

ESTRÉS LABORAL Y BURNOUT EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DEL ÁREA DE SALUD MENTAL



Fátima González López, Estefanía Loaisa Sánchez, María Rosario Rodríguez Sánchez

Las enfermeras que trabajan en salud mental enfrentan elevadas demandas emocionales, exposición a crisis, agresiones y sobrecarga asistencial. Estos factores incrementan el riesgo de estrés laboral y síndrome de burnout, afectando el bienestar profesional y la calidad del cuidado. La pandemia por COVID-19 intensificó dichas condiciones, motivando un aumento de investigaciones sobre este fenómeno (1–4).

INTRODUCCIÓN

Explorar la evidencia científica disponible entre 2020 y 2025 sobre la prevalencia, factores asociados y estrategias de afrontamiento del estrés laboral y burnout en enfermeras/os de salud mental, cuantificando la frecuencia de estos fenómenos, los factores identificados y las estrategias reportadas en los estudios revisados.

OBJETIVO

Se realiza revisión sistemática utilizando como base de datos PubMed. Se emplean los términos: “burnout”, “occupational stress”, “psychiatric nurses”, “mental health nursing” (2020–2025). Se incluyeron estudios empíricos con muestras de enfermería psiquiátrica y se excluyeron revisiones o trabajos sobre personal no enfermero. De tal forma se han seleccionado cuatro artículos publicados entre 2020 y 2025.

METODOLOGÍA

En un estudio transversal se analizó el burnout en enfermeras de un hospital psiquiátrico saudí, encontrando alta prevalencia y asociación con carga de trabajo, turnos y años de experiencia. Este recomienda intervenciones organizativas y programas de apoyo emocional.(1) Siguiendo la línea organizativa, se exploró también en otro estudio la satisfacción laboral y el burnout durante la pandemia, mostrando que la sobrecarga y la falta de apoyo institucional aumentaron el agotamiento, mientras que el respaldo familiar y la satisfacción laboral actuaron como factores protectores. (2) Por otro lado, se estudia el nivel de estrés mediante una comparativa entre 379 enfermeras/os de hospitales psiquiátricos y somáticos, hallando niveles significativamente mayores de estrés y burnout en el grupo psiquiátrico, asociados a factores organizativos y sociodemográficos.(3) Además se realiza análisis de red en enfermeras psiquiátricas de procedencia china, identificaron al estrés como síntoma central que conecta depresión, ansiedad y burnout, sugiriendo que intervenir sobre el estrés puede reducir la cascada de síntomas emocionales.(4)

RESULTADOS

- La evidencia reciente confirma una alta prevalencia de burnout y estrés en la enfermería de salud mental, superior a otros ámbitos clínicos. El estrés emerge como eje central que precipita el agotamiento y otros trastornos emocionales.
- Los factores más influyentes son: la carga de trabajo, las condiciones organizativas, el escaso apoyo institucional y el impacto emocional del cuidado psiquiátrico. El estrés emerge como eje central que precipita el agotamiento y otros trastornos emocionales.
- Las estrategias recomendadas incluyen fortalecer la dotación de personal, promover programas de apoyo psicológico, formación en afrontamiento emocional y políticas que mejoren la calidad de vida laboral.



CONCLUSIONES

1. Alqahtani R. Burnout syndrome among nurses in a psychiatric hospital. Nurs Midwifery stud. 2020;9(2):80-6.
2. Jin R. Job satisfaction and burnout of psychiatric nurses during the COVID-19 pandemic in China—the moderation of family support. Front Psychol. 2022;13:1006518. doi:10.3389/fpsyg.2022.1006518.
3. Tomaszewska K, Kowalczyk K, Kadučáková H, Lehotská M, Papp K, Majchrowicz B. Occurrence of stress and burnout among nurses employed in a psychiatric hospital and a somatic hospital—A comparative analysis. Healthcare (Basel). 2024;12(23):2443. doi:10.3390/healthcare12232443.
4. Tao R, Li J, Zhang X, Chen M, Wang Y, Liu H, et al. Interconnected mental health symptoms: network analysis of depression, anxiety, stress, and burnout among psychiatric nurses in the context of the COVID-19 pandemic. Front Psychiatry. 2024;15:1485726. doi:10.3389/fpsy.2024.1485726.