



**FACUL
TAD DE
CIENCI
AS DE
LA
SALUD
“DR.
ENRIQ
UE
ORTEG
A
MOREI
RA”**

Efectos de los turnos en salud mental del personal de enfermería

Artículo presentado como requisito para la obtención del título:

Licenciatura en Enfermería

Por las estudiantes:

**Llinin Miranda Aida Maribel
Fajardo Pérez Andrea Estefanía**

Bajo la dirección de:

Dra. Maria Magdalena Aray Andrade

**Universidad Espíritu Santo
Carrera de Enfermería
Samborondón - Ecuador**

Agosto 2024

Efectos de los turnos en salud mental del personal de enfermería

Effects of nursing staff mental health shifts

Aida Maribel Llinin Miranda

allinin@uees.edi.ec

0009-0005-2239-5415

Andrea Estefanía Fajardo Pérez

anefajardo@uees.edu.ec

0009-0003-9325-974X

Guayaquil, Ecuador

RESUMEN

Este estudio examina los efectos del trabajo por turnos en la salud mental del personal de enfermería mediante el análisis de variables primarias y secundarias basadas en enfoques teóricos y conceptuales. Se realizó una revisión sistemática de la literatura en PubMed, Scielo, Dialnet y Scopus, seleccionando 26 artículos científicos relevantes de un total de 74. Los resultados señalan que los turnos nocturnos y las jornadas laborales extendidas afectan negativamente la salud mental del personal de enfermería, provocando estrés crónico, fatiga, problemas de sueño, ansiedad, interrupción del ritmo circadiano y problemas metabólicos. Otros factores identificados incluyen la falta de personal, entornos laborales estresantes, inactividad física, alteración del sueño, desigualdades socioeconómicas, compensaciones inadecuadas y el síndrome de burnout.

Palabras clave: Turnos Hospitalarios; Salud Mental; Carga Mental; Personal de Enfermería; Síndrome de Burnout.

ABSTRACT

This study examines the effects of shift work on the mental health of nursing staff by analyzing primary and secondary variables based on theoretical and conceptual approaches. A systematic literature review was conducted in PubMed and Scopus, selecting 26 relevant scientific articles from a total of 74. The results indicate that night shifts and extended working hours negatively affect the mental health of nursing staff, causing chronic stress, fatigue, sleep problems, anxiety, circadian rhythm disruption and metabolic problems. Other factors identified include understaffing, stressful work environments, physical inactivity, sleep disturbance, socioeconomic inequalities, inadequate compensation and burnout syndrome.

Key words: Hospital Shifts; Mental Health; Mental Workload; Nursing Staff; Burnout Syndrome.

INTRODUCCIÓN

Este trabajo analizó los turnos hospitalarios y la salud mental del personal de enfermería, por lo que se identificó varios desafíos a los que se enfrentan. Se sostiene que los problemas de salud mental se derivan de los turnos rotativos en los servicios hospitalarios, la inadecuada gestión usuarios y personal, la acumulación de sueño, la ausencia o baja calidad de las relaciones interpersonales y sociales, el entorno de trabajo estresante, condiciones socioeconómicas que desmotivan, la elevada carga de trabajo mental, el estrés, la fatiga persistente, entre otros aspectos.

En este contexto, la salud mental está intrínsecamente relacionado con el bienestar individual, así como con el aspecto social, económico, psicológico; es decir que, la salud mental no únicamente se refiere a estar libre de una enfermedad; sino que, apela al bienestar integral de la persona (1). El profesional de enfermería es la persona que desarrolla una serie de funciones, tales como atender y tratar individualmente a los pacientes, interactuar en la cotidianidad con los familiares del paciente, tratar con miembros de la comunidad en los procesos de prevención y capacitación a cerca de las enfermedades e infecciones, por lo que juega un rol importante en el sector de la salud (2). La jornada laboral media mensual es diferente en los distintos países: en Chile es de 176 horas (8,8 horas al día, 5 días a la semana), en México de 166 horas (8,3 horas al

día, 41,5 horas a la semana), en España y Ecuador de 160 horas (8 horas al día, 40 horas a la semana). En EE.UU., Brasil y Argentina, la jornada laboral media mensual es de 144 horas, con 3 días de 12 horas en EE.UU. y Brasil; 6 horas diarias en Argentina. Con respecto a la carga horaria, la OMS en su informe Indicadores de carga de trabajo para la estimación del personal necesario (WISN) clasificó al personal de salud en tres grupos: médicos, enfermeros y matronas. Sobre la base de 52 semanas al año, se determinó que los médicos trabajan 4,5 días, las enfermeras 5,5 días y las matronas 5 días a la semana. El resultado es una carga de trabajo media anual de 234 días para los médicos, 286 días para las enfermeras y 260 días para las matronas (3).

En esta perspectiva, los turnos rotativos y cambiantes afectan las relaciones individuales y sociales, además de estar vinculados a salarios bajos y alta demanda de pacientes, esto conduce a la ineficiencia de la gestión hospitalaria, produce estrés y probablemente conduzca a la muerte. Por otro lado, este análisis está basado en el personal de enfermería como sujetos de investigación. En este contexto, según la OMS define que existe un total de 27,9 millones de personal de enfermería en todo el mundo, de las cuales más de 19 millones cuenta con un título académico en esa área, lo que representa el 69%. Otro 22% son auxiliares de enfermería y el 9% restante desempeña funciones similares (4). La OPS informa de que hay un déficit de unos 6 millones de enfermeras en regiones como África, el Sudeste Asiático, el Mediterráneo y América Latina (4). En Ecuador hay ocho enfermeras por cada 10.000 habitantes, tomando en cuenta los índices de la OMS.

Por otro lado, la salud se refiere al estado de bienestar psicológico, físico, mental y ambiental; en este sentido estar bien de salud no sólo se refiere a no estar enfermo, sino que el individuo tenga acceso a todas las posibilidades de bienestar social, económica, que signifiquen calidad de vida. Entonces, esto significa que el personal de enfermería debe tener acceso a ese estado de bienestar, indistintamente esté laborando en el sector de salud, es más el estado está obligado a generar condiciones óptimas para que la ciudadanía reciba calidad de servicio. Se entiende que si el personal de enfermería accede a estas condiciones mejorará su rendimiento y productividad del centro hospitalario. Las relaciones enfermero/a con los pacientes serán más empáticas.

La investigación se fundamenta en el análisis de planteamientos teóricos y conceptuales en torno a las variables principales y secundarias. Para desarrollar este análisis se recurrió a textos académicos, basado en experiencias similares, en la cual se identificó factores y patrones laborales que influyen en la salud mental de los enfermeros y enfermeras. Por consiguiente, se trata de una investigación pura. El enfoque aplicado es cualitativo-descriptivo, basado en una exhaustiva revisión bibliográfica, con el objetivo de interpretar y actualizar el conocimiento sobre este fenómeno que afecta al personal de enfermería en el sector salud.

La justificación de este análisis se basa en la presencia de problemas de salud mental entre el personal de enfermería. Las causas probables incluyen los turnos irregulares y rotativos de 12 horas laborales, en los que el turno diurno se extiende de 08h00 a.m. a 08h00 p.m., seguido por el turno nocturno en el mismo esquema. Este patrón provoca que el personal de enfermería trabaje de pie durante 12 horas consecutivas, esto efectivamente produce dolores en mayor grado en las rodillas y en los pies, en menor grado en las piernas, como consecuencia de permanecer en bipedestación sin descanso alguno (5). Además, el uso de calzado inadecuado o de mala calidad contribuye negativamente a su salud física. El desarrollo del temperamento, las relaciones sociales, así como la salud del personal de enfermería son efectos negativos que la falta de horas de sueño produce, que están directamente ligados a la salud mental.

La formulación del problema de investigación se centra en responder a la pregunta general: ¿Cuáles son los efectos de los turnos laborales en la salud mental del personal de enfermería? Para guiar la investigación de manera efectiva, es importante abordar las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuáles son las características y los patrones que definen a un enfermero/a con salud mental adecuada? ¿Cómo operan los turnos laborales en el sistema de salud ecuatoriano en el área de enfermería?; y ¿Cuáles son los patrones más relevantes de influencia de los turnos laborales en la salud mental del personal de enfermería?

El objetivo general de este estudio es: Determinar los posibles efectos causados por los turnos laborales en la salud mental del personal de enfermería. Los objetivos específicos son los siguientes: 1) Analizar el funcionamiento de los turnos hospitalarios en el área de enfermería; 2) Identificar las características que definen a un personal de enfermería con

una salud mental adecuada; y 3) Sintetizar los factores más frecuentes que influyen en la salud mental del personal de enfermería. La hipótesis a defender es que, se podrá determinar los efectos de los turnos laborales en la salud mental del personal de enfermería al identificar las características de una salud mental adecuada, analizar los turnos hospitalarios y evaluar los factores influyentes.

METODOLOGÍA

Se ha desarrollado la revisión sistemática con el fin de identificar los posibles efectos causados por largas jornadas en la salud mental del personal de enfermería. El abordaje metodológico de este análisis se basa fundamentalmente en un sistema de recolección de información para su posterior interpretación. Para el efecto el diagrama PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses) ayuda a los investigadores a trabajar de forma estructurada y precisa. Una revisión sistemática de la literatura ayuda a garantizar la calidad de la investigación. Este método permite una revisión exhaustiva y transparente, reduciendo así los posibles sesgos en la investigación científica.

La población se refiere al conjunto total de unidades de investigación; en este caso, se trata del número total de artículos académicos encontrados a partir del filtrado de las variables "turnos hospitalarios" y "salud mental del personal de enfermería" en diversas plataformas o bases de datos. Para determinar la extracción y posterior evaluación de los datos, se elaboró el siguiente diagrama PRISMA, con el fin de recopilar la información de manera ordenada y sistemática.

La búsqueda bibliográfica exhaustiva en bases de datos electrónicas relevantes, como PubMed y Scopus, entre otras, dio como resultado la identificación de 74 artículos científicos relacionados con el tema. Sin embargo, posterior a generar los procedimientos sistemáticos se determinó el estudio sobre la base de 26 artículos científicos, que para efectos metodológicos es la muestra poblacional.

Criterios de Selección de variables.

A través de la revisión independiente de los dos investigadores se realizó una evaluación con los siguientes criterios:

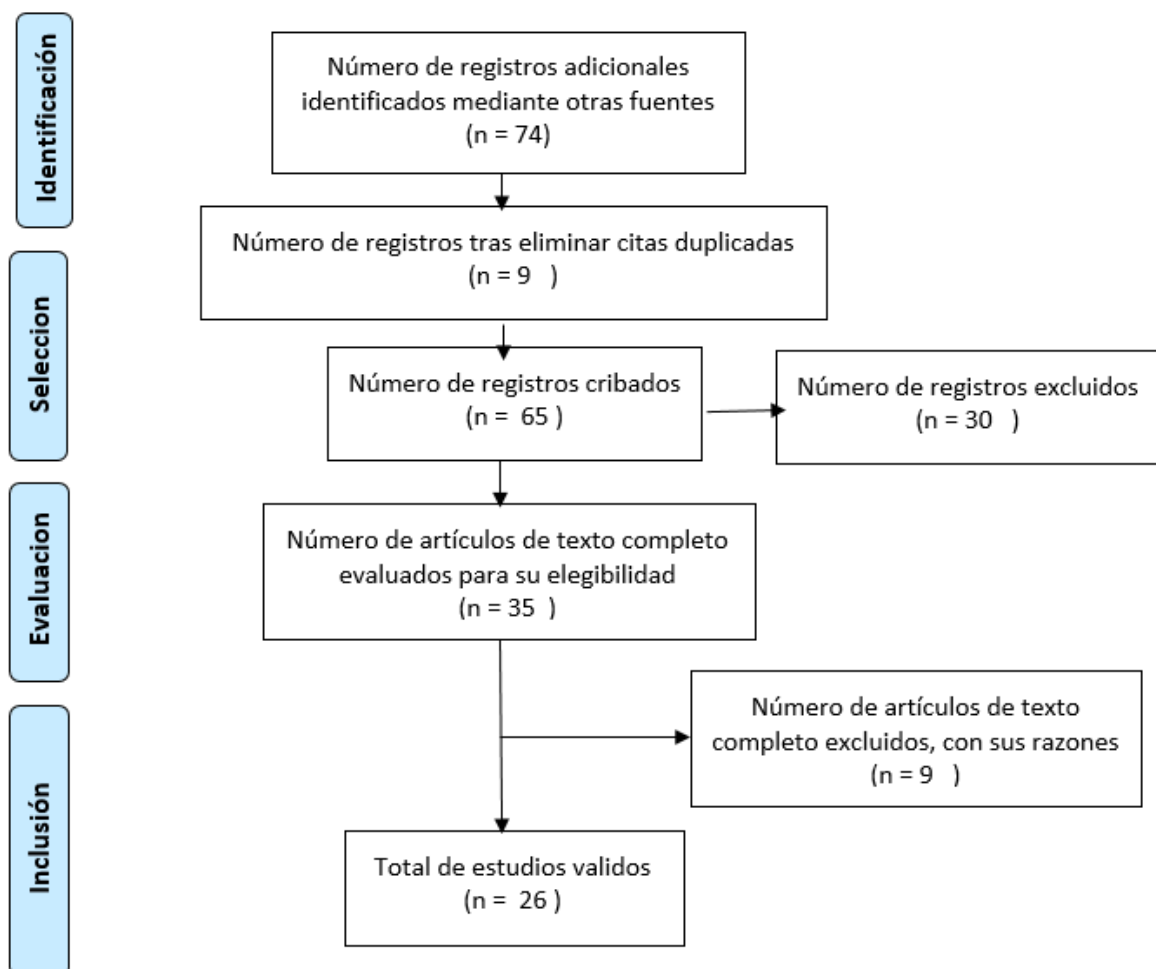
Tabla 1. *criterios de inclusión*

Criterios	Características
Idioma	Español e ingles
Año de publicación	2014 - 2024
Tipos de artículos	Original o revisión
Población	Personal de enfermería
Objetivo del estudio	Evaluar salud mental

Como resultado de estos procesos se pudieron filtrar 35 artículos, de los cuales por duplicación de archivos se eliminaron 9 documentos

En la primera parte de la investigación se desarrolló contenido de acuerdo al siguiente diagrama PRISMA.

Figura 1. *Flujograma de acuerdo a la normativa PRISMA*



DESARROLLO Y DISCUSIÓN

Los turnos hospitalarios se refieren al tiempo que el personal de enfermería tiene que pasar en los hospitales como parte de sus actividades profesionales, sobre la base de obligaciones contractuales, ya que han sido contratados para esta tarea en el sector sanitario.

En esta perspectiva, es importante mencionar y reconocer la evolución positiva de las normativas que regulan a los trabajadores. En una valoración que se realizó en España, revelaron que, a la década del 90 del siglo XX, las conquistas de la lucha de los trabajadores fue la reducción de 100 a 80 horas extraordinarias de trabajo al año, y de 43 horas a 40 horas semanales de jornada laboral (6). Esta conquista laboral fundamentalmente es aplicable al sector público y privado, donde las normativas para el efecto tipifican la jornada laboral de ocho horas diarias. Sin embargo, las condiciones laborales del personal de enfermería son de doce horas, esto hace que sufran de afecciones de salud por las cuestiones laborales, lo que implica que se debe desarrollar un examen y análisis exhaustivo de la aplicación de las normativas legales que existen en Ecuador.

Sin embargo, uno de los problemas que aún persiste y básicamente se ha naturalizado en el área de sector salud son las jornadas extendidas de trabajo y salarios bajos. Ante esta situación, el personal de enfermería como medida para afrontar las necesidades económicas y familiares suelen doblar sus jornadas laborales (7). En consecuencia, desarrollan con mayor rapidez el agotamiento físico, mental, estrés en relación a otras formas de trabajo. Durante estas horas extendidas de trabajo se desarrollan una serie de reacciones en el personal de enfermería. Por un lado, están sujetos a riesgos de tipo de patógenos, lesiones, dermatitis y riesgos de infecciones respiratorias (7). Por otro lado, suelen incurrir en su cotidianidad niveles altos de conflictos laborales entre el personal de enfermería, que inclusive incluye intimidación, abuso físico y verbal (7). Es decir que, los turnos extendidos y reiterados afectan la salud mental del personal de enfermería desencadenando otros efectos paralelos que afectan la salud y relaciones sociales del personal de enfermería.

Ante las jornadas laborales extendidas, se recomienda una mejor organización internamente grupos o equipos de trabajo que permitan sobrellevar, armonizar y disminuir el peso laboral que significa estar extensas horas trabajando, a través de la organización (8). Además, enfatiza que la ausencia por causas laborales crea brechas en las relaciones familiares, sociales; es decir a más de generar problemas de salud como la fatiga, somnolencia y problemas cardíacos, termina afectando al individuo en otros aspectos que no necesariamente está relacionado con la salud.

Al respecto de los turnos hospitalarios interrumpidos mencionan que aceleran el ritmo cardíaco, generan problemas para dormir, problemas metabólicos, cáncer, trastornos gastrointestinales, afectaciones psicológicas, entre otras (9). Por lo tanto, se recomienda mejorar estratégicamente los turnos del personal de enfermería para evitar futuras complicaciones en la salud, además menciona que se debe acompañar de buenas prácticas como la dieta, ejercicio físico, y el tiempo adecuado para el descanso para contrarrestar las implicaciones de salud que provoca los turnos hospitalarios (9). En esta perspectiva los turnos hospitalarios inciden de manera negativa en la salud mental del personal de enfermería.

Los hallazgos que se precisan alrededor del segundo objetivo específico, que concierne a la identificación de las características que definen un personal de enfermería con una salud mental adecuada, se desarrollan a continuación.

Siendo así, cabe definir que el personal de enfermería es una persona (hombre o mujer) profesional en el área de enfermería, que ha formalizado un contrato o nombramiento para laborar en algún centro hospitalario público o privado. Según la OPS define que el 70% de la fuerza laboral de enfermería estaría compuesta por tecnólogos, técnicos y auxiliares (10). Agrega, que, en el caso ecuatoriano, la densidad del personal de enfermería es de cada diez mil habitantes un enfermero o enfermera, esto significa que la escasez de personal en el sector salud es grave, y requiere la pronta intervención e inversión en la salud por parte del estado ecuatoriano. Una primera condición del personal de enfermería es el goce de sus derechos al trabajo, en calidad de contratado o de carrera.

Los factores más preponderantes que fueron identificados y que comprometen la salud mental del personal de enfermería son: los ingresos, redes de apoyo social, educación, empleo, condiciones laborales, entornos físicos y sociales, aspectos biológicos, prácticas de salud personal, desarrollo infantil, servicios de salud y género (11). Entonces, las condiciones para que una persona goce de buena salud mental, está relacionado con ingresos mensuales adecuados, los cuales deben justificar el esfuerzo profesional. El factor económico determina la calidad de vida, la capacidad económica familiar para resolver las necesidades humanas, inclusive este elemento suele definir la calidad de educación, de salud, así como el desarrollo infantil de los niños y niñas. Otra de las características fundamentales que aporta a la adecuada salud mental del personal de enfermería es la estabilidad financiera y el bienestar familiar.

Por otro lado, vinculan a la salud mental con las redes de apoyo social, es decir una persona que recibe un apoyo moral por parte de la familia, de sus compañeros podrá afrontar las dificultades que se presenten en la cotidianidad laboral con mucha más seguridad. El entorno social agradable donde se viva la empatía aporta a que el personal de enfermería desarrolle sus capacidades profesionales y personales con normalidad. Entonces, otra característica importante en la existencia de la salud mental se relaciona con la seguridad personal proveniente del apoyo familiar.

La falta de horas de sueño y descanso adecuado desencadena una serie de reacciones desfavorables en el personal de enfermería. En esta perspectiva, el sueño regular es vital para la salud física y mental, dado que el desorden en el sueño afecta significativamente a la vida diaria y la salud psicofisiológica (12). La acumulación de la falta de sueño ha desarrollado cinco formas de trastornos: ataques de pánico; trastornos fóbicos; trastornos obsesivo-compulsivos; trastornos por estrés traumático; y trastorno de ansiedad generalizada (12). La persona que alcanza a dormir las ocho horas diariamente, en un espacio físico adecuado, climatizado, fuera de ruidos y distracciones desarrolla un sueño de calidad. En este contexto, una persona que labora en las noches de manera directa afecta al comportamiento natural del cuerpo humano, dado que su diseño es para que descanse en la noche trabajó en el día. Siendo así, el trabajo nocturno se asocia con mayores niveles de estrés y una menor calidad de vida, principalmente debido a la alteración del ritmo sueño y vigilia. De tal forma que, otra de las características importante

de una persona con buena salud mental es estar despierta y descansada. Estas condiciones se reflejan en su ánimo y en su capacidad para estar plenamente enfocada en su trabajo.

A consecuencia de la rutina nocturna, cambiante, desordenada del personal de enfermería desarrolla el síndrome de Burnout, la cual se produce por una baja realización personal, acompañada de agotamiento emocional y físico, así como despersonalización, lo que puede llevar a sentimientos de auto insatisfacción e insensibilidad hacia los demás (12). Este síndrome impacta la parte psicológica del personal, el personal de enfermería llega a adoptar cierta personalidad un poco más reaccionaria e insensible frente a los usuarios. Las enfermeras y enfermeros suelen tener una actitud molesta y gruñona cuando atienden a los usuarios, sobre todo este tipo de actos se evidencia en el área de partos, cuando inclusive llegan a mofarse y burlarse de los gritos de las madres que gestan una nueva vida. Por esta razón, un indicador adicional de una buena salud mental es la ausencia de signos del síndrome de burnout.

En este contexto, se debe procurar generar ambientes más agradables y empáticos que garanticen una calidad de atención a los usuarios. Frente a esta dificultad de salud, proponen promover ambientes laborales positivos para mejorar las relaciones entre enfermeras y pacientes, reduciendo el cansancio (13). Generalmente, el ambiente de trabajo responde a un ritmo de trabajo, pero a diferencia de una imposición es preferible que el ritmo sea creado por el equipo de enfermeros/as para establecer un buen ambiente laboral. Por lo tanto, una señal de buena salud mental en un profesional de enfermería es la capacidad de desarrollar una personalidad agradable, sociable y empática, tanto con los pacientes como con sus compañeros de trabajo.

Para dormir bien o tener un sueño reparador, se requieren ciertas condiciones mínimas. En la calidad del sueño influyen factores externos como el entorno, el estilo de vida y el trabajo por turnos (14). Una persona que ha trabajado toda la noche llega a casa y suele tener un sueño interrumpido. Dependiendo de la región en la que se viva, la climatización de la habitación es importante. Por ejemplo, en la costa, en los meses en que se alcanzan los 40 grados, el aire acondicionado es necesario. Durante el día, la gente suele estar

ocupada, lo que provoca más ruido, como bocinas de vehículos, vendedores ambulantes y otros ruidos que requieren medidas especiales para conseguir el descanso necesario. La condición favorable del ambiente produce en la persona la recuperación física, mental, y bajo estrés.

Desde este punto de vista, es importante comprender que el sueño cumple funciones fundamentales. Ayuda a reparar las actividades fisiológicas, a eliminar toxinas y a mantener las funciones inmunológicas, cardiovasculares, reproductivas, endocrinas y de control del dolor, así como las capacidades cognitivas, la memoria y el equilibrio del organismo (14). Las personas duermen no sólo porque están cansadas o quieren descansar, sino porque el sueño es necesario para continuar con las actividades cotidianas, y para vivir.

En esta perspectiva, la acumulación de sueño por un lado afecta la salud del personal de enfermería, pero por otro lado la rutina de estar durmiendo en el día y trabajar en la noche afecta a las relaciones sociales e interpersonales. Las relaciones interpersonales se refieren al desarrollo de habilidades, necesidades personales, aspiraciones, valores y creencia en la eficiencia personal (15). En el día las familias, la sociedad ingresa en proceso de interacción social, en la cual se activa el comercio, los servicios, el proceso de enseñanza-aprendizaje, la participación en varios aspectos, la autorrealización etc., el personal de enfermería no puede acceder a ese sistema de vida, por esta ausente de estos procesos. Por esta razón, como característica de la salud mental son las buenas y duraderas relaciones interpersonales, práctica de valores sociales y espirituales.

Al estar ausente de los procesos de interacción social durante el día, de cierto modo se adapta a una forma de vida más sistemática y mecánica, esto influye significativamente en la calidad y eficacia del trabajo del personal de salud (15). El personal de enfermería debe enfrentar situaciones complejas, como por ejemplo no le es fácil acceder al desarrollo profesional, dado que generalmente las sesiones educativas son durante el día, a diferencia de una persona que trabaje de día y que tenga menor carga laboral les facilite mejorar el perfil profesional y escalar en su proceso de la autorrealización (15). Por otro lado, la falta de ejercicio físico del personal de enfermería aumenta mayores

probabilidades de afección a su salud mental. En esta perspectiva, dependiendo de la condición física y psicológica de cada trabajador, el turno hospitalario puede afectar y producir estrés (15). Otro aspecto relevante son las condiciones institucionales y personales que facilitan el desarrollo profesional y promueven un buen estado físico.

Otra condición relevante es la estabilidad económica del personal de enfermería como un factor fundamental para mantener una buena salud mental. En la actualidad, las personas que carecen de recursos económicos difícilmente podrán cubrir sus necesidades individuales y familiares. Generalmente ese estado se configura cuando una persona no tiene trabajo; sin embargo, si la causa responde a la falta de compensación económica por parte de un sueldo o salario en relación al trabajo complejo que realice, tiende a que la persona se sienta defraudada o caiga en un estado de depresión.

Por esta razón, el bajo nivel de ingresos está relacionado con el nivel de productividad (16). Además, el factor económico incide en las desigualdades sanitarias debido a la privación material agravan los problemas de salud mental entre los pacientes (16). Estas disparidades socioeconómicas afectan directamente a las familias, dificultando el acceso a la atención médica en hospitales tanto públicos como privados en Ecuador. Mientras los hospitales privados tienen costos elevados que a menudo superan los ingresos promedio de las familias, los hospitales públicos sufren de una inversión estatal insuficiente, resultando en escasez de equipos y medicamentos esenciales. De este modo, la plenitud de la salud mental está condicionada por altos niveles de ingresos y productividad laboral.

La carga mental es el factor más cercano que estaría afectando la salud mental del personal de enfermería. Enfatizan que la carga mental es producto del exceso de trabajo, lo que causa el agotamiento de la energía mental que afecta tanto la salud física como mental del personal (17). Agregan que, esta carga proviene de la presión laboral, que incluye aspectos cognitivos, toma de decisiones, procesamiento de información y resolución de conflictos, tanto por causas internas como por factores externos. Como característica en la existencia de la salud mental es el equilibrio en la carga laboral, lo que contribuye a mantener niveles óptimos de energía mental y favorece tanto la salud física como mental del personal.

El estrés y el cansancio es otro factor que afecta a la salud mental. En esta perspectiva se sostiene que la acumulación de estos elementos, de acuerdo al estudio en un hospital de Cataluña, reveló altas prevalencias de burnout, estrés traumático secundario y ansiedad entre enfermeras, asociadas con la intención de abandonar la profesión y la unidad de trabajo, destacando la influencia de variables sociodemográficas, formativas, laborales y psicológicas en estos resultados (18). Nuevamente, se insiste en que el personal de enfermería debe mostrar señales de bienestar, manejo adecuado del estrés y ausencia de cansancio acumulado.

Además, destaca que el suicidio es una grave consecuencia de esta enfermedad, con una estimación anual de 800,000 muertes entre jóvenes de 15 a 29 años. En esta perspectiva, indican que los profesionales sanitarios enfrentan altos niveles de estrés, particularmente durante la pandemia de COVID-19 (19). En Canadá, el 86% del personal de enfermería reportó estrés laboral, mientras que en Australia el 41.2% experimentaron estrés y ansiedad, y en España, el 40% de los trabajadores del sector público también se vieron afectados (19). Los efectos negativos del estrés incluyen una disminución en el rendimiento laboral, una mayor intención de abandonar el trabajo y una menor satisfacción laboral. Además, se observa una baja calidad de vida, lo que afecta la concentración y la toma de decisiones.

Se señala que las causas del estrés incluyen un lugar de trabajo impredecible, comportamientos agresivos de los pacientes, aumento de tareas administrativas, falta de apoyo de la coordinación, conflictos con otros profesionales de la salud y presiones laborales (20). También es una consecuencia del estrés laboral crónico, caracterizado por una pérdida gradual de preocupación y conexión emocional hacia los pacientes, lo que puede llevar al aislamiento y deshumanización (21). El profesionalismo y la capacidad de responder de manera inmediata y agradable bajo presión y carga laboral son características distintivas de una persona con una salud mental adecuada.

Finalmente, al respecto del estrés y cansancio puede estar relacionado con la remuneración mensual, basa su tesis en dos dimensiones: el impacto de percibir un

sueldo fijo mensual versus trabajar por resultados (22). Por otro lado, define que las condiciones estresantes como temperaturas extremas y ruidos en áreas de enfermería, afectan la satisfacción laboral y pueden predisponer al síndrome de burnout (22). Es urgente que tanto los administradores como las autoridades de los centros hospitalarios, tanto privados como públicos, gestionen adecuadamente estas condiciones ambientales y laborales.

Síndrome de Burnout, como definición consensuada incluyen al agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, destacando la sensación de impotencia laboral, actitudes cínicas hacia los pacientes y sentimientos de insuficiencia personal y profesional (23). El síndrome de burnout es una afección psicosocial que afecta especialmente a las enfermeras cuando están expuestas a un entorno laboral estresante. Esto provoca un importante deterioro emocional y energético, así como alienación y estancamiento profesional (24). En los centros sanitarios, esta reacción se refleja en el hecho de que los profesionales afectados reaccionan con menos empatía ante el dolor de los pacientes, ya sea malestar físico o dolor intenso que también agobia a los familiares. En contraste con estas definiciones, el profesional de enfermería debe exhibir alta motivación, adoptar buenas prácticas de resiliencia, y demostrar energía y vitalidad, entre otros aspectos.

La presión laboral es otro factor que afecta la salud mental. Se menciona que varían las tareas del personal de enfermería, dado que se desprende de las políticas hospitalarias y áreas de desempeño (25). Mientras que, se hace necesario reconocer la carencia de personal calificado en salud mental debido a la falta de inversión en servicios dirigidos a personas con problemas mentales, subrayando la importancia de mejorar la atención de la salud mental del personal de salud pública para garantizar la continuidad del servicio (26). En este contexto, se subraya que la carga mental del personal de enfermería está causada por la intensa carga de trabajo y la presión constante de los pacientes, los familiares y los usuarios, lo que afecta significativamente a la salud mental del personal (27). Este estrés mental es uno de los factores que más afectan a la salud mental del personal de enfermería. La carga mental es consecuencia de la enorme presión y las exigencias a las que se enfrentan los cuidadores, ya que se encuentran en primera línea de la asistencia sanitaria y deben responder inmediatamente a las necesidades y

demandas de los pacientes; en contraste desde la planificación institucional deben reducir la presión y carga laboral.

Si bien es cierto que los trabajadores están expuestos constantemente a riesgos laborales y de salud ocupacional, definitivamente hay consenso en que el sector de salud recibe la mayor carga de afecciones de salud de sus trabajadores. En este contexto; los objetivos principales del personal de enfermería son la gestión del cuidado de pacientes, la preservación de la vida y la satisfacción de las necesidades, actuando como cuidadores permanentes en el proceso asistencial (28). Agrega, la necesidad de desarrollar habilidades clave como la imaginación crítica, organización eficiente en servicios de salud y provisión de cuidados personalizados de alta calidad, recalcando la importancia de la relación enfermera-paciente para promover el bienestar y demostrar un compromiso humano (23).

La presión laboral como efecto de este estado relaciona a la depresión, obstaculiza las relaciones sociales y afecta la calidad de vida, subrayando que la depresión mayor es una de las enfermedades más prevalentes a nivel mundial, con pronósticos alarmantes de aumento para el 2030 (29). En el contexto de COVID-19, se constató que la pandemia había exacerbado los problemas de salud mental debido a las desigualdades económicas y sociales, así como a medidas restrictivas como la cuarentena y el distanciamiento social. Las personas que podían permitírselo tenían acceso a comodidades como aire acondicionado, comida, vivienda y la oportunidad de trabajar virtualmente. Las familias que sufrían inestabilidad económica, por el contrario, soportan una pesada carga al no tener acceso a alimentos básicos y tener que luchar con otras necesidades personales y familiares.

En esta etapa fue evidente el aumento de la violencia, la depresión, los suicidios y el consumo de drogas (30). Normalmente, las personas disfrutaban de libertad y de la oportunidad de dedicarse a sus actividades. Sin embargo, las restricciones y el confinamiento impuestos por la pandemia dificultaron su movilidad y provocaron problemas psicológicos como la ansiedad, miedo y otras tensiones. Este estrés mental empeoró la salud de muchos pacientes de COVID-19 y, en algunos casos, incluso los

llevó a la muerte. Aunque la pandemia se percibía a menudo como la causa, en realidad fueron los factores psicológicos los que debilitaron el sistema inmunitario y aumentaron así la susceptibilidad a la enfermedad.

En este mismo contexto de la pandemia de Covid-19, se observó que las enfermeras estaban sometidas a un estrés moral y una presión psicológica considerable. Esto plantea retos transdisciplinarios, como la consideración de la subjetividad y el impacto de las relaciones sociales y contextuales (31). Las enfermeras tuvieron que adaptarse a la demanda mundial durante la crisis sanitaria duplicando y triplicando sus horas de trabajo para garantizar la atención a los pacientes. Por un lado, el miedo al contagio era grande, ya que hubo un número importante de muertes entre el personal de enfermería. Además, también tenían que hacer frente a la ansiedad de los pacientes, la desesperación de los familiares, el número excesivo de pacientes, la capacidad limitada de los hospitales y el aislamiento de sus propias familias después de los turnos de trabajo. Estas tensiones los llevaron al colapso, al desánimo e incluso al deseo de abandonar su profesión.

Finalmente, al respecto del tercer objetivo específico, a manera de síntesis los factores más frecuentes que impactan en la salud mental del personal de enfermería, son los siguientes, de acuerdo a la Tabla 1.

Tabla 2. Factores que impactan la salud mental del personal de enfermería.

Nro. Ref. Bibliográficas	Autor	Dimensión	Factores	Resultados
6	Lázaro (2014)	Turnos y jornada	<ul style="list-style-type: none"> Jornadas laborales largas 	<ul style="list-style-type: none"> Fatiga, agotamiento físico y mental.
7	Millones (2021).		<ul style="list-style-type: none"> Turnos dobles y jornadas largas 	<ul style="list-style-type: none"> Calidad de atención afectada, agotamiento rápido.

		s lab oral es		
8	Vásquez et al (2021).		<ul style="list-style-type: none"> • Actividad física • Jornadas laborales extendidas • Estrés por trabajo nocturno 	<ul style="list-style-type: none"> • Factor protector para la salud y la calidad de vida. • Unión familiar y social afectada, fatiga crónica, somnolencia, problemas cardíacos. • Mayores niveles de estrés, menor calidad de vida.
9	Bengoia (2021).		<ul style="list-style-type: none"> • Turnos Hospitalarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Disrupción del ritmo cardíaco, trastornos del sueño, problemas metabólicos, cáncer, trastornos gastrointestinales, afectaciones psicológicas etc.
10	OMS (2021).	Per son al de Enf er m er ía	<ul style="list-style-type: none"> • Fuerza Laboral 	<ul style="list-style-type: none"> • Tecnólogos, Técnicos y Auxiliares
11	Camarena (2021).	Fac to re s	<ul style="list-style-type: none"> • Ingresos, redes de apoyo social, educación, empleo, condiciones laborales, entornos físicos y sociales, aspectos biológicos, prácticas de salud personal, desarrollo infantil, servicios de salud, género. 	<ul style="list-style-type: none"> • Impacto multidimensional en la salud mental.
12	Molina (2020).	Hor as de sue ño y des can so	<ul style="list-style-type: none"> • Sueño irregular • Síndrome de Burnout • Ansiedad 	<ul style="list-style-type: none"> • Afecta la vida diaria y la salud psicofisiológica. • Baja realización personal, agotamiento emocional y físico, despersonalización. • Ataques de pánico, trastornos fóbicos, trastornos obsesivo-compulsivos, trastornos por estrés traumático, trastorno de ansiedad generalizada. •

13	Moreno (2018).	Horas de sueño y descanso Relaciones Interpersonales	<ul style="list-style-type: none"> • Promover ambientes laborales positivos. • 	<ul style="list-style-type: none"> • Mejorar las relaciones entre enfermeras y pacientes, reduciendo el cansancio.
14	Silva (2022).		<ul style="list-style-type: none"> • Calidad del sueño <p>Funciones del sueño</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Impacto en la salud general. Reparación de actividades fisiológicas, eliminación de toxinas, mantenimiento de funciones inmunológicas, cardiovasculares, reproductivas.
15	Pambaquishe (2021)		<ul style="list-style-type: none"> • Relaciones interpersonales • Estado físico 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de habilidades, satisfacción laboral, reducción de la carga laboral y costos asociados. • Estrés dependiendo de la condición física y psicológica del trabajador.
16	Cerfogli et al (2022)	Situación Económica	<ul style="list-style-type: none"> • Situación económica 	<ul style="list-style-type: none"> • Desigualdades sanitarias, problemas de acceso a atención médica, remuneración afecta percepción de la carga laboral y productividad.
17	Vargas et al (2020)	Carga Mental	<ul style="list-style-type: none"> • Carga mental 	<ul style="list-style-type: none"> • Agotamiento de la energía mental, presión laboral, toma de decisiones, resolución de conflictos.
18	Arrimon et al (2023)	Estrés y Cansancio	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés traumático secundario 	<ul style="list-style-type: none"> • Abandono de profesión, sociodemográficas, formativas, laborales y psicológicas.
19	Cobos et al (2021)	Estrés y Cansancio Síndrome de Burn	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés durante la pandemia 	<ul style="list-style-type: none"> • Altos niveles de estrés, ansiedad, disminución en el rendimiento laboral, mayor intención de abandonar el trabajo. •
20	Ruiz et al (2017)		<ul style="list-style-type: none"> • Estrés laboral 	<ul style="list-style-type: none"> • Lugar de trabajo impredecible, comportamientos agresivos de los pacientes, aumento de tareas administrativas.

21	De las salas et al (2021)	nou t	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés laboral crónico 	Pérdida de conexión emocional, aislamiento, deshumanización.
22	Rodríguez et al (2023)		<ul style="list-style-type: none"> • Condiciones estresantes en el trabajo • 	<ul style="list-style-type: none"> • Impacto en la satisfacción laboral.
23	Borges et al (2021)		Síndrome de Burnout	<ul style="list-style-type: none"> • Agotamiento emocional, despersonalización, baja realización personal.
24	Vidotti et al (2018)	Sín dro me de Bur nou t	<ul style="list-style-type: none"> • Síndrome de Burnout 	<ul style="list-style-type: none"> • Disminución emocional y energética, reacciones insensibles, estancamiento profesional.
25	Cáceres et al (2022)	Pre si ó n Lab oral	<ul style="list-style-type: none"> • Políticas hospitalarias y áreas de desempeño 	<ul style="list-style-type: none"> • Variedad de tareas, riesgo significativo en el trabajo (exposición a patógenos, lesiones, dermatitis).
26	Aguilera et al (2024)	Pre si ó n Lab oral	<ul style="list-style-type: none"> • Falta de personal 	<ul style="list-style-type: none"> • Afecta la salud mental del personal
27	Gómez (2020)	Co nte xto CO	<ul style="list-style-type: none"> • Labor intensiva y presión constante 	<ul style="list-style-type: none"> • Impacto significativo en la salud mental.
28	Quiroz et al (2022)	VID -19	<ul style="list-style-type: none"> • Gestión del cuidado de pacientes 	<ul style="list-style-type: none"> • Alta carga emocional y mental, necesidad de desarrollar habilidades críticas.
29	Hinojosa et al (2022)		<ul style="list-style-type: none"> • Depresión 	<ul style="list-style-type: none"> • Obstáculos en las relaciones sociales, calidad de vida afectada, riesgo de suicidio.
30	Peña et al (2024)		<ul style="list-style-type: none"> • Pandemia de Covid-19 	<ul style="list-style-type: none"> • Aumento de violencia, depresión, suicidios, consumo de sustancias.
31	Villarraga (2021)	Co nte xto CO VID -19	<ul style="list-style-type: none"> • Pandemia de Covid-19 	<ul style="list-style-type: none"> • Angustia moral, presión psicológica.
			<ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> •

CONCLUSIÓN

Las conclusiones que se han alcanzado a interpretar están relacionadas con los objetivos de revisión sistemática.

1. Se ha comprobado que las largas jornadas laborales afectan al bienestar mental de los cuidadores por sus efectos sobre las condiciones de salud cardíaca, mental, física y psicológica. Estos efectos también influyen en las relaciones sociales con los compañeros, los familiares y el vecindario. Además, los factores económicos y las desigualdades sociales y sanitarias desempeñan un papel importante en la salud mental de las enfermeras.
2. El impacto del trabajo por turnos en los hospitales sobre la salud mental es consecuencia de los horarios irregulares, los turnos nocturnos, la escasez de personal, la planificación inadecuada y la falta de empatía y de trabajo en equipo para hacer frente a las exigencias laborales. La prolongación de la jornada laboral provoca estrés, fatiga, trastornos del sueño, ansiedad y otros trastornos diversos que afectan considerablemente a la calidad de vida del personal de enfermería.
3. La salud mental del personal de enfermería se ve influida significativamente por la duración del sueño y las condiciones laborales, económicas y sociales de los hospitales. Los turnos largos y dobles, así como las condiciones de trabajo desfavorables, como las temperaturas extremas y el ruido excesivo, contribuyen significativamente a aumentar el estrés, el agotamiento y el deterioro de la calidad de la asistencia. Una normativa laboral inadecuada y la falta de apoyo agravan estos problemas y provocan una mayor incidencia de trastornos mentales como la depresión y la ansiedad.
4. Los principales factores que afectan a la salud mental del personal asistencial son el trabajo por turnos y la prolongación de la jornada laboral, el estrés laboral, los turnos de noche y la dotación inadecuada de personal. Un entorno laboral estresante, la inactividad física, la salud física y mental general, las relaciones interpersonales y sociales y la desigualdad de condiciones debida a factores económicos y financieros también desempeñan un papel importante.

REFERENCIAS

- 1 Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos [Internet]. www.who.int. Available from: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>
- 2 Atención de enfermería y partería [Internet]. www.who.int. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/nursing-and-midwifery>
- 3 Marco operacional para la atención primaria de salud. World Health Organization; 2021. Recuperado de: Indicadores de carga de trabajo para la estimación del personal necesario (WISN). Manual del Usuario (who.int)
- 4 Cassiani SHDB, Munar Jimenez EF, Umpiérrez Ferreira A, Peduzzi M, Leija Hernández C. La situación de la enfermería en el mundo y la Región de las Américas en tiempos de la pandemia de COVID-19. Revista Panamericana de Salud Pública [Internet]. 2020 May 15;44:e64. Available from: <https://www.scielosp.org/article/rpsp/2020.v44/e64/es/>
- 5 Fierro Vasco SG, Guano Gutiérrez DA, Ocampo Bermeo JD, Pacheco Toro SI. Riesgos ergonómicos en personal de enfermería: una revisión práctica. Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional [Internet]. 2022;7(8 (AGOSTO 2022)):955–70. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9042755>
- 6 Lázaro Páucar E. Jornada de trabajo, tipología de jornadas y horarios de trabajo Trabajo de Fin de Grado [Internet]. 2014 [cited 2024 Aug 1]. Available from:

https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/58027/1/ELIZABETH%20LAZARO%20PAUCAR_TFG.pdf

- 7 Millones Trinidad ML, Alvarado Rivadeneyra SH. Condiciones de trabajo y satisfacción laboral de las enfermeras del Complejo Hospitalario PNP Luis N Sáenz. Dominio de las Ciencias [Internet]. 2021 [cited 2024 Aug 1];7(6):148–61. Available from:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383776#:~:text=El%20objetivo%20del%20estudio%20es%20determinar%20la%20relaci%C3%B3n>
- 8 Vásquez Yañez J, Guzmán Muñoz E. Calidad de vida, Burnout e indicadores de salud en enfermeras/os que trabajan con turnos rotativos. Revista Universidad y Salud [Internet]. 2021;23(3):240–7. Available from:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9521418>
- 9 Bengoa N, Tutora E, Luz M, García González A. EL TRABAJO A TURNOS Y SU EFECTO SOBRE LA SALUD DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA [Internet]. [cited 2024 Aug 1]. Available from:
https://dspace.umh.es/bitstream/11000/27154/1/BENGOA_ENDEMA%c3%91O_NA_HIA_TFM.pdf
- 10 Organización Mundial de la Salud (OMS). Situación de la enfermería en el mundo 2020: invertir en educación, empleo y liderazgo. [Online].; 2020. Available from:
HYPERLINK "https://www.icn.ch/sites/default/files/2023-04/SOWN_Report_SP.pdf"
https://www.icn.ch/sites/default/files/2023-04/SOWN_Report_SP.pdf
- 11 Camarena Casas LL, Lozano Orihuela P. Impacto de la salud mental en el desempeño laboral del profesional de enfermería en tiempo de pandemia en el área de emergencia del hospital Ramiro Prialé Prialé, Huancayo - 2021.

repositoriounacedupe [Internet]. 2021; Available from:
<https://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/6124>

- 12 Brenda L, Molina Zavala I. Idónea Comunicación de Resultados [Internet]. Available from: <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/bitstream/123456789/22660/1/150004.pdf>
- 13 Moreno-Casbas MT, Alonso-Poncelas E, Gómez-García T, Martínez-Madrid MJ, Escobar-Aguilar G. Percepción sobre la calidad de los cuidados, entorno laboral y características del sueño de las enfermeras que trabajan en el Sistema Nacional de Salud. *Enfermería Clínica*. 2018 Jul;28(4):230–9.
- 14 Silva AF, Dalri R de C de MB, Eckeli AL, Uva ANP de S, Mendes AM de OC, Robazzi ML do CC. Sleep quality, personal and work variables and life habits of hospital nurses. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2022;30.
- 15 Pambaquishpe Valles CG. Carga laboral y calidad de atención del profesional de enfermería en el Hospital General Ibarra del Instituto de Seguridad Social 2021 [Internet]. *repositorio.utn.edu.ec*. 2021 [cited 2024 Aug 1]. Available from: <https://repositorio.utn.edu.ec/jspui/handle/123456789/11541?locale=es>
- 16 Cerfogli C, Daher M, Campero MJ. Aspectos psicosociales relativos a la salud mental en la vinculación con servicios públicos de salud: Una perspectiva desde los/as usuarios/as. PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE. 2022 Noviembre. Available from: <https://repositorio.uc.cl/dspace/items/e25b6c2d-e7a5-465c-98ef-be0d76ef28e2>

- 17 Vargas-Cruz LD, Coral-Ibarra R del C, Barreto-Osorio RV. Carga mental en personal de enfermería: Una revisión integradora. Rev cienc cuidad [Internet]. 2020 [cited 2024 Aug 1];108–21. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1122501>
- 18 Arimon-Pagès E, Torres-Puig-Gros J, Fernández-Ortega P, Canela-Soler J. Emotional impact and compassion fatigue in oncology nurses: Results of a multicentre study. European Journal of Oncology Nursing. 2019 Dec;43:101666.
- 19 Cobos López G, Soriano Torres Á, Seijo López ML. Estrés laboral en Enfermería de Cuidados Críticos. SANUM: revista científico-sanitaria [Internet]. 2021;5(4):74–85. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8846889>
- 20 Ruíz AM, Tovar JA, Andrade V. Experiencias del personal de enfermería de salud mental ante estresores ocupacionales en una Institución prestadora de Servicios de Cali, Colombia. Revista Universidad y Salud [Internet]. 2017 [cited 2024 Aug 1];19(2):171–85. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9526024>
- 21 De las salas R, Díaz Agudelo D, Serrano Meriño DV, Ortega Pérez S, Tuesca Molina R, Gutiérrez López C. Síndrome de burnout en el personal de enfermería en hospitales del departamento del Atlántico. Revista de Salud Pública. 2021 Nov 1;23(6):1–8.
- 22 Jaime Rodríguez Y del R. Condiciones de trabajo y satisfacción laboral de enfermeras del centro quirúrgico de un hospital de Trujillo. dspaceunitruedupe [Internet]. 2023 Aug 7; Available from: <https://dspace.unitru.edu.pe/items/3a42d32c-60a5-4fbb-9929-cf931cdadbb0>

- 23 Borges EM das N, Queirós CML, Abreu M da SN de, Mosteiro-Diaz MP, Baldonado-Mosteiro M, Baptista PCP, et al. Burnout among nurses: a multicentric comparative study. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2021;29.
- 24 Vidotti V, Martins JT, Galdino MJQ, Ribeiro RP, Robazzi ML do CC. Burnout syndrome, occupational stress and quality of life among nursing workers. *Enfermería Global*. 2019 Jun 9;18(3):344–76.
- 25 Cáceres-Rivera DI, Ruiz-Sandoval JP, Cristancho-Zambrano LY, Pulido-Montes MA, López-Romero LA. Métodos utilizados para quantificar a carga de trabalho de enfermagem em unidades de terapia intensiva: uma revisão da literatura. *Revista Cuidarte* [Internet]. 2022 Dec 1 [cited 2024 Jul 19];13(3). Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2216-09732022000300009&script=sci_abstract&tlng=pt
- 26 Aguilera-Serrano C, Megías-Lizancos F. Categorías de análisis en los resultados en salud sensibles a la práctica enfermera en salud mental. *Enferm clín (Ed impr)* [Internet]. 2021 [cited 2024 Aug 1];64–5. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/ibc-202293>
- 27 Gómez de Quero M. Síndrome de burnout en enfermeras. *COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA DE MADRID*. 2020 Octubre; 3(10). Available from: <https://www.bing.com/search?q=G%C3%B3mez+de+Quero+M.+S%C3%ADndrome+de+burnout+en+enfermeras.+COLEGIO+OFICIAL+DE+ENFERMER%C3%8DA+DE+MADRID.+>
- 28 Quiroz Figueroa MS, Segovia Piguabe MM, Salvador Cortez KR, Tomalá Orrala KL. Salud mental del personal de enfermería y sus repercusiones en el cuidado del

paciente con Covid-19. Dominio de las Ciencias [Internet]. 2022 [cited 2024 Aug 1];8(1):46. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383496>

- 29 Hinojosa Mendoza M. Burnout y depresión en trabajadores del centro de salud mental comunitaria en contexto Covid-19 en la ciudad de Arequipa, 2020. Repositorio Institucional - UCV [Internet]. 2021 [cited 2024 Aug 1]; Available from: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/4817704>

- 30 Peña-Roa P, González SV, Cancino M, Terán-Mendoza O. Condiciones laborales e indicadores de salud mental en profesionales de la medicina y enfermería en Chile durante la pandemia por COVID-19. Enfermería Global [Internet]. 2024 Jan 1 [cited 2024 Feb 28];23(1):95–113. Available from: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/573161>

- 31 Villarraga de Ramírez L. Cuidado de la salud mental de las enfermeras: prioridad en la pandemia por la covid-19. Aquichan. 2021 Sep 30;21(3):1–4.