano de Brasil Magalhães et al (**2024) (13)**	Describir las condiciones de salud mental más prevalentes en la población de personas sin hogar en un gran centro urbano brasileño.	Estudio transversal realizado en las regiones central y periférica de São Paulo, estado de São Paulo, Brasil	La edad media de los participantes fue de 44,54 años y la mayoría eran hombres (n=342; 75%). En cuanto a la frecuencia de trastornos psiquiátricos identificados, el 49,6% (n=226) de los participantes presentaba síntomas depresivos, el 29,8% (n=136) presentaba ideación suicida, el 55,7% (n=254) refería consumo semanal de

				alcohol, el 34,2% (n=156) refería consumo semanal de drogas ilícitas y el 62,3% (n=284) tenía problemas de sueño.
14.	Estrés laboral y calidad de vida en enfermeros durante la pandemia por COVID-19 Hernández **(2024) (14)**	Evaluar la asociación entre calidad de vida y estrés laboral en enfermeros durante la pandemia por Covid19	Estudio analítico, transversal, con enfoque cuantitativo. Para el análisis se utilizaron estadísticas descriptivas y análisis de regresión lineal múltiple	Se obtuvo una correlación negativa entre calidad de vida y nivel de estrés, así como ser enfermera profesional se relacionó con niveles más altos de estrés. Por otro lado, tener 31 años o más y más de 12 meses de experiencia laboral se asociaron con un mayor puntaje de calidad de vida, mientras que ser mujer, soltero, separado o viudo y puntuaciones mayores de estrés agudo indicaron una peor calidad de vida.
15.	Prevalencia y Factores Asociados con Depresión en Personal de Salud Durante la Pandemia de SARS-CoV-2 en el Departamento de Piura, Perú Espinoza-Ascurra et al **(2021) (15)**	determinar la prevalencia e identificar los factores asociados con depresión en personal de salud, en el contexto de la pandemia de COVID-19.	Se realizó un estudio transversal analítico entre mayo y septiembre, 2020 en establecimientos de salud. Se incluyó una muestra de 136 trabajadores de la salud y se aplicó una encuesta para recoger los datos. La variable dependiente depresión se midió con la escala autoaplicada de Zung. Para identificar los factores asociados, se realizaron análisis bivariado y multivariado por regresión logística con STATA v 14.	La prevalencia de depresión es del 8,8% (IC95%, 4,64-14,90). Se asociaron con depresión el antecedente de tener familiar o amigo muerto por COVID-19 (OR = 6,78; IC95%, 1,39-32,90; p = 0,017). En cambio, se encontró que el uso de equipos de protección personal (EPP) es un factor protector contra la depresión (OR = 0,03; IC95%, 0,004-0,32; p = 0,003).
16.	Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de profesionales sanitarios de los servicios de emergencias médicas extrahospitalarios españoles Soto-Cámara et al **(2023) (16)**	Analizar el nivel de afectación psicológica de los profesionales sanitarios (PS) de servicios de emergencias extrahospitalarias (SEM) españoles en función de la incidencia acumulada de COVID-19 de las comunidades autónomas (CC.AA.) en las que trabajaban, identificando posibles factores predictores de una mayor severidad	Estudio descriptivo transversal multicéntrico en el que se incluyeron a todos los PS que se encontrasen trabajando en algún SEM de la geografía española entre el 01/02/2021 y el 30/04/2021	La muestra estuvo formada por 1.710 PS. El 37,39%, el 39,36% y el 30,46% de las personas participantes presentaron niveles graves de estrés, ansiedad y depresión, respectivamente. Las mujeres, quienes eran más jóvenes o con menos experiencia laboral en SEM, el personal técnico en emergencias sanitarias, quienes declararon consumo previo de psicoterapia y/o psicofármacos, o quienes modificaron sus condiciones laborales, tuvieron más probabilidades de desarrollar niveles más graves de estrés, ansiedad o depresión, variando estos factores en función del área geográfica
17.	Percepción de enfermeras intensivistas sobre las condiciones de trabajo durante la COVID-19	Identificar la percepción de enfermeras intensivistas sobre condiciones de	Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo-correlacional y retrospectivo en 80 enfermeras intensivistas	Los profesionales fueron predominantemente del sexo femenino (66,7%), casados/en pareja estable (55,6%) y con tiempo promedio de permanencia en la UTI de

	Córdova et al **(2023) (17)**	trabajo durante la pandemia de COVID-19.	de un hospital de IV nivel-EsSalud-Perú	6,6 años. La mayoría fueron diagnosticados con COVID-19 (91,7%), mayor exigencia laboral (97,2%), cansancio físico y mental (94,4%), inseguridad La mediana de edad de enfermeras intensivistas fue 41 a 50 años. Las condiciones de trabajo fueron percibidas como desfavorables por el 60 % y según edad: un 33,75 % entre 26-40, un 21,25 % entre 41-50 y un 5 % entre 51-64. En ergonomía (91,25 %), organizacional (78,75 %), ambiente psicosocial (68,75 %) y físico (65 %) fueron percibidas como desfavorables; en bioseguridad fue favorable (70 %). Se halló correlación moderada entre edad y lo organizacional y baja en bioseguridad y ergonómicas
18.	Revisión sistemática y metaanálisis sobre la prevalencia de depresión, ansiedad e insomnio en trabajadores sanitarios durante la pandemia de COVID-19 Pérez **(2021) (18)**	Sintetizar y analizar la evidencia existente sobre la prevalencia de depresión, ansiedad e insomnio entre los trabajadores sanitarios durante el brote de COVID-19	Se realizó una búsqueda sistemática en bases de datos bibliográficas hasta el 17 de abril de 2020	Se incluyeron 13 estudios en el análisis con un total combinado de 33 062 participantes. La ansiedad se evaluó en 12 estudios, con una prevalencia combinada del 23.2% y la depresión en 10 estudios, con una tasa de prevalencia del 22.8%. Un análisis de subgrupos reveló diferencias ocupacionales y de género en el personal sanitario femenino y en enfermeras, que exhiben tasas más altas de síntomas afectivos (ansiedad y depresión) en comparación con el personal masculino y médicos, respectivamente. Finalmente, la prevalencia del insomnio se estimó en 38.9% en 5 estudios.
19.	Prevalencia de síndrome de burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19 y factores asociados. Estudio de corte transversal Castro et al **(2022) (19)**	Estimar la prevalencia y los factores asociados del síndrome de *burnout* en el personal de salud.	Estudio de corte transversal a través de la administración de una encuesta por correo electrónico durante la segunda ola de casos de COVID-19. El *burnout* fue evaluado mediante el cuestionario de *Maslach Burnout Inventor*	Las características sociodemográficas y ocupacionales de los participantes. La edad promedio fue de 41,78 ± 9,01 años y la mayoría de los participantes fueron mujeres (78,3%), enfermeras (31%), que trabajaban durante más de seis años en hospital (81,9%) y empleados permanentes estatutarios (81%).
20.	La salud mental de los trabajadores de salud en Guatemala durante la pandemia de COVID-19: resultados de base del	Evaluar la prevalencia de base de los trastornos de salud mental y exposiciones conexas en una	Se analizó la información de base del estudio HÉROES (por *COVID-19 HEalth caRe wOrkeRs Study*, sobre los trabajadores de salud durante	De los 1801 trabajadores de salud que aceptaron participar, 1522 (84,5%) completaron el cuestionario; 1014 (66,8%) eran mujeres. De los participantes, 59,1% tuvo un tamizaje

	estudio de cohortes HEROES Paniagua-Ávila et al **(2023) (20)**	cohorte de trabajadores de salud de Guatemala	la pandemia) en Guatemala, realizado en línea en el 2020. Las variables de resultado fueron malestar psicológico y síntomas depresivos. Las exposiciones incluyeron experiencias con la COVID-19, características sociodemográficas y características del trabajo.	positivo para malestar psicológico y 23% y síntomas depresivos, Asimismo, los participantes más jóvenes presentaban un riesgo alto de malestar psicológico y síntomas depresivos.
21.	Impacto psicológico del COVID-19 en los trabajadores sanitarios durante el segundo año de pandemia en Latinoamérica: estudio de encuesta transversal Caldichoury (**2023) (21)**	Estimar la prevalencia de las alteraciones psicológicas y los factores de riesgo asociados a la salud mental en el personal de salud de LA, durante el segundo año de pandemia del COVID-19	Estudio transversal multicéntrico que incluyó una muestra total de 5.437 profesionales de la salud de Argentina, Bolivia, Chile, Colombia, Ecuador y Perú. Se utilizó el PHQ-9, el GAD-7 junto a un cuestionario demográfico breve. Se estimó la prevalencia de ansiedad y depresión a partir de los puntos de corte de los instrumentos	Se encontró una carga poblacional de ansiedad del 40,1% y de depresión del 62,2% en el personal sanitario de LA. En los profesionales de Argentina quienes trabajan en hospitales estatales, de primera línea de atención de pacientes con COVID, en los médicos generales, especialistas

Fuente: elaboración propia

Cuadro resumen de prevalencia de alteraciones mentales

Articulo	Depresión	Ansiedad	Estrés	Burnout	Insomnio	Agotamiento / sufrimiento psicológico	Farmacodependencia / Consumo sustancias psicoactivas	Irritación	Ideación suicida
1	X	X							
2	X	X	X						
3	X	X	X	X					
4					X				
5		X	X	X					
7				X					
9						X			
10						X			
11	X	X							
12	X						X		
13	X				X		X		X
14			X						
15	X								
16	X	X			X		X		
17					X			X	
18	X	X			X				
19				X					
20	X					X			
21	X	X							
TOTAL	**11**	**8**	**4**	**4**	**5**	**3**	**3**	**1**	**1**

Fuente Elaboración propia

Cuadro resumen de servicios de mayor impacto en la salud mental

Articulo	Comunidad	Tercer nivel de atención	Cuidadores de famiia	Urgencias	UCI	Asistencial general	Hospitales públicos-Urgencias-hospitalización
3	X						
4		X					
8			X				
16				X			
17					X		
18						X	
21							X
TOTAL	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**

Fuente Elaboración propia.

Cuadro resumen de factores intrínsecos y extrínseco

Articulo	Familiar fallecido	Femenino	Soltero	Edad	Carga horaria / trabajo	Red de apoyo difícil	Antecedente de salud	Enfermero	Medico
1	X								
2		X	X				X		
3		X		X	X				
4		X		X	X			X	
5					X				
6		X							
9				X	X			X	X
10									
11	X			X	X	X		X	
12					X				
13									
14		X		X	X	X			
15	X	X			X				
16		X			X	X			
17									
18		X							
19				X	X				
20		X							

21								X	X
TOTAL	**3**	**9**	**1**	**6**	**10**	**3**	**1**	**4**	**2**

Fuente Elaboración propia.

9. Discusión

Los factores asociados a la salud mental son variados y pueden influir en el bienestar emocional y psicológico de un individuo y al tratarse de profesionales de la salud como enfermería o medicina puede impactar el bienestar de la persona a cuidar. Abarcan desde factores biológicos (edad, género), sociales (redes de apoyo), ambientales (condiciones de trabajo) y económico (baja remuneración de la labor realizada). La relación de estos y otros factores condicionan el bienestar en la salud mental y, en muchos casos, conduce a que surjan o se incrementen casos de alteraciones o padecimientos que afecta el estado de salud.

Los estudios evidenciaron la existencia de varias alteraciones mentales que pueden afectar a la población de enfermeros y médicos. Entre ellos, el artículo realizado por Espinoza-Ascurra Et al, que vincula las alteraciones más prevalentes son la depresión, ansiedad y el estrés con la pérdida de seres queridos por COVID-19 y resalta la importancia de brindar apoyo emocional y recursos de salud mental a aquellos profesionales que han experimentado la pérdida de familiares o amigos durante la pandemia (1). En esa misma línea, esos resultados coinciden con el artículo realizado por Monterrosa et al, que refuerza la alta incidencia de problemas de salud mental, encontrando que un 44,7% de los encuestados presentó síntomas de depresión, 83,1% de ansiedad y 66,3% de estrés (2). Es fundamental mencionar que no son las únicas investigaciones que lo evidencian dado que en el estudio de realizado por Pereira et al, revela similitud en los anteriores encontrando que la ansiedad y depresión son las más recurrentes y, adicionalmente, se encuentran el estrés y la aparición de síndrome de burnout (3). Pero los anteriores no son las únicas alteraciones, se pudo evidenciar en la investigación Carla Renata Silva et al, el insomnio fue la afectación más común entre el personal de enfermería principalmente (4). Las investigaciones de Brisa, Idarraga, et al, guardan relación entre sí al encontrar alteraciones como el Síndrome de burnout (5) (7) y el agotamiento psicológico que es mencionado igualmente por Camachi, et al que lo describe como sufrimiento psíquico (10).

Igualmente, se pudo evidenciar que las anteriores no fueron las únicas alteraciones registrada en las diferentes investigaciones. A ello se suman, la farmacodependencia y el

consumo de sustancia psicoactivas que genera una serie de cambios que afectan no solamente el bienestar individual, sino que condiciona la calidad de la atención y el cuidado a las personas objeto de los procesos de atención en salud, tal como lo evidencian los estudios de Esteban, et al, Vitorino, et al (13) donde el consumo de alcohol y drogas ilícitas fue alto, con un 55.7% y 34.2% de los participantes reportando consumo semanal (12) y resultado similar en la investigación de Soto-Cámara, et al donde se encontró que de 1.710 profesionales el 30,46% manifestó el consumo de sustancias psicoactivas (16). Otra de las alteraciones mentales presente en las investigaciones fue la ideación suicida, particularmente en el personal de enfermería (13). La mayoría de los estudios coinciden en que las alteraciones más prevalentes en el personal de enfermería y medicina son la ansiedad y la depresión (18) (20) (21) y también el burnout (19).

Otro elemento influyente en la salud mental es el contexto en el que laboran los profesionales y el tipo de actividad que ejercen en los procesos de atención en salud. Como es conocido, existen diferentes niveles de atención (baja, mediana y alta complejidad) y la dinámica del servicio puede ser un factor que puede impactar de forma desfavorable en la salud de los profesionales. En el artículo realizado por Pereira et al se observa que el 30.96% de los participantes experimentaba algún grado de depresión, el 39.68% ansiedad y el 38.88% estrés y el grupo encuestado estaba compuesto por personas que laboraban como agentes comunitarios de salud (3). El anterior resultado es diferente al estudio de Silva, et al donde la mayoría trabajaba como enfermera en el tercer nivel de atención (68,9%) (4). En la investigación de Silva et al arrojo que las cuidadoras familiares o enfermeras independientes también reciben una alta carga emocional y que la responsabilidad ejercida puede estar en mayor riesgo de experimentar síntomas de agotamiento y despersonalización. En la misma línea del contexto influyente en la salud mental el estudio de Da Silva et al, muestra que los resultados evidencian que el personal predominante en las unidades de terapia intensiva (UTI) enfrentaron una mayor exigencia laboral (17). En el artículo de Córdova Et al y Pérez se identificaron una alta prevalencia de desarrollar ansiedad y depresión entre el personal de salud aquellos que trabajaron en hospitales estatales y en la primera línea de atención de pacientes con COVID-19 en áreas de urgencias y hospitalización (18) (21).

Los factores tanto personales como externos son otros elementos que influye en el estado mental de las personas y, particularmente, profesionales de la salud. En ese contexto, aspectos como la edad, género, condiciones labores, entre otras características sociodemográficas y redes de apoyo se convierten en elementos importantes para la salud mental. En la investigación de Laferton, et al, las mujeres, los solteros, los médicos residentes y aquellos que padecían alguna condición en salud, como diabetes mellitus, fueron los grupos más afectados, lo que podría explicarse por factores como las mayores demandas emocionales en estos grupos y el posible aislamiento social entre los solteros (2). Resultado similar al encontrado en el estudio de Abiola (4) donde se evidenció que el 88,8% de los participantes eran mujeres, con una edad media de 36,4 años, y donde trabajan casos más graves, con horarios superiores a 48 horas semanales, suelen estar sometidos a mayores demandas físicas y emocionales, lo que explica afectaciones. En la misma línea el artículo escrito por Silva et al también destaca que el 88,8% de los participantes eran mujeres, con una edad media de 36,4 años (4). El artículo de Pacheco -Sierra muestra la prevalencia de depresión observada en este estudio y su relación con el antecedente de perder un familiar o amigo debido al COVID-19 resalta el impacto emocional profundo que la pandemia ha tenido sobre los trabajadores de la salud (6). Estos hallazgos coinciden con estudios previos que han documentado cómo el duelo por la muerte de seres queridos, sumado al estrés relacionado con la exposición constante al virus y la carga laboral tal como lo expone Gonzalo Espinoza et al reportó que los trabajadores de la salud en China durante los primeros brotes de COVID-19 mostraron tasas elevadas de ansiedad, depresión y síntomas de estrés postraumático donde los trabajadores que habían perdido a familiares cercanos por el virus experimentaron un mayor impacto psicológico, lo que podría explicar en parte la prevalencia de depresión elevada observada en este estudio (15).

Adicionalmente, el estudio realizado por Idárraga et al refleja la prevalencia del síndrome de burnout (SB) y de otras alteraciones de la salud mental en los profesionales de salud que varían considerablemente dependiendo del entorno laboral, las características personales y el acceso a apoyo psicológico (7). Es importante resaltar como Idarraga et al, mencionan que,

aunque la prevalencia general de agotamiento fue del 31.4% entre 312 trabajadores de salud, esta cifra varió ampliamente según la profesión donde los médicos reportaron una prevalencia del 11.2%, mientras que en el personal de enfermería alcanzó el 46.8%. Esto sugiere que el tipo de tareas y responsabilidades influyen en el grado de agotamiento, posiblemente debido a la carga emocional y la demanda física en ciertas profesiones, como la enfermería, donde el trato directo y constante con pacientes críticos durante la pandemia de COVID-19 (9). Estos resultados coinciden con el escrito de Camachi Et al en donde se observó que los trabajadores de la salud presentaron una puntuación media elevada en la escala SRQ-20 lo que indica un alto nivel de sufrimiento psicológico en comparación con aquellos que recibieron acompañamiento psicológico o psiquiátrico durante la pandemia (10).

En el artículo realizado por Abihai et al se reportó una prevalencia de depresión del 32.4% y de ansiedad del 26.2%, asociándose estas condiciones a factores específicos como la profesión (particularmente los técnicos de enfermería), el estado civil (divorciado o viudo), la edad (50 años o más) y eventos traumáticos (11). El resultado anterior es similar al comparar con la investigación Esteban Sepúlveda et al, que muestra impacto adicional del entorno laboral sobre la salud mental de los trabajadores, donde el 76% de los participantes eran enfermeras; adicionalmente, el cambio de turno habitual se afecta de manera significativa con la depresión (12).

Los resultados sobre las alteraciones mentales y emocionales en profesionales de la salud, como ansiedad, depresión, estrés, síndrome de burnout e insomnio, se pueden analizar a la luz de la Teoría de las Relaciones Interpersonales de Hildegard Peplau. Esta teoría destaca la importancia de la interacción enfermera-paciente como una relación terapéutica que influye tanto en el bienestar del paciente como en el profesional de la salud (34). Según Peplau, el desarrollo de una relación efectiva requiere que la enfermera mantenga un equilibrio emocional y mental, lo cual se ve desafiado en contextos de alta carga emocional, como la pandemia (34). Las alteraciones identificadas por Espinoza-Ascurra et al., Monterrosa et al., y Pereira et al., como el estrés y el burnout, evidencian cómo los factores laborales y emocionales pueden comprometer la capacidad del profesional para involucrarse en relaciones interpersonales saludables y efectivas, limitando su habilidad para brindar cuidado

de calidad (34). Esto refuerza la necesidad de implementar estrategias de apoyo emocional y psicológico, como lo subraya Peplau, para que el profesional no solo cuide de otros, sino que también pueda cuidar de sí mismo (34).

10. Conclusiones

Los resultados han evidenciado un impacto significativo debido a la pandemia del coronavirus en las alteraciones mentales de los trabajadores de la salud. La prevalencia de depresión fue del 8,8%, asociándose de manera significativa con la pérdida de un ser querido por COVID-19, mientras que el uso de equipo de protección personal se destacó como un factor protector. Adicionalmente, el 44,7% de los encuestados presentó depresión, el 83,1% ansiedad y el 66,3% estrés, siendo los grupos más afectados las mujeres, los solteros y los médicos residentes. Los hallazgos sugieren que la prevalencia de alteraciones en salud mental en profesionales de enfermería y medicina es significativa y por ende se requiere que se planteen estrategias de intervención para identificar oportunamente los casos y hacer el abordaje necesario y evite complicaciones a la salud.

Se concluye que el género más afectado es, predominantemente, femenino (63,8%); de las cuales, en su mayoría no recurría a tratamientos psicotrópicos ni terapias psicológicas, pese a presentar altos niveles de síntomas psicológicos. Otros elementos como la corta duración y calidad del sueño se vieron severamente comprometidas, con un elevado porcentaje de profesionales reportando trastornos lo que generaría incremento de riesgo de Burnout o padecimiento de éste. Los resultados señalan que esta es una condición común en profesionales de enfermería y medicina debido a la alta carga laboral y las dinámicas de los procesos de atención en salud requiere una alta concentración

Se evidenciaron otros elementos como la sobrecarga laboral, falta de equipos de protección personal y el temor a la contaminación contribuyeron a las afectaciones de la salud mental, especialmente en las enfermeras, quienes enfrentaron altos niveles de estrés y ansiedad. Estos hallazgos subrayan la necesidad urgente de implementar medidas que incluyan apoyo psicológico, condiciones laborales más justas y la provisión adecuada de recursos, con el objetivo de proteger la salud mental de estos profesionales y garantizar su bienestar en futuras emergencias sanitarias.

Los datos recopilados reflejan el impacto de la pandemia de COVID-19 sobre la salud mental de los trabajadores de la salud y la población en general. Las principales

preocupaciones incluyeron el temor al contagio de familiares, la falta de atención en emergencias, y la inseguridad económica, factores que exacerbaron el estrés psicológico. Así mismo, la mayoría de las profesionales reportó temor a desarrollar ansiedad y depresión, mientras que una baja cantidad de trabajadores expresó preocupación por la violencia intrafamiliar durante el aislamiento.

Entre los colaboradores de la salud, la prevalencia de agotamiento fue alta, afectando con mayor incidencia en el personal de enfermería. Las mujeres cuidadoras familiares y aquellos responsables de los ingresos del hogar fueron grupos particularmente vulnerables, mostrando mayor prevalencia de ansiedad y depresión. Además, eventos traumáticos previos, el divorcio o la viudez, y la pérdida del empleo en el entorno familiar aumentaron significativamente el riesgo de afectaciones emocionales.

Es importante resaltar que las intervenciones como el acompañamiento psicológico o psiquiátrico demostraron ser efectivas para mitigar el sufrimiento psíquico, destacando la importancia de su implementación. Estos hallazgos subrayan la necesidad de adoptar estrategias integrales que incluyan apoyo emocional, protección laboral y medidas sociales para minimizar el impacto psicológico de crisis futuras en los grupos más afectados.

Entre los factores intrínsecos, se destacan la edad, el género, y el estado civil, en su mayoría solteros, que influyeron en la percepción de estrés, calidad de vida y riesgo de trastornos psicológicos. Por ejemplo, las mujeres, los más jóvenes, y aquellos solteros o separados mostraron mayores niveles de estrés, ansiedad y depresión. Además, características individuales como el consumo de tabaco, alcohol y drogas ilícitas incrementaron durante la pandemia, exacerbando problemas de salud mental. La experiencia laboral, aunque asociada con una mejor calidad de vida, también presentó variaciones según el tipo de profesional y su rol, siendo las enfermeras particularmente afectadas por estrés crónico.

Entre los factores extrínsecos, se destacan las condiciones laborales adversas, la sobrecarga de trabajo con más de 48 horas semanales, el cansancio físico, mental, y los cambios en las dinámicas de los servicios, condiciones laborales difíciles, como la rotación

de turnos. Estas variables, junto con la inseguridad y el temor al contagio, fueron reportadas como desfavorables por una gran mayoría, afectando el ambiente psicosocial en el lugar de trabajo. Por el contrario, la bioseguridad percibida favorablemente, gracias al uso de equipos de protección personal, se asoció con menores niveles de depresión, actuando como un factor protector.

En conclusión, tanto los factores intrínsecos como los extrínsecos interactúan para determinar la vulnerabilidad de los profesionales de la salud durante crisis como la pandemia de COVID-19. Esta revisión contribuye significativamente a la comprensión del tema y tiene implicaciones importantes para que se apliquen o implementen políticas integrales que mejoren el ambiente laboral, fomenten el cuidado psicológico, y promuevan el bienestar físico y emocional de los trabajadores de la salud, especialmente en contextos de alta exigencia y riesgo.

11. Recomendaciones

El bienestar mental es un componente integral de la salud y está determinada por múltiples factores tanto intrínsecos como extrínsecos que pueden ser tanto protectores como de riesgo. Los profesionales de Enfermería y Medicina tienen una alta exigencia física, mental y emocional producto de la dinámica laboral e interacción con el medio al cual se enfrentan. Por tal motivo, es necesario que estos profesionales cuenten con varias estrategias que ayude a mitigar posibles alteraciones a la salud mental.

La promoción y protección de la salud mental y tener conocimiento frente a estos factores influyentes, permitiría no solo identificar el problema sino establecer estrategias de intervención oportunas para que los profesionales de medicina enfermería puedan obtener un estado de salud con mayor equilibrio.

Se sugiere dar continuidad de este tema como una investigación de campo ayudaría a tener una identificación concreta de esos factores asociados a la salud mental en profesional de enfermería y medicina. Ello ayudaría no solo a conocer las características del contexto sino a evidenciar e intervenir una problemática y las consecuencias que produjo la pandemia por Covid-19.

Así mismo, se recomienda que las instituciones de salud deben contar con programas y personal que brinde una ruta atención para la identificación y atención de factores de riesgo para hacer un abordaje adecuado a las necesidades particulares. Los profesionales de enfermería y medicina también deben propender, por sus propios medios, de mantener relaciones saludables con familiares y compañeros de trabajo y procurar aprender estrategias para el afrontamiento, identificación, reconocimiento y aceptación de las emociones.

12. Referencias bibliográficas

1. Espinoza-Ascurra G, Gonzales-Graus I, Meléndez-Marón M, Cabrera R. Prevalence and factors associated with depression in healthcare personnel during the SARS-CoV-2 pandemic in the Department of Piura, Peru. Rev Colomb Psiquiatr (Engl) [Internet]. 2024;53(1):63–72. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1016/j.rcpeng.2021.11.003
2. Monterrosa-Castro A, Dávila-Ruiz R, Mejía-Mantilla A, Contreras-Saldarriaga J, Mercado-Lara M, Flores-Monterrosa C. Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. MedUNAB. 2020;23(2): 195-213. doi: 10.29375/01237047.3890
3. Da Silva MCP, De Queiroz VC, Da Costa Andrade SS, Souto Silva CC, Da Silva Pereira VCL. Adoecimento mental entre os profissionais de saúde durante a pandemia pela COVID-19. Enferm Glob [Internet]. 2024;23(1):206–55. Disponible en: https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v23n73/1695-6141-eg-23-73-206.pdf
4. Andrechuk CRS, Caliari J de S, Santos MA dos, Pereira FH, Oliveira HC, Ceolim MF. The impact of the COVID-19 pandemic on sleep disorders among Nursing professionals. Rev Lat Am Enfermagem [Internet]. 2023;31. Disponible en: https://www.scielo.br/j/rlae/a/Mmg3d6wDSGCjPPJq8CKHg6s/?format=pdf&lang=es
5. Vista do OS ENFERMEIROS E A SÍNDROME DE BURNOUT NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19 [Internet]. Com.br. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3208/3908
6. Edu.co. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/1126/Trabaio%20de%20grado.pdf?sequence=1
7. Edu.co. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://repositorio.udes.edu.co/server/api/core/bitstreams/661c95b9-0f4b-45d7-b9e2-28e579111ccb/content

8. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: http://file:///C:/Users/SONY/Downloads/7.pdf
9. Molina Velásquez JI, Erazo Salas SP. Síndrome de desgaste profesional en el personal de salud durante la pandemia de COVID-19. Alerta (San Salvador) [Internet]. 2024;7(1):88–95. Disponible en: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2024/01/1526720/document-desgaste.pdf
10. View of Psychological distress of mental health workers in a pandemic context and associated factors: a cross-sectional study [Internet]. Uff.br. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/6713/html_pt

11. Original A. Estrés, ansiedad y depresión en [Internet]. Nih.gov. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10395996/pdf/04435117-60-5-556.pdf
12. Esteban-Sepúlveda S, Terradas-Robledo R, Castro-Ribeiro T, García-Pagès E, Sobregrau-Sangrà P, Lacueva-Pérez L. Pandemia COVID-19 sobre profesionales sanitarios en un hospital de tercer nivel en España: cambios laborales durante la primera ola, salud mental a los 4 meses y seguimiento a los 9 meses. Enferm Clin [Internet]. 2022;32(3):143–51. Disponible en: https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1130862122000110
13. Vista do Prevalência de transtornos psiquiátricos de pessoas em situação de rua em um grande centro urbano no Brasil [Internet]. Org.br. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/3697/1958
14. Edu.co. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/3042
15. Espinoza-Ascurra G, Gonzales-Graus I, Meléndez-Marón M, Cabrera R. Prevalencia y Factores Asociados con Depresión en Personal de Salud Durante la Pandemia de SARS-CoV-2 en el Departamento de Piura, Perú. Rev Colomb Psiquiatr [Internet]. 2024;53(1):63–72. Disponible en: https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0034745021001797

16. Unirioja.es. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8912329
17. Córdova Huacayco CC, Espinoza Moreno T. Percepción de enfermeras intensivistas sobre las condiciones de trabajo durante la COVID-19. Rev Cubana Enferm [Internet]. 2023 [citado el 10 de noviembre de 2024];39. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192023000100041
18. De Juan Pérez A, Seguí Crespo M del M. Revisión sistemática y metaanálisis sobre la prevalencia de depresión, ansiedad e insomnio en trabajadores sanitarios durante la pandemia de COVID-19. Arch Prev Riesgos Labor [Internet]. 2021 [citado el 10 de noviembre de 2024];24(3):310–5. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-25492021000300310
19. Castro HM, Prieto MA, Muñoz AM. Prevalencia de síndrome de burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19 y factores asociados. Estudio de corte transversal. Medicina (B Aires) [Internet]. 2022 [citado el 10 de noviembre de 2024];82(4):479–86. Disponible en: https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0025-76802022000600479
20. La salud mental de los trabajadores de salud en Guatemala durante la pandemia de COVID-19: resultados de base del estudio de cohortes HÉROES [Internet]. Paho.org. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://journal.paho.org/es/articulos/salud-mental-trabajadores-salud-guatemala-durante-pandemia-covid-19-resultados-base
21. Caldichoury N, García-Roncallo P, Saldías C, Zurita B, Castellanos C, Herrera-Pino J, et al. Impacto psicológico del COVID-19 en los trabajadores sanitarios durante el segundo año de pandemia en Latinoamérica: estudio de encuesta transversal. Rev Colomb Psiquiatr [Internet]. 2023; Disponible en: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10103623/pdf/main.pdf
22. García-Iglesias JJ, Gómez-Salgado J, Martín-Pereira J, Fagundo-Rivera J, Ayuso-Murillo D, Martínez-Riera JR, et al. Impacto del SARS-CoV-2 (Covid-19) en la salud mental de los profesionales sanitarios: una revisión sistemática. Rev Esp Salud

Pública [Internet]. 2020 [citado el 8 de mayo de 2024];94. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32699204/

23. Luna D, Figuerola-Escoto RP, Sienra-Monge JJL, Hernández-Roque A, Soria-Magaña A, Hernández-Corral S, et al. Burnout y su relación con el engagement laboral en profesionales de la salud: una aproximación al análisis del perfil latente. Sanidad (Basilea) [Internet]. 2023 [citado el 8 de mayo de 2024];11(23):3042. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38063610/

24. Fraguas D, Zarco J, Balanzá-Martínez V, Blázquez García JF, Borràs Murcia C, Cabrera A, et al. Humanización en los planes de salud mental en España. Revista Española de Psiquiatría y Salud Mental [Internet]. 2024 [citado el 8 de mayo de 2024];17(2):71–80. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34492375/

25. Danet Dante A. Impacto psicológico de la COVID-19 en profesionales sanitarios de primera línea en el ámbito occidental. Una revisión sistemática. Med Clin (Barc) [Internet]. 2021 [citado el 8 de mayo de 2024];156(9):449–58. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33478809/

26. Samper Amargós M, González-Viana A, Vergara Duarte M, Rua MIP. El rol de la enfermería en el ámbito de la salud pública. Gac Sanit [Internet]. 2023 [citado el 8 de mayo de 2024];37(102337):102337. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38007960/

27. Rodríguez-Jiménez M, Guerrero-Barona E, García-Gómez A. Salud mental y capital psicológico en profesionales sanitarios españoles durante la pandemia de COVID-19. Med Clin (Barc) [Internet]. 2021 [citado el 8 de mayo de 2024];156(7):357–8. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33618837/

28. Pool, M., Sorsdahl, K., Myers, B. y van der Westhuizen, C. (2024). Prevalencia y factores asociados a síntomas depresivos y de ansiedad durante la pandemia de COVID-19 entre los trabajadores de la salud en Sudáfrica. *PloS One* , *19* (3), e0299584. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0299584

29. Pestana, D., Moura, K., Moura, C., Mouliakis, T., D'Aragon, F., Tsang, JLY y Binnie, A. (2024). El impacto de la carga de trabajo de la COVID-19 en la angustia psicológica entre los trabajadores sanitarios de las unidades de cuidados intensivos canadienses durante la primera ola de la pandemia de la COVID-19: un estudio de

cohorte longitudinal. *PloS One* , *19* (3), e0290749. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0290749

30. Anger, WK, Dimoff, JK y Alley, L. (2024). Abordar la salud mental de los trabajadores de la salud: una revisión sistemática de intervenciones basadas en evidencia y recursos actuales. *American Journal of Public Health* , *114* (S2), 213–226. https://doi.org/10.2105/ajph.2023.307556

31. *Vista do Prevalência de transtornos psiquiátricos de pessoas em situação de rua em um grande centro urbano no Brasil*. (s/f). Org.br. Recuperado el 30 de agosto de 2024, de https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/3697/1958

32. Claves para cuidar la salud mental de los profesionales de la salud [Internet]. Edu.co. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.unisabana.edu.co/portaldenoticias/tutoriales/nuestros-profesionales-de-la-salud-deben-cuidar-su-salud-mental/

33. [citado el 11 de noviembre de 2024]. Disponible en: http://file:///C:/Users/SONY/Downloads/Dialnet-ReflexionarSobreElSufrimientoMentalAcercaAlCuidado-7314222%20(1).pdf

34. Teoría de Las Relaciones Interpersonales [Internet]. Escrito. [citado el 21 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://es.scribd.com/document/638099509/Teoria-de-Las-Relaciones-Interpersonales

35. Mental health [Internet]. Who.int. [citado el 11 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQiA88a5BhDPARIsAFj595isfi3b7fqbPfEnEg4OaeGfVD56zZAaG_6Dh7pE4dRFmCZscPcaRh4aApG0EALw_wcB

36. Alves B/. O/. DeCS [Internet]. Bvsalud.org. [citado el 11 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://decs.bvsalud.org/es/ths/resource/?id=59890

37. Resultados de búsqueda [Internet]. Who.int. [citado el 11 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.who.int/es/home/search-results?indexCatalogue=genericsearchindex1&searchQuery=atencion%20a%20la%20salud%20mental&wordsMode=AnyWord4

38. Wikipedia contributors. Carga de trabajo [Internet]. Wikipedia, The Free Encyclopedia. Disponible en: https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Carga_de_trabajo&oldid=125512300

39. Wikipedia contributors. Enfermería [Internet]. Wikipedia, The Free Encyclopedia. Disponible en: https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Enfermer%C3%ADa&oldid=163375807

40. Diccionario de cáncer del NCI [Internet]. Cancer.gov. 2011 [citado el 11 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/medico

41. Conoce los signos del desgaste laboral [Internet]. Mayo Clinic. [citado el 11 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/burnout/art-20046642

42. Galatea C. Agotamiento emocional de los profesionales de la salud [Internet]. Clínica Galatea. 2018 [citado el 11 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.clinica-galatea.com/es/bloc/agotamiento-emocional-profesionales-salud/

43. La cual se establece las normas científicas P, la investigación en salud. T y. AP. RESOLUCION NUMERO 8430 DE 1993 [Internet]. Gobernador.co. [citado el 22 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/de/dij/resolucion-8430-de-1993.pdf

44. Conicyt.cl. [citado el 22 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.conicyt.cl/fondap/files/2014/12/DECLARACI%C3%93N-SINGAPUR.pdf

45. De L 23. Departamento Administrativo de la Función Pública [Internet]. Gobernador.co. [citado el 22 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=3431

46. LEY 1032 DE 2006 [Internet]. Gov.co. [citado el 22 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?id=1672937