



UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
FACULTAD DE SALUD Y SERVICIOS SOCIALES

**TRABAJO DE TITULACIÓN DE GRADO PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA
PROPUESTA PRÁCTICA DEL EXAMEN DE GRADO O DE FIN DE
CARRERA (DE CARÁCTER COMPLEXIVO)**

INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

TEMA: Estrés de enfermería por la sobrecarga laboral en la pandemia Covid
19 en Milagro 2020 - 2021

Autores:

Srta. Zamora Villamar Natalhy Lisbeth

Srta. Zavala Avilez Jael Elizabeth

Acompañante:

Mgtr. Encalada Campos Grecia Elizabeth

Milagro, Octubre 2021

ECUADOR

DERECHOS DE AUTOR

Ingeniero.

Fabrizio Guevara Viejó, PhD.

RECTOR

Universidad Estatal de Milagro

Presente.

Yo, **Zamora Villamar Natalhy Lisbeth** en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales de la propuesta práctica de la alternativa de Titulación – Examen Complexivo: Investigación Documental, modalidad presencial, mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedo a hacer entrega de la Cesión de Derecho del Autor de la propuesta práctica realizado como requisito previo para la obtención de mi Título de Grado, como aporte a la Línea de Investigación **“ESTRÉS DE ENFERMERÍA POR LA SOBRECARGA LABORAL EN LA PANDEMIA COVID 19 EN MILAGRO 2020 – 2021”**, de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, concedo a favor de la Universidad Estatal de Milagro una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Milagro para que realice la digitalización y publicación de esta propuesta práctica en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Milagro, a los 25 días del mes de octubre del 2021



Zamora Villamar Natalhy Lisbeth

Autor 1

C.I: 0942447814

DERECHOS DE AUTOR

Ingeniero.

Fabrizio Guevara Viejó, PhD.

RECTOR

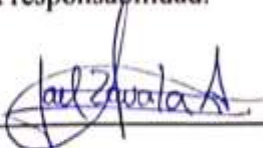
Universidad Estatal de Milagro

Presente.

Yo, **Zavala Avilez Jael Elizabeth** en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales de la propuesta práctica de la alternativa de Titulación – Examen Complexivo: Investigación Documental, modalidad presencial, mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedo a hacer entrega de la Cesión de Derecho del Autor de la propuesta práctica realizado como requisito previo para la obtención de mi Título de Grado, como aporte a la Línea de Investigación **Estrés de enfermería por la sobrecarga laboral en la pandemia Covid 19 en Milagro 2020 - 2021**, de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, concedo a favor de la Universidad Estatal de Milagro una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Milagro para que realice la digitalización y publicación de esta propuesta práctica en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.



Milagro, 25 de octubre del 2021

Zavala Avilez Jael Elizabeth

Autor 2

C.I: 1207004720

APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

Yo, **Encalada Campos Grecia Elizabeth** en mi calidad de tutor de la Investigación Documental como Propuesta práctica del Examen de grado o de fin de carrera (de carácter complejo), elaborado por las estudiantes Zamora Villamar Natalhy Lisbeth y Zavala Avilez Jael Elizabeth cuyo tema de trabajo de Titulación es **“ESTRÉS DE ENFERMERÍA POR LA SOBRECARGA LABORAL EN LA PANDEMIA COVID 19 EN MILAGRO 2020 – 2021”** , que aporta a la Línea de Investigación Salud Pública y Bienestar Humano Integral previo a la obtención del Grado LICENCIADA EN ENFERMERÍA; trabajo de titulación que consiste en una propuesta innovadora que contiene, como mínimo, una investigación exploratoria y diagnóstica, base conceptual, conclusiones y fuentes de consulta, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios para ser sometido a la evaluación por parte del tribunal calificador que se designe, por lo que lo APRUEBO, a fin de que el trabajo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación de la alternativa de del Examen de grado o de fin de carrera (de carácter complejo) de la Universidad Estatal de Milagro.

Milagro, 25 de octubre del 2021



Encalada Campos Grecia Elizabeth

Tutor

C.I: 0915318935

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR

El tribunal calificador constituido por:

MSc. ENCALADA CAMPOS GRECIA ELIZABETH

MGs. ESPINOZA CARRASCO FREDDY ANDRÉS

MSc. VASQUEZ ESPINOZA GABRIELA DE JESUS

Luego de realizar la revisión de la Investigación Documental como propuesta práctica, previo a la obtención del título (o grado académico) de LICENCIADA EN ENFERMERÍA presentado por la estudiante ZAMORA VILLAMAR NATALHY LISBETH

Con el tema de trabajo de Titulación: ESTRÉS DE ENFERMERÍA POR LA SOBRECARGA LABORAL EN LA PANDEMIA COVID 19 EN MILAGRO 2020 - 2021.




Otorga a la presente Investigación Documental como propuesta práctica, las siguientes calificaciones:

Investigación documental	[72]
Defensa oral	[16]
Total	[88]

Emite el siguiente veredicto: (aprobado/reprobado) Aprobado

Fecha: 25 de octubre de 2021

Para constancia de lo actuado firman:

Apellidos y Nombres	Firma
Presidente ENCALADA CAMPOS GRECIA ELIZABETH	
Secretario ESPINOZA CARRASCO FREDDY ANDRÉS (a)	
Integrante VASQUEZ ESPINOZA GABRIELA DE JESUS	

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR

El tribunal calificador constituido por:

MSc. ENCALADA CAMPOS GRECIA ELIZABETH

MGs. ESPINOZA CARRASCO FREDDY ANDRÉS

MSc. VASQUEZ ESPINOZA GABRIELA DE JESUS

Luego de realizar la revisión de la Investigación Documental como propuesta práctica, previo a la obtención del título (o grado académico) de LICENCIADA EN ENFERMERÍA presentado por la estudiante ZAVALA AVILEZ JAEL ELIZABETH

Con el tema de trabajo de Titulación: ESTRÉS DE ENFERMERÍA POR LA SOBRECARGA LABORAL EN LA PANDEMIA COVID 19 EN MILAGRO 2020 - 2021.


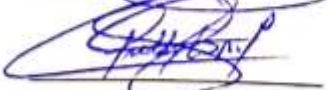
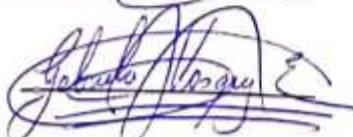
Otorga a la presente Investigación Documental como propuesta práctica, las siguientes calificaciones:

Investigación documental	[70]
Defensa oral	[19]
Total	[89]

Emite el siguiente veredicto: (aprobado/reprobado) Aprobado

Fecha: 25 de octubre de 2021

Para constancia de lo actuado firman:

Apellidos y Nombres	Firma
Presidente ENCALADA CAMPOS GRECIA ELIZABETH	
Secretario ESPINOZA CARRASCO FREDDY ANDRÉS (a)	
Integrante VASQUEZ ESPINOZA GABRIELA DE JESUS	

ESTRÉS DE ENFERMERÍA POR LA SOBRECARGA LABORAL EN LA PANDEMIA COVID -19

INFORME DE ORIGINALIDAD

10%

INDICE DE SIMILITUD

9%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

Submitted to National University College - Online

Trabajo del estudiante

1%

2

competencia.com.ec

Fuente de Internet

1%

3

blog.graduadosocialmadrid.org

Fuente de Internet

1%

4

www.liccei.edu.mx

Fuente de Internet

1%

5

Submitted to Aliat Universidades

Trabajo del estudiante

1%

6

scielo.isciii.es

Fuente de Internet

1%

7

actualidadradio.com

Fuente de Internet

<1%

8

repositorio.ucsg.edu.ec

Fuente de Internet

<1%

DEDICATORIA

Dedico mi trabajo a mi familia y amigos, un sentimiento especial de gratitud hacia mis padres, Betty y Rómulo, mis pilares fundamentales, los cuales me motivaron, aconsejaron y lucharon por mí sin importar nada y sin esperar nada a cambio, les dedico esto, porque esto es lo mínimo que ellos deben recibir, porque su amor incondicional lo merecen todo.

Mi papá que día a día se esforzó para poder sustentar mis estudios desde mis inicios académicos, mi mamá que siempre estuvo con el consejo preciso en tiempos de desesperación.

A mis hermanos los cuales siempre estuvieron y compartieron conmigo cada lágrima, cada risa y cada momento feliz de mi vida.

Y finalmente quiero dedicar a todas aquellas personas que me han sido mi apoyo a lo largo de mi vida. Y que me han acompañado en esta etapa, aportando a mi formación tanto profesional y como ser humano.

Natalhy Zamora Villamar

El presente trabajo se lo dedico a mis padres y hermanos, porque son lo más sagrado que tengo en la vida, por ser siempre mis principales motivadores y los formadores de lo que ahora soy como persona, sin ellos y sus consejos, su amor y su cariño yo no habría llegado hasta donde estoy, los amo.

De igual manera, se lo dedico a mi mejor amiga Arely, por siempre sacar la mejor versión de mí, por saberme escuchar, por no juzgarme. Por su apoyo incondicional a lo largo de estos años, te adoro *soulmate*.

En memoria de mi recordado hermano Anthony, por ser mi pequeño gran guerrero.

Jael Zavala Avilez

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi gratitud a Dios, por protegerme durante todo mi camino y darme fuerzas para superar obstáculos y dificultades a lo largo de toda mi vida y a toda mi familia por estar siempre presentes.

Mis agradecimientos a la Universidad Unemi, a toda la Facultad de Enfermería, a mis profesores quienes con la enseñanza de sus valiosos conocimientos hicieron que pueda crecer día a día como profesional. También quiero expresar mi más sincero agradecimiento a nuestra tutora, principal colaboradora durante todo este proceso, quien con su dirección, conocimiento, enseñanza y colaboración permitió el desarrollo de este trabajo.

A mis amigas de universidad, con quienes vivimos momentos inolvidables entre alegrías, bromas y angustias, lo que ha hecho que pasen a formar parte de nuestras vidas.

Y, por último, pero no menos importante, estaré eternamente agradecida con mi compañera de trabajo Jael Zavala por su apoyo incondicional en el transcurso de nuestra carrera universitaria, gracias por estar allí cuando necesitaba, hemos pasado por tantos momentos y ver que ya estamos a un paso de lograr nuestra meta es muy satisfactorio, juntas diremos lo logramos.

Natalhy Zamora Villamar

Me siento agradecida con Dios por los buenos momentos que me otorga a lo largo de mi vida, agradezco a la Universidad Unemi por las oportunidades que me han brindado, a mis licenciados y compañeros que, a lo largo de estos años de carrera, me brindaron conocimiento, apoyo y amistad. Agradezco mucho la ayuda de nuestra respectiva tutora por estar presta a lo largo del desarrollo del presente trabajo, por despejar nuestras dudas. Gracias por su guía y amistad.

A todas las personas que aportaron su ayuda y consejos durante el desarrollo de este estudio, fueron de gran importancia.

Por último, a Natahly Zamora, no solo por ser mi compañera de estudio durante el desarrollo de la presente investigación, si no por ser mi amiga, por su incondicional amistad desde el principio hasta el final de la carrera. Gracias por tu apoyo y paciencia, que sin ello no lo hubiéramos terminado.

Jael Zavala Avilez

ÍNDICE GENERAL

DERECHOS DE AUTOR.....	ii
DERECHOS DE AUTOR.....	iii
APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR	v
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR	vi
DEDICATORIA.....	vii
AGRADECIMIENTO	ix
ÍNDICE GENERAL	x
ÍNDICE DE FIGURAS	xii
RESUMEN	1
ABSTRACT	2
INTRODUCCIÓN.....	3
CAPÍTULO 1 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	6
Justificación	7
Objetivos.....	7
Objetivo General	7
Objetivos Específicos	7
CAPÍTULO 2 MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	9
SARS-COV 2.....	9
Taxonomía.....	9
Estructura y variantes	9
Morfología.....	10
Receptores para el ciclo de entrada y replicación del SARS-CoV-2	10
SÍNTOMAS DEL COVID.....	11
PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DEL COVID	11

Salud mental.....	12
Estrés laboral en enfermería.....	13
Sintomatología	13
Prevención.....	13
Tratamiento	14
MARCO LEGAL	14
CAPÍTULO 3 METODOLOGÍA.....	16
Métodos	16
CAPÍTULO 4	18
DESARROLLO DEL TEMA.....	18
Terminología.....	21
CAPÍTULO 5 CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES	23
CONCLUSIÓN.....	23
RECOMENDACIONES.....	24
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25

ÍNDICE DE FIGURAS

Ilustración 1 "Esquema de un planteamiento preventivo del estrés", (Martín, 2000) 14

**Estrés de enfermería por la sobrecarga laboral en la pandemia Covid 19 en Milagro
2020 - 2021**

RESUMEN

El presente trabajo de investigación se lo desarrolla con el fin de Identificar el estrés por sobrecarga laboral en el área de enfermería debido a la pandemia por SARS-COV 2 2020-2021 en el cantón Milagro, ya que la actual pandemia provocada con el SARS-CoV 2 ha generado grandes cambios en las labores cotidianas del trabajo. Esta particularidad ha transformado intensamente todos los campos y actividades de nuestra vida. Razón por la cual se ha evidenciado una gran problemática enfocada al bienestar de las personas y de manera especial en Enfermería por la sobrecarga laboral en la pandemia Covid 19, en la cual se ha elaborado la implementación de acciones que ayuden a su mitigación del estrés laboral, donde los principales beneficiarios serán las instituciones hospitalarias y los diferentes organismos de salud, basado en un método aplicado en el enfoque documental , descriptivo, cualitativo , ya que se toma como parte fundamental del proceso fuentes primarias y secundarias para la recolección de la información, donde se encontró que el estrés por sobrecarga laboral es real acorde a la información recopilada en el área de enfermería debido a la pandemia por SARS-COV 2 2020-2021.

PALABRAS CLAVE: Estrés, enfermería, sobrecarga laboral, pandemia, Covid 19, Milagro.

Nursing stress due to work overload in the Covid 19 pandemic in Milagro 2020 - 2021

ABSTRACT

The present research work is developed in order to identify work overload stress in the nursing area due to the SARS-CoV 2 pandemic 2020-2021 in the Milagro canton, since the current pandemic caused by SARS-CoV 2 has generated great changes in our routine. This particularity has intensely transformed all fields and activities of our life. For this reason, a great problem focused on the welfare of people and especially on nursing by work overload in the Covid 19 pandemic has been evidenced, in which the implementation of actions that help to mitigate work stress has been developed, where the main beneficiaries will be hospital institutions and different health agencies, the method used is based on a documentary, descriptive, qualitative approach,, since it is taken as a fundamental part of the process primary and secondary sources for the collection of information, where it was found that the work overload stress is real according to the information collected in the nursing area due to the SARS-COV 2 pandemic 2020-2021.

KEY WORDS: Stress, nursing, work overload, pandemic, Covid 19, Milagro.

INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, el Covid 19 (SARS-COV 2) representa una gran amenaza debido a sus inusuales brotes que provocan un síndrome respiratorio agudo severo (SARS)-CoV y el síndrome respiratorio del medio oriente (MERS)-CoV. A finales del 2019 se pudo observar los primeros pacientes en el hospital de Wuhan- China, inicialmente su diagnóstico fue neumonía aguda pero más tarde sería catalogado como un nuevo virus perteneciente al grupo de los coronavirus cuyo nombre en primera instancia fue 2019-nCoV (Carrara, 2020).

Los síntomas comunes de dicha enfermedad son fiebre, tos y fatiga, pero también puede ser diferenciado por algunas características menos comunes como por ejemplo mucosidad, cefalea, hemoptisis, diarrea, disnea y linfopenia. Mediante varias investigaciones se esclareció que la manera más rápida para su transmisión es de persona a persona. La transmisión es mediante el contacto directo a través de gotitas que se propagan cuando un individuo estornuda, las mismas ingresan al cuerpo de su nuevo usuario y de proliferan de manera descontrolada (Herrera & Gaus, 2020).

El SARS-COV 2 ha desencadenado una pandemia que ha evocado una gran pérdida de vidas humanas, económicas y problemas relacionados con el aislamiento. Bajo dicha particularidad, los aspectos de mayor índole desarrollados bajo la pandemia fueron el aislamiento social, la falta de contacto personal y estrés. Estos aspectos han provocado grandes cambios en las rutinas habituales. Este tipo de patologías no solo afectan a la gente común más bien los mayormente implicados son los profesionales de la salud (médicos y enfermeras).

De acuerdo al estudio denominado como “Covid-19, alto costo psicológico para los trabajadores de la salud” de los autores Jianbo Lai, Simeng y Ying Wang en hospitales de Wuhan-China, los mismos comentan que los trabajadores de la salud son los primeros en entrar en contacto directo con los pacientes. Estos necesitan de una gran cantidad de cuidados debido a sus dolencias y/o afección. En su trabajo mencionan que los trabajadores que están directamente involucrados tienden a padecer severos casos de ansiedad, insomnio y angustia en relación con los que no están en contacto directo. De acuerdo a su estudio, los autores examinaron una muestra de 1257 indagados (médicos y enfermeras), el

50.4% informan síntomas de depresión, el 44.6% mencionan padecer ansiedad, 34 % insomnio y un alto 71.5 % reportaron angustia (Paredes & Paucar, 2021)

En América latina y el Caribe las crecientes asimetrías entre países han permitido el acceso a vacunas y que se capacidad de movilizar estímulos fiscales de inversiones para la emergencia y la recuperación de su actividad económica. De igual manera como ha sucedido en el mundo entero en América latina la crisis ha provocado el desarrollo de grandes problemas estructurales de productividad y de la aparición de patologías aledañas a la pandemia pues a partir del desarrollo de la pandemia en América latina se ha podido evidenciar ciertos patologías aledañas cómo es la aparición del estrés en los profesionales de la salud puesto que es sobre ellos dónde ha recaído la responsabilidad de primera mano para poder enfrentar está pandemia, y más aún, teniendo en cuenta que en América latina y el Caribe cerca del 24, 8% de población presenta simetrías en el acceso a las vacunas lo que ha prolongado de cierta manera la problemática interna de cada estado en cuanto a la posibilidad de poder reintegrarse a sus actividades normales (CEPAL, 2021).

En Ecuador, al igual que en otros estados, debido a la pandemia se incrementó el horario laboral de los trabajadores de la salud con la finalidad de poder cubrir la demanda de pacientes que se causó por esta patología determinando de esta manera que las situaciones de empleo en el margen de salud han provocado dificultades mentales a los trabajadores sanitario entre estos esta: el estrés, angustia, depresión, insomnio ir a e incluso miedo por el contacto directo con las personas infectadas con este virus, determinando en consecuencia que tanto los médicos como personal de enfermería de primera mano presentan un índice de estrés laboral severo (Moncada et al., 2021).

Tal es el caso, del estudio desarrollado por Vaca y Mayorga, donde se puedo determinar que, “En la distribución de los estados emocionales negativos 39 miembros del personal de salud presentaron depresión predominando 20 (29,4%) leve y 5 (7,4%) extremadamente severa, ansiedad: 18 (26,5%) leve y 9 (13,1%) extremadamente severa, 39 miembros con estrés: 16 (23,5%) leve y 6 (8,9%) extremadamente severo, 27 miembros del personal de salud (39,7%) presentaron insomnio por debajo del umbral, en el análisis de correlación del insomnio con los estados emocionales negativos, se evidenció el insomnio con una correlación positiva significativa con depresión ($r=0,674$; $p<0,001$), ansiedad $r=0,646$; $p<0,001$) y estrés ($r=0,658$; $p<0,001$)” (Vaca & Mayorga, 2021).

Adicionalmente a esto los colaboradores experimentan carga adicional debido a una serie de desafíos concernientes a la salud, como, por ejemplo; labor asistencial, sobrecarga emocional, estrés agudo, uso de prendas incómodas, privaciones básicas y otras patologías afectivas. Estas derivan en estrés, que compromete el estado físico de los profesionales.

Por esto, es necesario identificar el nivel de estrés de los profesionales de enfermería debido a la pandemia Covid 19 en los hospitales y centro de salud públicos del cantón Milagro. Actualmente hay 183 profesionales de enfermería en el cantón Milagro, que han realizado cambios en sus servicios para cumplir las directrices indiadas por la OMS y atender a los pacientes por la pandemia Covid 19.

CAPÍTULO 1

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

En el área de salud en gran parte se ha respondido a estos cambios, dado que son la primera opción de ayuda y servicio en la población con pandemia; aunque en ocasiones, ha tomado por sorpresa a los colaboradores, incrementando el arduo trabajo de todo el personal sanitario debido a los grandes números de contagio. Iniciando uno de los más arduos trabajos que los profesionales han enfrentado en últimos tiempos. El creciente número de infectados, menos material de protección, estos factores son la principal causa para desencadenar muchas situaciones incontrolables, incrementando el estrés emocional y psicológico de los colaboradores.

En Ecuador, una de las emociones mayormente arraigadas es el miedo ante lo desconocido. Varios trabajos se han desarrollado bajo esta temática. Por ejemplo, (Saavedra Trujillo, 2020) en su investigación “Estrés ocupacional en el trabajo de enfermería” muestra lo estresante vinculados con el sufrimiento de pacientes y familiares durante el tratamiento de la enfermedad. En la mayoría de los casos, esto genera una decadencia y, por consiguiente, estrés. El estrés es catalogado como un factor que causa un desequilibrio en todo el cuerpo que, llevado a grandes valoraciones, puede generar grandes riesgos para el individuo.

El estrés puede estar asociado también a otros factores como; depresión, ansiedad y el síndrome de burnout. El inicio de un elevado estrés, parte de los factores anteriormente mencionados en adición con situaciones específicas; falta o excesivo trabajo, condiciones socioeconómicas inestables y bajo reconocimiento social. Todo el conjunto aqueja a los profesionales, deteriorando su estado físico y mental. Nuestra primera defensa, con miras en proteger a la población trabaja incansablemente para ofrecer a los infectados por SARS-CoV 2 un trato y cuidado digno sin importar las implicaciones que esto trae.

Por ello el siguiente trabajo tiene como finalidad identificar el estrés por sobrecarga laboral durante la pandemia provocada por el SARS-CoV 2 2020 - 2021.

Justificación

La actual pandemia provocada con el SARS-CoV 2 ha generado grandes cambios en nuestra rutina. Esta particularidad ha transformado intensamente todos los campos y actividades de nuestra vida. Razón por la cual se ha evidenciado una gran problemática enfocada al bienestar de las personas y de manera especial en Estrés de enfermería por la sobrecarga laboral en la pandemia Covid 19, para la implementación de acciones que ayuden a su mitigación del estrés laboral, donde los principales beneficiarios serán el Hospital y los diferentes organismos de salud que enfrenten situaciones similares, por ende, la importancia del trabajo de investigación.

La síntesis de estudio representa las convicciones por parte del personal, así como el de la organización, es por ello, que ambas variables (estrés y Covid 19) se enfocan desde el punto de vista de las dimensiones que poseen cada una de ella, para que de esta forma se pueda llegar al resultado, basado en las mediciones que se realizan a través del instrumento (Hernández Rodríguez, 2020) .

Además, el personal de salud debe estar capacitado, preparado y actualizado de acuerdo a la función que cumpla, deben darse al margen que avance la tecnología, ya que esta se encuentra en constante cambios. La presente investigación podrá identificar los métodos que debe adoptar el profesional de enfermería para afrontar el estrés y evitar así incidentes o accidentes en el área laboral.

Objetivos

Objetivo General

- Identificar el estrés por sobrecarga laboral en el área de enfermería debido a la pandemia por SARS-COV 2 2020-2021.

Objetivos Específicos

- Reconocer el ritmo de trabajo de los colaboradores del área de enfermería.
- Analizar el nivel de estrés por el cual el personal de enfermería atraviesa debido a la actual pandemia.

- Sugerir un método que permite a los implicados disminuir sus niveles de estrés emocional.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

SAR

Las siglas significan el síndrome respiratorio agudo severo, en inglés se las reconoce como SARS (Pablo Vera, 2020).

SARS-COV 2

De acuerdo con Madrigal et al. (2020) Es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y que se detectó por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China.

Taxonomía

El Comité Internacional de Taxonomía de Virus (ICTV) mencionó que el SARS-CoV-2 pertenece al subgénero Sarbecovirus, la línea de tipo B de beta-coronavirus, la subfamilia Orthocoronavirinae, la familia Coronaviridae (Wu, y otros, 2020). La familia Coronaviridae está dividida en 4 tipos: alfa-coronavirus, beta-coronavirus, gamma-coronavirus y delta coronavirus. Otros representantes del género beta-coronavirus además del “SARS-CoV-2 incluyen SARS-CoV-1, MERS, HKU-1, HKU-4, HKU-5, HKU-9, OC43, BetaCov-1 y MurineCov. Junto con otros seis virus: MERS, SARS-CoV-1, 229E, HKU-1, NL63 y OC43, SARS-CoV-2 pertenece al grupo de coronavirus (CoV) patógenos para los seres humanos” (Sidharta, 2020).

Estructura y variantes

Estructuralmente, las unidades virales de SARS-CoV-2 recuerdan más al coronavirus RaTG13. Además, un alto grado de homología de proteína E (100%), M (98,2%), N (96,7%) y S (90,4%) con CoVs aislados de pangolines malayos. Una comparación de los genomas sugiere la recombinación entre virus tipo pangolín-CoV con el virus tipo batCoV-RaTG13 (Schlottau, Rissmann, Schön, Wylezich, & Mettenleiter, 2020). El SARS-CoV-2 probablemente adquirió algunas mutaciones que permitieron infectar a los humanos (Benvenuto, Giovanetti, Ciccozzi, Spoto, & Angeletti, 2020).

La variabilidad puede afectar su patogenicidad, adaptación a nuevos huéspedes y tropismo celular o tisular, conduciendo a la aparición de enfermedades infecciosas con un curso clínico previamente desconocido. La variabilidad de CoVs resulta de la estructura química del genoma (extremadamente lábil ARN) y las características de la ARN polimerasa dependiente de ARN (que carece de reparación mecanismos) (Wang, Sun, Zhu, Zhao, & Zhao, 2018).

Morfología

Los CoV son virus de ARN y tienen los genomas más grandes (26 a 32 kb) entre todos los virus de ARN y sus familias. El diámetro de un solo virión es 50-200 nm (Sidharta, 2020). Muy a menudo, el virión de SARS-CoV-2 tiene un esférico forma, pero también se producen formas pleomórficas y ovaladas. El sobre viral está formado por tres proteínas: la proteína S-spike que forma los peplómeros y le da al virus una característica forma de corona, proteína de membrana M y proteína de envoltura E, que proporcionan el anillo estructura (Chen, y otros, 2020). También hay una cuarta proteína, la proteína N-nucleocápsida, una fosfoproteína, que es un componente estructural de la nucleocápside. La proteína S pertenece a las glicoproteínas de fusión del grupo I. Se caracteriza por una estructura homotrimérica con una única conformación superior y dos inferiores. La identidad de la secuencia de aminoácidos de la proteína S entre el SARS-CoV-1 y el SARS-CoV-2 es de aproximadamente el 75,5% (Zheng & Song, 2020), (Lu & Shi, 2020).

Receptores para el ciclo de entrada y replicación del SARS-CoV-2

El SARS-CoV-2 es un microorganismo intracelular que se replica y se propaga a través de la maquinaria de la célula huésped. La entrada de CoV en las células huésped está mediada por la glucoproteína S transmembrana (Wang, Chen, Zhou, & Qi Lian, 2020), (Yurchenko, Constant, & Bukrinsky, 2006). Los receptores y proteasas en la superficie de las células huésped juegan un papel importante en la patogenia del SARS-CoV-2. El receptor más conocido para el SARS-CoV-2 es la enzima convertidora de angiotensina 2 (ECA2) [48]. Generalmente, ACE2 es un zinc metaloproteasa (carboxipeptidasa). Es un homólogo de la dipeptidasa convertidora de angiotensina enzima (ECA), pero con diferente especificidad de sustrato (Zheng & Song, 2020).

SÍNTOMAS DEL COVID

Acorde a la información emitida por el OMS (2020) son:

Los síntomas más habituales son los siguientes:

- Fiebre
- Tos
- Cansancio
- Pérdida del gusto o del olfato

Los síntomas menos habituales son los siguientes:

- Ardor de garganta
- Malestar en la cabeza
- Fatiga y dolor
- Flujo
- Erupción cutánea o pérdida del color de los dedos de las manos o los pies
- Vista irritada

Los síntomas serios son:

- Malestar al respirar y disnea
- Ausencia de movimientos y habla
- Angustia en el pecho

PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DEL COVID

Las vacunas para prevenir la infección por coronavirus SARS-CoV-2 estuvieron disponibles y comenzaron a fines de 2020 en la población de mayor riesgo. Las primeras vacunas vendidas en Europa fueron AstraZeneca de la Universidad de Oxford, Pfizer BioNTech y Moderna, seguidas de Janssen. Junto con el desarrollo de medicamentos y vacunas, comprender cómo se transmiten los patógenos es esencial para establecer medidas preventivas. El coronavirus es un virus que infecta el aire. Se transmite por vía respiratoria

a través de gotitas producidas por los portadores al toser, estornudar y conversar. Existe una creciente evidencia científica de que la transmisión aérea del nuevo coronavirus también puede ocurrir a través de aerosoles (Porras, 2020).

Es recomendable mantener una distancia suficiente (unos 2 metros) en lugares públicos, lavarse las manos con frecuencia y usar una mascarilla siempre que haya personas fuera del mismo hogar. Las personas infectadas con el virus Covid-19 deben estar en cuarentena durante 14 días. Se establecen diferentes períodos de cuarentena y cuarentena dependiendo si el paciente está confirmado, sospechado o en estrecho contacto. En los últimos meses, ha quedado claro que las personas infectadas asintomáticas, que aún no presentan síntomas, pueden infectarse con el virus (Saavedra Trujillo, 2020).

Desde que comenzó la pandemia de Covid-19 a fines de 2019, las recomendaciones para el uso de mascarillas han cambiado. Inicialmente, solo se recomendaba que lo usaran las personas infectadas, pero cada vez más organizaciones internacionales abogan por su difusión al público. En España, el uso en espacios públicos abiertos o cerrados es obligatorio, así como en otros países (Sánchez-Monge, 2021).

Salud mental

La salud mental es tema de implicaciones fuertes y por ende de constante estudio. La mayoría de expertos en el tema mencionan que en la misma influyen una gran cantidad de factores como, por ejemplo; ambientales, genéticos, sociales, personales y económicos. En el área de enfermería existen muchos factores que contribuyen a la inestabilidad de la salud mental. Esto es totalmente aceptable puesto que en un día de trabajo los profesionales pueden atravesar por un gran riesgo laboral y estrés, demostrando diferentes investigaciones que el personal de salud presenta un aumento en enfermedades por estrés físico y mental (Pablo Vera, 2020).

Es más que evidente que el personal de salud afronta graves situaciones al estar en contacto directo con las personas infectadas lo que denota un deterioro en la sique de los involucrados. Según la Sociedad Española de Psiquiatría la incertidumbre y el estrés desarrollado por el personal de salud requiere de una continua vigilancia y análisis minucioso. Entre la gran variedad de sintomatologías, el personal de salud tiende a

presentar “ansiedad, impotencia, frustración, miedo, culpa, irritabilidad, tristeza y anestesia emocional” (Lozano-Vargas, 2020).

Estrés laboral en enfermería

El estrés laboral que presentan en esta particular área de aplicación se denomina como una manifestación que presenta una enfermera ante estímulos por demás exigentes durante su práctica laboral. Esta particularidad se evidencia en muchos de los países alrededor del mundo (Osorio & Cárdenas Niño, 2017).

Sintomatología

Se establece que, el estrés puede causar muchos tipos de síntomas físicos y emocionales e incluso probablemente no se dará cuenta de que estos síntomas son ocasionados por el estrés; estos síntomas pueden ser: Diarrea o estreñimiento, mala memoria, dolores y achaques frecuentes, dolores de cabeza, falta de energía o concentración, problemas sexuales, cuello o mandíbula rígidos, cansancio, problemas para dormir, demasiado malestar de estómago, uso de alcohol o drogas para relajarse, pérdida o aumento de peso (Ballesteros, 2021).

Prevención

Es recomendable que, las instituciones detecten las causas y consecuencias que determinan un exceso de estrés en sus trabajadores con la finalidad de crear programas de prevención del estrés o a su vez una detección precoz de esta problemática; pues se determina que la detección de estos indicadores no es difícil tanto por la gran cantidad de manifestaciones que origina el estrés como por las características de esta problemática ya que se va desarrollando progresivamente de manera que puede ser identificada en sus diversas fases cómo se determina en la siguiente figura (Herrera & Gaus, 2020).



Ilustración 1 "Esquema de un planteamiento preventivo del estrés", (Martín, 2000)

Tratamiento

El estrés provocado por el trabajo demanda afrontar de manera activo todos los mecanismos que actúan para que no se responda de manera paciente o apartarse puesto que estas no son estrategias adecuadas como tratamiento; por lo que, la lectura determina la actuación preventiva y terapéutica como punto central en las organizaciones (Sedano et al., 2020)

Cuándo se ha validado la etapa de prevención y se instalado el estrés laboral personal, es preciso que se tomen medidas que produzcan niveles extremos de estrés por lo que se determina una prevención secundaria el cual determina una detección de los factores que están causando el estrés en el personal con la finalidad de eliminar los evitando de esta manera se eleva los accidentes y empeora el rendimiento en el trabajo a través de la ausencia o mediante el presentismo debido a que en niveles altos de estrés pueden llegar ya no solo a problemas emocionales sino fisiológicos.

En este aspecto es imprescindible el cambio de hábitos en los distintos niveles; ya sean a nivel social, a nivel organizacional, o a nivel familiar.

MARCO LEGAL

Es necesario e importante tener en cuenta los derechos y obligaciones de los trabajadores.

Art. 118.- “Los empleadores protegerán la salud de sus trabajadores, dotándoles de información suficiente, equipos de protección, vestimenta apropiada, ambientes seguros de trabajo, a fin de prevenir, disminuir o eliminar los riesgos, accidentes y aparición de enfermedades laborales” (Ley Organica de la Salud , 2015).

El **Art. 33** de la Constitución del Ecuador refiere que:

“El trabajo es un derecho y un deber social, y un derecho económico, fuente de realización personal y de base de la economía. El estado garantizara a las personas trabajadoras el pleno respeto a su dignidad, una vida decorosa, remuneraciones y retribuciones justas y el desempeño de un trabajo saludable y libremente escogido o aceptado” (Constitución de la República del Ecuador, 2008)

El Art.219.- de la Constitución de la Republica habla de la estabilidad laboral de los funcionarios públicos. (Constitución de la República del Ecuador, 2008)

El art. 219 y art. 118 es en base a la vulnerabilidad de los derechos de los profesionales de salud, ya que muchos de ellos se vieron perjudicados por los despidos que se hicieron de manera improvisada (Constitución de la República del Ecuador, 2008).

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA

Métodos

El método aplicado en este trabajo se basa en el enfoque cualitativo, descriptivo y documental ya que se toma como parte fundamental del proceso fuentes primarias y secundarias para la recolección de la información tales como artículos de revistas indexadas, entrevistas, observación directa y la encuesta realizada (Hernández Sampieri, 2014).

Investigación de **tipo descriptivo**, ya que su objetivo es describir la estructura de los fenómenos y su dinámica, identificar aspectos relevantes de la realidad. Pueden usar técnicas cuantitativas o cualitativas (Hernández Sampieri, 2014).

Respecto al nivel de investigación, este resultó descriptivo teniendo como finalidad caracterizar una situación objeto de estudio, identificando sus causas, comportamiento, es decir la naturaleza del problema determinando los factores que lo originan y sus efectos (Cuenca, Muyor, & Segura, 2017). En este caso, a través de este tipo de investigación se describió cómo perciben los profesionales de enfermería el nivel de carga laboral, además de cómo afecta a su entorno familiar para la posterior propuesta de mejoras que eviten el riesgo de estrés para el colaborador por el conflicto de roles.

Investigación de **tipo documental**, es un proceso sistemático de búsqueda, selección, lectura, registro, organización, descripción, análisis e interpretación de datos extraídos de fuentes documentales, existentes en torno a un problema, con el fin de encontrar respuestas e interrogantes planteadas en cualquier área del conocimiento humano (Finol de Navarro & Nava de Villalobos, 2001, pág. 73).

Esta investigación refleja la siguiente tipología:

- Según el nivel: El presente estudio fue descriptivo, transversal.
- Según el diseño: Es una investigación documental, cualitativo.
- Según la secuencia: Es transversal porque se realizó en un tiempo definido.

- Según la cronología de los hechos: Se trata de un estudio retrospectivo.

Enfoque de investigación

Este trabajo investigativo es de carácter cualitativo puesto que se usan datos referentes para concretar el estudio, además facilita la comprensión de la problemática en el área de enfermería.

Formas de recolección de la información

Revisión documental: Como ya se menciona anteriormente, hace referencia a la consulta de información expresada en fuentes bibliográficas tales como libros, sitios webs y demás que favoreció a la fundamentación teórica de la investigación. Los hallazgos obtenidos mediante la revisión documental se encuentran citados en el presente proyecto, aportando a la descripción del problema desde la perspectiva de otros investigadores.

Método analítico-sintético: este "método está orientado al estudio de los hechos, expresadas en palabras claves las mismas que de forma individual son investigadas para luego ser integradas para su análisis de manera holística" (Rodríguez Jiménez & Pérez Jacinto, 2017, pág. 185).

Se empleó este método con el propósito de analizar los objetivos, mediante la recolección de información de diferentes fuentes científicas.

CAPÍTULO 4

DESARROLLO DEL TEMA

De conceso al análisis llevado a cabo por (Vidotti, Trevisan Martins, Quina Galdino, Perfeito Ribeiro, & Cruz Robazzi, 2019): el estrés ocupacional es el resultado de una más grande demanda y de menor control sobre el trabajo, y aquellas condiciones fueron relacionadas a patologías físicas y mentales. Gracias a esto el estrés interfiere en la satisfacción y placer del sujeto respecto a su trabajo y con la calidad de vida, la percepción cambia según los instantes que haya vivido.

El Ecuador frente al suceso de salud por pandemia solicitó trabajo con mucho esfuerzo, disponibilidad total en horarios intensivos, además de horas extras, insuficiencia de material para dar la atención necesaria de acuerdo a la demanda gremial, incapacidad de planear y repartir correctamente el trabajo, guiar equipos de trabajo en situaciones complicadas, etc. (Moncada et al., 2021)

Acorde a los datos encontrados al aplicar los instrumentos de recopilación de información, se encontró que la mayor parte de profesionales de enfermería del sector público en el cantón de Milagro fueron de género masculino en un 65%, esto como lo afirma Paredes y Paucar (2021) en su investigación, donde mencionan que el profesional de enfermería en tiempos de pandemia fueron en su gran parte hombres de familia que acataban su responsabilidad con los suyos y sus pacientes, pese a las condiciones en las que estos laboraban.

Asimismo, se encontró que al identificar el estrés por sobrecarga laboral en el área de enfermería debido a la pandemia por SARS-COV 2 2020-2021, se presentan que el 32% de los participantes consideran que como trabajador de Salud se sintió impotente, el 25% presento tristeza, el 22% presento dolor y el 21% sintió deseos de ayudar rápido para atender a todos los pacientes, por lo cual la carga y responsabilidad era excesiva, lo cual concuerda con Lahite et al., (2020) que menciona que el enfermero tuvo un papel protagónico en su desempeño laboral y como ser humano puesto que enfrentaron barreras considerables donde muchos se derrumban y pierden el contexto de ayuda y atención, el enfoque de estos fueron eficientes con el fin de mantener y cuidar a los pacientes de manera esencial a los pacientes que presentaban enfermedades ya subyacentes.

Para reconocer el ritmo de trabajo de los colaboradores del área de enfermería, se realizó un análisis sobre las horas de trabajo, las cuales presentaron que el 43% de los participantes considera que el horario de trabajo a principios de la pandemia fue de 12 horas, el 30% considera que fueron de más de 24 horas y el 27% considera que fueron de 8 horas regulares lo cual evidencia la diferencia entre unos y otros al apersonarse de su labor, lo cual acorde a la información de Betancourt et al., (2020) donde menciona que los licenciados en enfermería y auxiliares de enfermería e internos de enfermería del Hospital Rodríguez Zambrano, que laboran en el área de cuidados intensivos que actualmente debido a la emergencia sanitaria laboran durante 13 horas diarias (p. 2), lo muestra el nivel de exigencia que remitía el periodo de la pandemia y la sobrecarga laboral que incide en el estrés laboral estuvieron asociados al sufrimiento.

En lo que refiere a la inquietud por contagio, el 62% de los participantes piensa que totalmente se pudo/puede contagiar con el COVID-19 al realizar su trabajo médico, el 24% considera que si se pudo/puede contagiar con el COVID-19 al realizar su trabajo médico y el 14% considera que de ninguna forma podría contagiarse lo cual permitió identificar que es importante el cuidado y prevención. En el análisis “Estrés laboral, ansiedad y miedo al Covid en médicos generales colombianos se sugiere que más del 70% de los expertos de salud valorados en el análisis manifestaron temor de sufrir coronavirus, ser fuente de contagio para sus familias, ser portadores asintomáticos e inclusive fallecer” (Monterrosa Castro, y otros, 2020) Esto se puede equiparar con los resultados conseguidos puesto que independientemente de los porcentajes todos los expertos encuestados indicaban cierto miedo al contagiar.

Para evidenciar el nivel de estrés por el cual los profesionales de enfermería atraviesan debido a la actual pandemia, se encontró que el 44% de los participantes considera que, si su nivel de estrés se elevó, el 32% considera que pocas veces mientras que el 24% considera que no se elevó su nivel de estrés, por lo cual se considera que, si hubo incidencia en su vida y rutina regular de emociones, lo cual conjuntamente con Betancourt et al., (2020) mencionan que él, género femenino es el que presenta mayor índice de afectación a los factores para presentar estrés laboral.

Como se muestra en el estudio (Monterrosa Castro, y otros, 2020), los factores psicosociales y psicosomáticos asociados al miedo son el denominador más común de los

síntomas de ansiedad y estrés. En relación a los resultados, el 40% de los participantes considera que es la ansiedad el factor que han provocado dicha elevación, el 32% considera que es el miedo y el 29% considera que es la depresión el factor que ha presentado elevación.

En un estudio retrospectivo, sobre ‘Factores de estrés laboral en el personal de enfermería hospitalario del equipo volante según el modelo de demanda-control-apoyo’, los autores mencionan que, el escaso apoyo social que los profesionales perciben por parte de sus superiores fomenta a no reducirse el nivel de estrés, en la cual se debe intervenir para fomentar el bienestar de los profesionales y prevenir la aparición del desgaste en este colectivo, aumentando así la calidad de los cuidados prestados (Carrillo García , Ríos Rísquez, Escudero Fernández, & Martínez Roche , 2018). Según los resultados obtenidos, se evidencia que el 40% de los profesionales de enfermería consideran que la dirección no ha contemplado formas para mitigar el estrés laboral, el 37% considera que si y el 24% considera que la dirección son pocas veces que la dirección ha contemplado formas para mitigar el estrés laboral.

En relación a la propuesta de un método que permite a los implicados disminuir sus niveles de estrés emocional, se encontró que el 48% de los participantes recomiendan que tengan equipos de protección personal para el profesional de salud ante esta problemática de salud, el 25% considera que la recomendación es que debe estar capacitado para tener menores riesgos a contagiarse y el 27% considera que debe vacunarse, lo cual en relaciona lo expuesto por la Organización Internación Del Trabajo y la Organización Mundial de Salud (OIT, 2020) que si los lugares de trabajo tienen una estrategia integral de preparación para emergencias pensado para encarar a las crisis sanitarias y las pandemias, están mejor preparados para formular una respuesta inmediata, coordinada y eficaz, adaptando las medidas a la situación de emergencia concreta a la cual se está enfrentando la empresa, donde una de las más claras es que la adecuada protección de ropa y equipos deben ser proporcionados a ningún costo para el empleado. Los trabajadores y sus representantes tienen el derecho apropiarse de la información de la SST. Asimismo, tienen que estar facultados para informarse y ser consultados por el empleador sobre todos los puntos de la SST involucrados con su trabajo y que los trabajadores y sus representantes deben coadyuvar con el empleador en el área de trabajo de seguridad y de higiene (p. 11).

Se debe tener un equilibrio entre la vida personal y profesional, el llevar un estilo de vida saludable permite hacer frente al estrés laboral de una manera positiva, ya que la salud física y psíquica se vinculan en la disminución de estrés laboral, esto en base al estudio de (Leon Reyna, Lora Loza, & Rodriguez Vega , 2021) en la que concuerdan que existe una relación negativa significativa entre ambas variables, los mecanismos de comportamiento nada saludables son un gran factor para atraer enfermedades crónicas relacionada con el estrés.

Terminología

- **Angiotensina:** Una proteína cuya presencia en la sangre promueve la secreción de aldosterona y tiende a elevar la presión arterial (Clínica Universidad de Navarra, 2020).
- **Ansiedad:** estado emocional que presenta reacciones de miedo o aprensión anticipatorias de peligro o amenaza inespecíficos, acompañadas de una activación del sistema nervioso autónomo (OMS, 2020).
- **Contagio:** acción por la que un agente contagioso se transmite a un nuevo hospedador. (Real Academia Española, 2020).
- **Coronavirus:** Recibe el nombre de "corona" debido a las espículas o proyecciones causadas por las glucoproteínas de la envoltura, que le proporciona un aspecto semejante a una corona en las imágenes al microscopio electrónico (Clínica Universidad de Navarra, 2020).
- **Estrés:** respuesta inespecífica del organismo ante cualquier estímulo, físico o psíquico que le provoca una necesidad de reajuste (Clínica Universidad de Navarra, 2020).
- **Genoma:** es el conjunto completo de información genética de un organismo (Rueda Forero, Bedoya, & Goyeneche Patiño, 2020).
- **Incidencia:** la ocurrencia, tasa o frecuencia de una enfermedad, crimen u otra cosa indeseable (MedlinePlus, 2019).
- **Infectado:** ser vivo que tiene en su organismo un agente patógeno (Lexico, 2021).
- **Insomnio:** incapacidad crónica para dormir o permanecer dormido, vigilia anormal (Clínica Universidad de Navarra, 2020).
- **Linfopenia:** afección por la que hay un número más bajo que lo normal de linfocitos (tipo de glóbulo blanco) en la sangre (INSTITUTO NACIONAL DEL CÁNCER, 2018).

- **Pandemia:** enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región (RAE, 2021).
- **Patogenicidad:** Se refiere a la capacidad de un organismo de causar una enfermedad (Es decir dañar al huésped) (Paz Zarza, y otros, 2019).
- **Pleomórfica:** En términos de células, tener variación en el tamaño y la forma de las células o de sus núcleos (Ropars, Heurtin, & Odri, 2019).
- **SARS-COV 2:** “Es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y que se detectó por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China “(OMS, 2020).
- **Síndrome de Burnout:** “factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida” (Lahite-Savón, Céspedes-Pereña, & Maslen-Bonnane, 2020).

CAPÍTULO 5

CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIÓN

Como resultado se descubrió que el estrés laboral es un factor que afecta a un gran número de enfermeras debido a la pandemia Covid 19, y que puede estar causado por una serie de factores como el exceso de trabajo, la sobrecarga laboral, las condiciones de salud de los pacientes, el alto riesgo de contagio y otros, que pueden comprometer la salud mental y física de las enfermeras de forma perjudicial para su profesión.

La exploración de las percepciones de las enfermeras sobre el estrés durante la pandemia proporciona información importante sobre la naturaleza de las experiencias de las enfermeras y las posibles medidas que las instituciones de salud pueden tomar para mitigar el estrés de las enfermeras. Proporcionar a las enfermeras el equipo de protección personal adecuado es una medida concreta que puede ayudar a mantener la seguridad de las enfermeras y aliviar su miedo a infectarse. Las instituciones sanitarias deben ofrecer oportunidades para que las enfermeras hablen sobre el estrés que están experimentando, para que se apoyen mutuamente y se hagan sugerencias de cambios en el entorno de trabajo durante esa pandemia. Las instituciones de salud y los administradores de enfermería deben reconocer estas fuentes de estrés para identificar posibles intervenciones organizativas para mantener la salud, la seguridad y el bienestar de las enfermeras.

Las recomendaciones planteadas se basaron en la información recopilada, estas ocupaciones permanecen encaminadas a la prevención y corrección de estados emocionales alterados, considerando en su mayoría aquellos componentes que generan cansancio emocional, una estrategia que pretende mitigar los efectos negativos incentivando el comportamiento preventivo y proporcionando beneficios.

RECOMENDACIONES

- Organizar horarios de trabajo para evitar jornadas laborales excesivamente largas (incluida la limitación de turnos largos y horas extraordinarias, que pueden afectar la salud y el bienestar de los enfermeros) y garantizar períodos de descanso adecuados.
- Cuando se esté fuera del trabajo, se debe hacer ejercicio siempre que se pueda. Pasar tiempo al aire libre, así sea llevando a cabo una actividad física o relajándose. Se debe realizar actividades que se gocen fuera del horario laboral.
- Explorar las opciones que están implementando los gobiernos para apoyar a las empresas y mano de obra para hacer frente a la crisis del COVID-19 (por ejemplo, subvenciones en efectivo, subsidios, esquemas de despido temporal y beneficios de licencia) antes de proceder a despidos.
- Dejar en claro a todos los enfermeros que la dirección se compromete a ayudar activamente a los trabajadores a promover y proteger su salud física y mental.
- Se sugiere que se capacite a gerentes, supervisores y profesionales para reconocer y monitorear cualquier signo de depresión y trastorno de estrés (como comportamiento insatisfecho, comportamiento destructivo, aislamiento social, degradación del desempeño, ausentismo y presentismo), para incrementar y potenciar la motivación y estados de ánimo del personal.
- Proporcionar a los enfermeros/as el apoyo y el equipo que necesitan para realizar su trabajo de forma segura. Esto incluye cualquier formación y asesoramiento que puedan necesitar sobre las medidas de SST implementadas en el lugar de trabajo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar-Barojas, S. (2005). Fórmulas para el cálculo de la muestra en investigaciones de salud. *Salud en Tabasco*, 11(12), 333-338. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/487/48711206.pdf>
- Ballesteros, M. (26 de Abril de 2021). *Estrés y Salud*. Obtenido de manuelsicologo: <https://www.manuelsicologo.es/blog/106-ddaa>
- Behar, D. (2008). *Metodología de la Investigación*. Shalom. Obtenido de <https://es.calameo.com/books/004416166f1d9df980e62>
- Benvenuto, D., Giovanetti, M., Ciccozzi, A., Spoto, S., & Angeletti, S. (2020). The 2019-new coronavirus epidemic: Evidence for virus evolution. *Journal of Medical Virology*, 92(4), 455-459. doi:<https://doi.org/10.1002/jmv.25688>
- Betancourt Delgado, M., Domínguez Quijije, W., Peláez Flores, B. I., & Herrera Velázquez, M. (2020). Estrés Laboral En El Personal De Enfermería Del Área De Uci Durante La Pandemia De Covid 19. *UNESUM-Ciencias. Revista Científica Multidisciplinaria*, 4(3), 41-50. doi:<https://doi.org/10.47230/unesciencias.v4.n1.2021.308>
- Carrara, C. (2020). Características clínicas de los pacientes infectados por el nuevo coronavirus 2019 en Wuhan, China. *Evidencia, Actualización En La práctica Ambulatoria*, 23(1), 1-3. Obtenido de <http://evidencia.org/index.php/Evidencia/article/view/4267/1818>
- Carrillo García , C., Ríos Rísquez, M. I., Escudero Fernández, L., & Martínez Roche , M. E. (2018). Factores de estrés laboral en el personal de enfermería hospitalario del equipo volante según el modelo de demanda-control-apoyo. *Enfermería Global*(50), 1 - 11. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v17n50/1695-6141-eg-17-50-304.pdf>

- CEPAL. (2021). *Estudio económico y situacional de América latina y el Caribe*. Obtenido de <https://www.cepal.org/es/temas/covid-19>
- Chen, N., Zhou, M., Dong, X., Qu, J., Gong, F., & Han, Y. (2020). Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *The Lancet Journal*, 395-(10223), 507-513. doi:[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30211-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30211-7)
- Constitución de la República del Ecuador. (20 de Octubre de 2008). Artículo 33. Quito. Obtenido de https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador_act_ene-2021.pdf
- Finol de Navarro, T., & Nava de Villalobos, H. (2001). Procesos y Productos en la Investigación Documental. *Revista de Universidad del Zulia*.
- Grudlewska-Buda , K., Wiktorczyk-Kapischke, N., Wałęcka-Zacharska , E., Kwiecińska-Piróg, J., & Gospodarek-Komkowska, E. (2021). SARS-CoV-2—Morphology, Transmission and Diagnosis during Pandemic, Review with Element of Meta-Analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 10(9), 1962. doi:<https://doi.org/10.3390/jcm10091962>
- Hernández Rodríguez, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578
- Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc. Graw Hill. Obtenido de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hernández, R., Collado, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill. Obtenido de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

- Herrera , D., & Gaus, D. (2020). Enfermedad por covid-19 o sars-cov-2: guía clínica y de manejo. *Práctica Familiar Rural*, 5(1), 5-12. doi:<https://practicafamiliarrural.org/index.php/pfr/article/view/146>
- Hurtado, J. (2010). *Metodología de la Investigación*. Caracas: Quirón Ediciones. Obtenido de <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/jacqueline-hurtado-de-barrera-metodologia-de-investigacion-holistica.pdf>
- Lahite-Savón, Y., Céspedes-Pereña, V., & Maslen-Bonnane, M. (2020). El desempeño del personal de Enfermería durante la pandemia de la COVID-19. *Rev. inf. cient*, 99(5), 494-502. Obtenido de *Rev. inf. cient*: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332020000500494
- Leon Reyna, P. L., Lora Loza, M. G., & Rodriguez Vega , J. (2021). Relación entre estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos de COVID-19. *Revista Cubana de Enfermería*, 37, 1-15. Obtenido de <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4043>
- Ley Organica de la Salud . (18 de Diciembre de 2015). Artículo 118. Quito. Obtenido de <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/03/LEY-ORG%C3%81NICA-DE-SALUD4.pdf>
- López, P. (2004). Población Muestra y Muestreo. *Punto Cero*, 9(8), 67-74. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012&lng=es&tlng=es.
- Lozano-Vargas, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(1), 51-56. doi: <https://dx.doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>
- Lu , Q., & Shi, Y. (2020). Coronavirus disease (COVID-19) and neonate: What neonatologist need to know. *Journal Medical Virology*, 92(6), 564-567. doi:<https://doi.org/10.1002/jmv.25740>

- Madrigal Rojas, J. P., Quesada Loría, M., García Sánchez, M., & Solano Chinchilla, A. (2020). SARS CoV-2, manifestaciones clínicas y consideraciones en el abordaje diagnóstico de COVID- 19. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, 86(629), 13-21. Obtenido de <http://revistamedicacr.com/index.php/rmcr/article/view/287/264>
- Martín, D. F. (2000). *Prevención del estrés: intervención sobre el individuo*. Obtenido de Ministerio de trabajo y asuntos sociales de España: https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp_349.pdf/ada8c0fd-ff66-4a29-ad86-6134d489262d
- Moncada Rodríguez, B. E., Suárez Llucca, M., Duque Cordova , L., & Escobar Segovia, K. F. (2021). Estrés laboral en personal médico y enfermería de atención primaria ante la emergencia sanitaria por covid-19. *Revistas ESPOCH*, 1(25), 13-23. Obtenido de <http://ceaa.espoch.edu.ec:8080/revista.perfiles/faces/Articulos/Perfiles25Art2.pdf;jsessionid=774de10cc321c76655be46bc4ae0>
- Monterrosa Castro, A., Dávila Ruiz, R., Mejía Mantilla, A., Contreras Saldarriaga, J., Mercado Lara, M., & Florez Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195-213. doi: 10.29375/01237047.3890
- OIT. (2020). *Frente a la pandemia: Garantizar la Seguridad y Salud en el Trabajo*. Ginebra: Organización Internacional del Trabajo. Obtenido de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_742732.pdf
- OMS. (2020). *Coronavirus*. Obtenido de https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_3
- Osorio, J. E., & Cárdenas Niño, L. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Diversitas*, 13(1), 81-90. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v13n1/1794-9998-dpp-13-01-00081.pdf>

- Pablo Vera, V. (2020). Psicología y covid-19: un análisis desde los procesos psicológicos básicos. *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology*, 14(1), 10-18. Obtenido de <https://www.cnps.cl/index.php/cnps/article/view/393>
- Paredes, A. A., & Paucar, L. M. (2021). Condiciones De Trabajo Del Profesional Enfermero, Su Influencia En La Calidad Del Cuidado En Tiempos De Covid-19. Hospital León Becerra. Milagro. Noviembre 2020 - Marzo 2021. [tesis de Maestría, Universidad Estatal de Bolívar]. Obtenido de [tesis de Maestría, Universidad Estatal de Bolívar]: https://rraae.cedia.edu.ec/Record/UEB_db6e04f15447b0bd09327e216aae6c5b
- Porras, J. W. (Mayo de 2020). *Conceptos sobre el coronavirus*. Obtenido de ResearchGate: https://www.researchgate.net/publication/340133767_Conceptos_sobre_el_coronavirus
- Real Academia Española. (2020). *Contagio*. Obtenido de Real Academia Española: <https://dle.rae.es/contagio>
- Rodríguez Jiménez, A., & Pérez Jacinto, A. O. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. *Revista Escuela De Administración De Negocios*, 185.
- Saavedra Trujillo, C. (2020). Consenso colombiano de atención , diagnóstico y manejo de la infección por SARS-COV-2/COVID-19 en establecimientos de atención de la salud : recomendaciones basadas en consenso de expertos e informadas en la evidencia ACIN-IETS. Segunda edición. *Infectio*, 24(3), 178-296. doi:<http://dx.doi.org/10.22354/in.v24i3.872>
- Sánchez-Monge, M. (2 de Agosto de 2021). *Coronavirus*. Obtenido de CuidatePlus: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/infecciosas/coronavirus.html>
- Schlottau, K., Rissmann, M., Schön, J., Wylezich, C., & Mettenleiter, T. (2020). SARS-CoV-2 in fruit bats, ferrets, pigs, and chickens: An experimental transmission study. *The Lancet*(1), 218-225. Obtenido de

[https://www.thelancet.com/journals/lanmic/article/PIIS2666-5247\(20\)30089-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanmic/article/PIIS2666-5247(20)30089-6/fulltext)

- Sedano-Chiroque, F. L., Rojas-Miliano, C., & Vela-Ruiz, J. M. (2020). COVID-19 desde la perspectiva de la prevención primaria. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20(3), 494-501. doi:<https://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i3.3031>
- Sidharta, C. (Marzo de 28 de 2020). Comprensión de la naturaleza de las variaciones en las secuencias estructurales que codifican las proteínas de pico, envoltura, membrana y nucleocápsida del coronavirus del SARS-CoV-2. doi:<https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3562504>
- Vaca, D., & Mayorga, D. (2021). Estados emocionales y su relación con el insomnio en el personal de salud durante pandemia. *Revistas Uta*, 6(1). Recuperado el 2021, de <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/1023>
- Vidotti, V., Trevisan Martins, J., Quina Galdino, M. J., Perfeito Ribeiro, R., & Cruz Robazzi, M. (2019). Síndrome de burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. *Enfermería Global*, 18(55). Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412019000300011
- Wang, K., Chen, W., Zhou, Y.-S., & Qi Lian, J. (2020). *SARS-CoV-2 invades host cells via a novel route: CD147-spike protein*. Paper, China. Obtenido de <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2020.03.14.988345v1>
- Wang, Y., Sun, J., Zhu, A., Zhao, J., & Zhao, J. (2018). Current understanding of middle east respiratory syndrome coronavirus infection in human and animal models. *J Thorac Dis*, 10(19), 1.12. Obtenido de <https://jtd.amegroups.com/article/view/20125/17343>
- Wu, F., Zhao, S., Yu, B., Chen, Y.-M., Wang, W., & Song, Z.-G. (2020). *A new coronavirus associated with human respiratory disease in China*. Paper, China. doi:<https://doi.org/10.1038/s41586-020-2008-3>

Yurchenko, V., Constant, S., & Bukrinsky, M. (2006). Dealing with the family: CD147 interactions with cyclophilins. *IMMUNOLOGY*, *117*(3), 301-309. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1365-2567.2005.02316.x>

Zheng, M., & Song, L. (2020). Novel antibody epitopes dominate the antigenicity of spike glycoprotein in SARS-CoV-2 compared to SARS-CoV. *Cell Mol Immunol* , *17*, 536-538. Obtenido de <https://www.nature.com/articles/s41423-020-0385-z>