

ESTRÉS LABORAL CRÓNICO Y LA RESILIENCIA EN PROFESIONALES SANITARIOS

Marina R. Ramírez¹, Evelin Astrid Calva Camacho²

(Recibido en abril 2023, aceptado en mayo 2023)

¹Licenciada en Psicología: Doctor PhD en Psicología ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9328-1707>., Universidad Técnica Particular de Loja. ²Licenciada en Psicología: Maestría en Psicología Clínica con mención en Psicología de la Salud, ORCID <https://orcid.org/0000-002-6453-8681>

mrramirez@utpl.edu.ec; eacalva1@utpl.edu.ec

Resumen: El estrés laboral crónico es el agotamiento emocional, que aumenta el riesgo del absentismo. Puede presentarse especialmente en profesiones que mantienen una relación directa con personas como el personal sanitario. Por tal razón, la resiliencia juega un papel importante para construir conductas vitales positivas. El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre el estrés laboral crónico y la resiliencia en una muestra de 359 cuidadores formales. La investigación fue cuantitativa, descriptiva y transaccional. Los instrumentos utilizados fueron el Maslach Burnout Inventory (MBI) y la Bief resilience scale (BRS). Entre los resultados más relevantes se evidenciaron que la resiliencia mantuvo una media de 18.33 y se encontró una relación significativa negativa entre despersonalización y resiliencia. Al respecto, se puede indicar que la resiliencia en este estudio se considera como una variable moduladora ante la presencia de la despersonalización.

Palabras Clave: Cansancio emocional, despersonalización, baja realización personal, resiliencia.

EMOTIONAL EXHAUSTION, DEPERSONALIZATION, LOW SELF-FULFILLMENT, RESILIENCE

Abstract: Chronic work stress is emotional exhaustion, which increases the risk of absenteeism. It can occur especially in professions that have a direct relationship with people such as healthcare workers. For this reason, resilience plays an important role in building positive life behaviors. The objective of this research was to determine the relationship between chronic work stress and resilience in a sample of 359 formal caregivers. The research was quantitative, descriptive and transactional. The instruments used were the Maslach Burnout Inventory (MBI) and the Bief resilience scale (BRS). Among the most relevant results, it was evidenced that resilience maintained a mean of 18.33 and a significant negative relationship was found between depersonalization and resilience. In this regard, it can be indicated that resilience in this study is considered as a modulating variable in the presence of depersonalization.

Keyword: Emotional exhaustion, depersonalization, low personal fulfillment, resilience.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el estrés crónico es un problema importante que afecta a la sociedad. Este tipo de estrés es común en ciertas profesiones que implican una interacción directa con personas y se caracteriza por el agotamiento físico o emocional, con efectos que suelen resultar en un aumento del absentismo o incluso en la renuncia al trabajo (Peña et al., 2018) siendo el caso de los profesionales de salud que son un grupo con alta prevalencia, debido a los factores de riesgo psicosociales a los que están expuestos como es la alta carga laboral, horarios extensos y rotativos, alta demanda de pacientes, presión laboral entre otros (García et al., 2018), de forma que, si esta persiste largo tiempo, tendrá consecuencias nocivas que se verán reflejadas en forma de enfermedad o manifestación clínica psicológica (Ramírez et al., 2019).

La Organización Mundial de la Salud [OMS] (2019) ha reconocido al estrés laboral crónico como un riesgo laboral que, a partir del 1 de enero del 2022, se lo incluyó en la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud (CIE-11) como una complicación relacionada con el empleo o el desempleo. El término burnout o estrés laboral crónico se utiliza desde hace más de 50 años; este anglicismo que puede traducirse como “quemarse en el trabajo” apareció por primera vez en 1961 y, en 1974, siendo Freudenberger el primer teórico que lo acuña para describir a las personas que sufrían desmotivación por el trabajo hasta llegar al agotamiento (Carlin y Garcés, 2013).

En cuanto a la prevalencia de burnout en el ámbito territorial de Ecuador, se puede mencionar el estudio llevado a cabo por Ramírez (2017), cuyo objetivo fue determinar la cantidad de casos del síndrome y sus dimensiones, así como también los factores asociados, los resultados mostraron una prevalencia del 4.2 % de burnout, y en cuanto a las dimensiones, se encontró una prevalencia del 26.5 % de agotamiento emocional, 25.9 % de despersonalización y 42.2 % de baja realización personal. La investigación concluyó que los profesionales con mayor riesgo de sufrir estrés laboral crónico son aquellos que tienen más de 12 años de experiencia, trabajan jornadas extensas de más de 8 horas diarias y atienden a más de 18 pacientes al día;

cabe recalcar que este síndrome es un paso intermedio entre el estrés y las consecuencias, de forma que, si no es tratado y permanece largo tiempo, tendrá efectos perjudiciales que se verán reflejados en forma de enfermedad, estados críticos de ansiedad, depresión, alteraciones conductuales y síntomas somáticos. Por tal razón, es importante que, como medida preventiva, las diferentes instituciones implementen programas enfocados en desarrollar la resiliencia, para mejorar la capacidad de respuesta del personal sanitario durante situaciones estresantes (Ramírez y Ontaneda, 2019). A lo largo del tiempo han sido muchas las enfermedades a nivel físico, cognitivo y emocional que pueden presentarse en una persona, las mismas pueden llegar a tener consecuencias graves logrando afectar el entorno en el que se desenvuelve un individuo, es por ello que, para tratar de contrarrestar un poco estas consecuencias, en el ser humano existe un mecanismo de defensa denominado resiliencia, que de acuerdo a la postura de Rodríguez y Ortunio, (2019) se menciona que esta variable está vinculada con la capacidad para construir conductas vitales positivas, considerándola como un factor de protección de la salud, que engloba la adaptación favorables dentro de un contexto, permitiendo al profesional entender cómo y por qué algunas personas resisten y se benefician de experiencias extremadamente adversas (Caro y Rodríguez, 2018).

Cabe destacar que una persona que posee resiliencia es capaz de adaptarse a diversas situaciones desfavorables que se presentan en su entorno, demostrando creatividad al ser capaz de concebir distintas alternativas ante los problemas. Además, es una persona que confía en sí misma, conociendo efectivamente sus fortalezas. Por último, se presenta como una persona realista con objetivos y metas apropiados y alcanzables. En función de estas características, se puede afirmar que las personas resilientes son capaces de hacer frente a sus problemas, evitando que los mismos afecten su vida personal, familiar, social y laboral (Brooks y Golstein, 2010; Lara et al., 2001; Munist et al., 1998).

En consecuencia, en los últimos años varios autores han estudiado la relación que tiene esta variable con respecto al estrés laboral crónico, siendo el caso de Cerezo et al., (2017) quien establece que un factor

que juega un papel importante en la resiliencia es el engagement, el desarrollo del mismo contribuye a que el profesional, logre transformar todos los aspectos negativos de su entorno laboral en positivos y así sacar provecho de los mismos.

De forma paralela Wang et al., (2020) realizó un estudio con 479 médicos y encontró una prevalencia del 38,2 % de burnout, con dimensiones de 36,4 % de agotamiento emocional alto, 15,1 % de despersonalización alta y 7,9 % de logro personal bajo. La puntuación media de resiliencia fue de 74, indicando que el personal con una edad promedio de 60 años tiene mejor resiliencia en comparación con aquellos ≤ 40 . El estudio concluyó que uno de cada tres médicos tenía un alto grado de estrés laboral crónico, por lo tanto, la prevención debería centrarse en fortalecer las habilidades de resiliencia a nivel individual a través de intervenciones sistemáticas en todos los niveles organizacionales. En resumen, se puede concluir que la resiliencia generalmente se considera una variable protectora o moduladora contra las diferentes consecuencias del de estrés laboral crónico, ya que un mejor nivel de resiliencia ayuda a mantener un equilibrio entre los factores estresantes, el desempeño laboral y la calidad de vida.

METODO

Diseño: Este estudio tuvo un enfoque cuantitativo, alcance descriptivo, trasversal y correlacional dado que se realizó en un único momento.

Participantes: La población para realizar el presente estudio fueron cuidadores formales, que prestaban sus servicios de salud en el área de medicina, enfermería o auxiliar de enfermería y que se encontraban laborando bajo relación de dependencia o como adscrito a una institución pública o privada, con un año mínimo de experiencia.

La muestra de estudio fue de accesibilidad y no probabilística, comprendida por 359 participantes que cumplieron los criterios de inclusión. En cuanto a las características más sobresalientes, el 15.9 % eran del sexo masculino y un 84.1 % del sexo femenino, con una media de 35.5 años, aproximadamente, y una media de 1.4 respecto al número de hijos e hijas. En relación con el tipo de profesión, se trabajó con un 43.7 % de auxiliares de enfermería, un 45.4 % de licenciados y

licenciadas en enfermería y un 10.9 % de médicos y médicas.

Instrumentos.

Para la realización de este estudio se utilizó el Inventario del estrés laboral crónico, su autor corresponde a Maslach y Jackson [MBI] (1986); versión española Seisdedos (1997) y se trata de un reactivo que está diseñado para valorar el síndrome de *burnout* en sus tres aspectos fundamentales: cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal. Este instrumento esta conformado por 22 ítems y utiliza una escala de Likert, que van de 0 a 6. La puntuación de 0 indica que el suceso nunca ocurre, mientras que 6 indica que ocurre todos los días. Las puntuaciones intermedias reflejan la frecuencia de aparición entre los dos extremos.

En cuanto a confiabilidad y validez Calderón-De la Cruz y Merino-Soto, (2020) manifestaron una alta confiabilidad mediante alfa de Cronbach $\alpha = 0.845$ y coeficiente omega $\omega = 0.918$ y una validez de la estructura interna; evaluada a través del análisis factorial exploratorio y confirmatorio demostrando una estructura interna de tres factores con reducción de tres ítems.

Como segundo instrumento se utilizó, el Bief resilience scale (BRS), Smith et al., (2008); versión española de Rodríguez-Rey et al., (2016), es una escala que consta de 6 ítems dirigidos a evaluar el grado resiliencia o capacidad de las personas de adaptarse al estrés y situaciones adversas, utiliza una escala tipo Likert, en donde 1 corresponde a muy en desacuerdo a 5 muy de acuerdo, tiene una puntuación máxima es de 30 puntos, que a mayor puntuación mayor resiliencia, finalmente es importante mencionar que la fiabilidad o consistencia interna (alfa de Cronbach) para nuestro estudio es de 0.54. Por último, se utilizó el Cuestionario Sociodemográfico, mismo que tuvo como finalidad recolectar datos personales y laborales como: sexo, edad, número de hijos y años de experiencia que serán de utilidad en este estudio.

Procedimiento: Desde la Dirección de la Universidad Técnica Particular de Loja, se realizó una invitación a los cuidadores formales de instituciones públicas y privadas que se encargaban de prestar

servicios de atención en centros de salud y centros gerontológicos en de las provincias Pichincha, Azuay, Guayas, Loja y Esmeraldas para participar del estudio. Posterior a esta selección se procedió con aplicación la batería de instrumentos a los participantes. Finalmente los datos recolectados fueron procesados a través del SPSS y con los criterios de inclusión y exclusión se realizó el tratamiento de los mismos.

Consideraciones éticas: Todos los participantes

dieron su consentimiento informado. La participación fue voluntaria y gratuita, sin ningún incentivo económico o de otro tipo. El estudio se llevó a cabo en conformidad con la última revisión de la Declaración de Helsinki.

RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos de la información procesada previamente con la muestra de estudio.

Tabla 1. Descriptivos de las dimensiones de burnout

	M	DT	Max.	Min.
Agotamiento emocional	16.25	9.94	53	0
Despersonalización	5.24	5.20	24	0
Baja realización personal	34.96	10.24	48	0

Nota: Inventario del estrés laboral crónico de Maslach (MBI)

Con respecto a los resultados de las dimensiones de burnout, se encontró que el agotamiento emocional mantiene una $\bar{x}=16.25$; σ de 9.94, mientras que en despersonalización una $\bar{x}= 5.24$; σ de 5.24 y finalmente

para baja realización personal una $\bar{x}= 34.96$; σ de 10.24 destacándose como la puntuación más alta entre las tres variables.

Tabla 2. Descriptivos de la escala de resiliencia

	M	DT	Max.	Min.
Resiliencia (BRS)	18.33	3.61	30	6

Nota: Bief Resilience Scale (BRS).

Referente a la resiliencia, se indica que la media en los cuidadores formales fue del 18.33, con una desviación

estándar del 3.61.

Tabla 3. Correlaciones entre dimensiones del estrés laboral crónico y la resiliencia

	Agotamiento emocional			Despersonalización			Realización personal			Burnout		
	r	p	n	R	p	N	R	p	n	r	P	n
Resiliencia	.092	.081	359	-.173**	.001	359	-.069	.190	359	.070	.189	359

Nota: Bief Resilience Scale (BRS); Inventario del estrés laboral crónico de Maslach (MBI).

De acuerdo al análisis de la tabla 3, se puede indicar que en lo que respecta al agotamiento emocional y la resiliencia, no se evidenció una relación significativa $r(359) = .092$ $p .081$, en cuanto a despersonalización y resiliencia se encontró una relación significativa negativa $r(359) = -.173$ $p .001$, por otro lado referente a realización personal con resiliencia no se evidenció una correlación relación significativa $r(359) = -.069$ $p .190$, finalmente entre burnout y resiliencia no se encontró

una relación significativa $r(359) = .070$.

DISCUSIÓN

En la actualidad el estudio del síndrome de burnout en médicos, enfermeras y auxiliares de enfermería es indispensable, debido a que posibilita realizar una amplia búsqueda de alternativas, que permitan mitigar el desarrollo o aparición de este síndrome, de tal manera que se pueda mejorar la calidad de vida de

estos profesionales, por tal razón el presente estudio tuvo como objetivo examinar la relación entre el burnout y la variable moduladora resiliencia en cuidadores formales.

Con base en lo anterior y después de haber analizado los datos obtenidos se logró evidenciar a través de los resultados, que en cuanto las dimensiones de burnout, el agotamiento emocional mantuvo una media de 16.25 valores que se asemejan con los de los estudios de autores como (Arias y Muñoz, 2016; Di Trani et al., 2021; Leskovic et al., 2020; Nowacka et al., 2018; Wang et al., 2020), en los que se obtuvieron medias equivalentes entre 17.20 y 24.8, a diferencia que la despersonalización obtuvo una media de 5.24 puntuación que se corrobora con los trabajos elaborados por (Elhadi et al., 2020; Muñoz et al., 2017 y Xu et al., 2020), con medias que oscilan entre 4.12 y 8.5 y finalmente la baja realización personal que es la variable con mayor afectación en los cuidadores formales, respecto al estrés laboral crónico, obtuvo una media de 34.96 que se puede constatar con la de los estudios (Di Trani et al., 2021; Di Giuseppe et al., 2021; Muñoz et al., 2017; Ortega et al., 2019) que encontraron una media que oscila entre 33.1 al 37.78 y ponen de manifiesto que la desmotivación de los trabajadores propicia una mayor vulnerabilidad para desarrollar síndrome de burnout o estrés laboral crónico.

Por otro lado, la resiliencia mantuvo una media de 18.33, lo que significó que los profesionales sanitarios presentaron un nivel que se encuentra de la media en cuanto a esta variable, que, aunque indique cierta capacidad para recuperarse y adaptarse a los desafíos de la vida, esta capacidad puede no ser tan fuerte, los resultados encontrados en el presente estudio se pueden corroborar con los puntajes encontrados los trabajos de (Georges et al., 2022; Rivas et al., 2021 y Zou et al., 2016) con una puntuación de 26.03 hasta 27.64 los mismos que establecen que esta variable, no solo es importante para mejorar la salud mental del personal de salud, sino también para amortiguar y minimizar las consecuencias negativas del burnout.

A su vez, Costales et al., (2020) llevó a cabo un estudio con 119 residentes, en el cual se encontró una prevalencia del síndrome de burnout del 10.9 % y una

tendencia del 37 % a padecer el síndrome, en donde la mayoría de los participantes presentaron una mediana resiliencia, dado que indican que no existe un buen nivel de adaptación al entorno por la presión laboral, cabe destacar que de acuerdo con el planteamiento de Da Silva-Rodríguez, (2019) se establece que una de las características principales de ser cuidador formal es ser empático, poniendo en práctica de manera efectiva las estrategias de afrontamiento, indispensables para mantener el control referente a cuidado, dado que el ser cuidador formal puede implicar volverse una persona que, al final de su jornada laboral, regrese a su hogar totalmente agotado, sin lograr desconectarse de los acontecimientos que ha vivido a lo largo del día, por lo tanto, es importante que se la fortalezca la resiliencia con el fin de generar niveles elevados de tal manera que no sea un factor de riesgo, sino de protección (Santos et al., 2019).

En cuanto a la correlación se evidenció una relación significativa negativa, entre despersonalización y resiliencia, lo que coincide con los estudios de (Safiye et al., 2022; Viera et al., 2022; Zahednezhad et al., 2021) que hacen referencia a sin duda existe una afectación en este tipo de cuidadores dado que existen diferentes características que están asociadas a la sobrecarga, siendo una de ellas el grado de dependencia para realizar actividades cotidianas con respecto a cuidado, por lo que presentan cierta desconexión hacia su trabajo (Torres et al., 2018) y por esta razón resultaría fundamental que se fortalezca la resiliencia ya que implica el desarrollo de habilidades personales y otras oportunidades para mantener un buen estado de ánimo después de circunstancias estresantes, sensatez y juicio correcto, en donde los hallazgos de estas investigaciones permiten indicar que una buena resiliencia en los trabajadores de la salud debería incluir conocimientos y habilidades que los protegen de experimentar sobrecarga emocional y agotamiento en el trabajo, envolviendo diferentes experiencias de frustración y estrés al trabajar con pacientes (Ferreira et al., 2021).

Finalmente, es importante destacar que esta investigación aporta al análisis de la relación entre estrés laboral crónico y resiliencia en profesionales de la salud, no obstante, se debe recalcar que a pesar

de ciertas limitaciones que existieron en la búsqueda de información referente prevalencias de resiliencia, los resultados encontrados permitirán abrir una vía pertinente para futuras investigaciones con una muestra más amplia.

CONCLUSIONES

En relación a los resultados obtenidos, se concluye que los profesionales de la salud son una población prevalente a padecer estrés laboral crónico dado que, están expuestos a constantes factores de riesgo, como altas cargas laborales, horarios extendidos, alta demanda de pacientes, entre otros, que puede llevar al agotamiento emocional, por esta razón, es necesario que las instituciones de salud implementen estrategias efectivas para prevenir este tipo de estrés entre sus profesionales, las mismas pueden incluir programas de apoyo emocional y psicológico, capacitación en técnicas de afrontamiento y gestión del estrés, además de la promoción de un ambiente laboral positivo y saludable, con el fin de mejorar los niveles de resiliencia.

Con respecto a los niveles de resiliencia de los cuidadores formales, se encontró que mantienen una media de 18.33, por lo tanto, se concluye que, aunque estos profesionales tengan niveles de resiliencia por encima de la media, evidenciando un déficit en cuanto a la capacidad para recuperarse de los desafíos y situaciones estresantes que enfrentan en su trabajo diario, por lo tanto es importante que se preste atención al bienestar de los trabajadores de la salud y se brinde el apoyo necesario para mejorar su capacidad de resiliencia.

En cuanto a la relación se encontró una correlación negativa entre despersonalización y resiliencia, donde la despersonalización y la falta de resiliencia están relacionadas y pueden contribuir a la insatisfacción laboral y al agotamiento en los trabajadores de la salud, razón por la cual, es importante que las organizaciones de salud fomenten un ambiente de trabajo saludable para apoyar a los trabajadores de la salud en el desarrollo de habilidades de resiliencia y empatía, que permita mejorar el nivel de satisfacción por la vida. Finalmente, es importante acotar que este trabajo favorece para futuras líneas de investigación, dado que el estudio de las variables moduladoras como la

resiliencia, resulta beneficioso para la prevención del estrés laboral crónico en los cuidadores formales.

Referencias/Bibliografía.

- Arias, W., y Muñoz, A. (2016). Síndrome de burnout en personal de enfermería de Arequipa. *Revista Cubana de Salud Pública*, 42, 559-575. <https://www.medigraphic.com/cgibin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=68264>
- Brooks, R. y Goldstein, S. (2010). *El poder de la Resiliencia*. Barcelona, Ed. Paidós Ibérica.
- Calderón-De la Cruz G., y Merino-Soto C. (2020). Analysis of the internal structure of the Maslach Burnout Inventory (Human Service Survey) in peruvian Physicians. *Rev Cienc Salud*. 18(2),1-17. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.9275>
- Carlin, M., Garcés, E. (2013). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26 (1), 169-180. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16713758020>
- Caro, P., y Rodríguez, B. (2018). Potencialidades de la resiliencia para los profesionales de Enfermería. *Index de Enfermería*, 27(2), 42-46. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962018000100009
- Cerezo, J., Bernabé, M., Lisbona, A., y Palací, F. (2017). La socialización de los profesionales sanitarios y el papel de la resiliencia en el desarrollo de conductas de bienestar en el trabajo. *Revista de Calidad Asistencial*, 32, 27-32. <https://doi.org/10.1016/j.cali.2016.06.004>
- Costales, L., Carrión, F., Gea, E., Montero, M. (2020). La resiliencia relacionada con el desarrollo del síndrome de burnout en residentes posgradistas de pediatría. Polo del 71 Conocimiento. *Revista científico – profesional*. 5 (2), 105-124. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7435301>
- Da Silva Rodríguez, C. (2019). Ser cuidador: estrategias para el cuidado del adulto mayor. *El Manual Moderno*. <https://elibro.net/es/ereader/bibliotecaupl/131268?page=22>
- Di Giuseppe, M., Nepa, G., Prout, T., Albertini, F., Marcelli, S., Orrù, G., y Conversano, C. (2021). Stress, Burnout, and Resilience among Healthcare Workers during the COVID-19 Emergency: The Role

- of Defense Mechanisms. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 52-58. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105258>
- Di Trani, M. Mariani, R., Ferri, R., De Berardinis, D., y Frigo, M. (2021). From Resilience to Burnout in Healthcare Workers During the COVID-19 Emergency: The Role of the Ability to Tolerate Uncertainty. *Front. Psychol.* 12, (646435), 1-10 <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646435>
- Elhadi, M., Msherghi, A., Elgzairi, M., Alhashimi, A., Bouhuwaish, A., Biala, M., Abuelmeda, S., Khel, S., Khaled, A., Alsoufi, A., Elmabrouk, A., Alshiteewi, F., Hamed, T., Alhadi, B., Alhaddad, S., Elhadi, A., y Zaid, A. (2020) Burnout Syndrome Among Hospital Healthcare Workers During the COVID-19 Pandemic and Civil War: A Cross-Sectional Study. *Front. Psychiatry*, 11, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.579563>
- Ferreira, P. y Gomes, S. (2021) The Role of Resilience in Reducing Burnout: A Study with Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic. *Soc. Sci.* 10 (9), 2-17 <https://doi.org/10.3390/socsci10090317>
- García, C. C., Rísquez, I. R., Fernández, L. E., y Roche, E. M. (2018). Factores de estrés laboral en el personal de enfermería hospitalario del equipo volante según el modelo de demanda-control-apoyo. *Enfermería Global*, 17(2), 304-324. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.17.2.277251>.
- Georges, M., Roberts, L., Johnston, T., Nick, J., y Dehom, S. (2022). Burnout, autoeficacia y resiliencia en enfermeras haitianas: un estudio transversal. *Revista de Enfermería Holística*. 40(4), 310-325. <https://dx.doi.org/08980101211065600>
- Leskovic, L., Erjavec, K., Leskovic, R., y Vukovič, G. (2020). Burnout and job satisfaction of healthcare workers in Slovenian nursing homes in rural areas during the COVID-19 pandemic. *Ann Agric Environ Med*, 27(4), 664-671. <https://doi.org/10.26444/aaem/128236>
- Maslach, C., y Jackson, S. (1986). *MBI: Maslach Burnout Inventory, Manual Research Edition*. Palo Alto.
- Muniz, M., Santos, H., Kotliarenko, Suárez, N., Infante, F. y Grotberg, E. (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. Kellogg
- Muñoz, J., Martínez, N., Lázaro, M., Carranza, A., y Martínez, M. (2017). Análisis de impacto de la crisis económica sobre el síndrome de Burnout y resiliencia en el personal de enfermería. *Enfermería Global*, 16(46), 315-335. <https://doi.org/10.6018/eglobal.16.2.239681>
- Nowacka, A., Piskorz, A., Wolfshaut-Wolak, R., Piątek, J., y Gniadek, A. (2018). Factores sociodemográficos y ocupacionales seleccionados del síndrome de agotamiento en enfermeras empleadas en instalaciones médicas en małopolska: resultados preliminares. *En t. J. Environ. Res. Salud Pública*, 15 (10), 1-16. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102083>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11). <https://www.who.int/classifications/icd/en/>
- Ortega-Campos, E., Cañadas-De la Fuente, G., Albendín-García, L., Gómez-Urquiza, J., Monsalve-Reyes, C., y de la Fuente-Solana, E. (2019). Estudio multicéntrico de variables psicológicas y prevalencia de Burnout en enfermeras de atención primaria de salud. *Revista internacional de investigación ambiental y salud pública*, 16 (18), 32-42. <https://doi.org/10.3390/ijerph16183242>
- Peña, J., Raso, P., y Ferrero, B. (2018). *El síndrome de burnout en los docentes*. Pirámide.
- Ramírez, M., y Ontaneda, M., (2019). Prevalencia del síndrome de burnout y su relación con el afrontamiento en profesionales de la salud de la zona 7. *European Journal of Health Research*, 5. 75. <https://doi.org/10.30552/ejhr.v5i2.175>.
- Ramírez, M. (2017). Prevalencia del síndrome de burnout y la asociación con variables sociodemográficas y laborales en una provincia de Ecuador. *Revista INFAD de Psicología*, 1(4).1053. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v4.1053>
- Ramírez, M., Ontaneda, M., y Vivanco, M. (2019). Relación entre Síndrome de Burnout y la salud en enfermeras. Ciudad Quito. *Revista Cubana de Educación Superior*, 38(4). <http://www.rces.uh.cu/index.php/RCES/article/view/326>
- Rivas, N., López, M., Castro, M., Luis-Vian, S., Fernández-Castro, M., Cao, M., García, S., Velasco-Gonzalez, V., Jiménez, J. (2021). Analysis of Burnout Syndrome and Resilience in Nurses throughout the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study. *Int.*

- J. Environ. Res. Public Health.* 2, (18), 1-8
<https://doi.org/10.3390/ijerph181910470>
- Rodríguez, A., y Ortunio, M. (2019). Resiliencia en trabajadores de la salud de una unidad de cuidados intensivos pediátricos. *Revista Venezolana De Salud Pública*, 7(1), 27- 33 <https://revistas.ucla.edu.ve/index.php/rvsp/article/view/2182>
- Rodríguez-Rey, R., Alonso-Tapia, J., & Hernansaiz-Garrido, H. (2016). Reliability and Validity of the Brief Resilience Scale (BRS) Spanish Version. *Psychological Assessment*, 28(5), 101-110. <http://doi.org/10.1037/pas0000191>
- Safiye, T., Vukčević, B., Gutić, M., Milidrag, A., Dubljanin, D., Dubljanin, J., y Radmanović, B. (2022). Resilience, Mentalizing and Burnout Syndrome among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic in Serbia. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* 19 (11), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116577>
- Smith B., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher P, Bernard J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *Int J Behav Med.* 15(3), 194-200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Santos-Pascual, S., Arévalo-Manso, J., Río-Maroto, N., Cantón-Álvarez, B., San José -Sánchez, E., Cuéllar -Lázaro, M. (2019). Resiliencia, compromiso laboral y agotamiento profesional en personal de Enfermería. *Metas de Enfermería.* 22(5), 5-12. <https://doi.org/10.35667/MetasEnf.2019.22.1003081428>
- Torres-Avendaño, B., Agudelo-Cifuentes, M., Pulgarin-Torres, M., Berbesi-Fernández, D. (2018). Factores asociados a la sobrecarga en el cuidador primario. *Universidad y Salud*, 20(3), 261-269. <http://dx.doi.org/10.22267/rus.182003.130>
- Wang, J., Wang, W., Laureys E., y Di, H. (2020). Burnout syndrome in healthcare professionals who care for patients with prolonged disorders of consciousness: across-sectional survey. *BMC Health Services Research*, 20 (841), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12913-020-05694-5>
- Xu, W. , Pan, Z. , Li, Z. , Lu, S. , y Zhang, L. (2020). Agotamiento laboral entre los trabajadores de la atención primaria de la salud en las zonas rurales de China: un análisis multinivel. En t. *J. Environ. Res. Salud pública*, 17 (3), 1- 18. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030727>
- Zahednezhad, H., Zareiyan, A., y Zargar Balaye Jame, S. (2021) Relationship between quality of work-life, resilience and burnout among nursing professionals during COVID-19 pandemic in Iran: A cross-sectional study. *Belitung Nursing Journal.* 7(6), 508-515. <https://doi.org/10.33546/bnj.1702>
- Zou, G., Shen, X., Tian, X., Liu, C., Li, G., Kong, L. y Li, P. (2016). Correlaciones de angustia psicológica, agotamiento y resiliencia entre enfermeras chinas. *Salud industrial.* 54 (5), 389–395. <https://doi.org/10.2486/indhealth.2015-0103>