

Incidencia de los factores de riesgo psicosocial en el síndrome de burnout en trabajadores del sector salud: un estudio correlacional
Incidence of Psychosocial Risk Factors on Burnout Syndrome in Healthcare Workers: A Correlational Study

Gina Angulo Blanquicett
disciplinarcivil@unisinucartagena.edu.co
Universidad del Sinú – Seccional Cartagena
<https://orcid.org/0000-0001-5020-1933>

Resumen (Español)

El síndrome de burnout constituye una de las principales problemáticas asociadas a la salud mental laboral en el sector salud, debido a las altas exigencias emocionales, carga laboral y presión organizacional presentes en este entorno. El objetivo de esta investigación fue analizar la relación entre factores de riesgo psicosocial y el síndrome de burnout en trabajadores del sector salud. Se desarrolló una investigación cuantitativa con alcance correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 210 trabajadores pertenecientes a instituciones prestadoras de servicios de salud en Colombia. Los resultados evidenciaron correlaciones significativas entre carga laboral, estrés organizacional, apoyo institucional y agotamiento emocional. Se identificó una fuerte relación entre sobrecarga laboral y agotamiento emocional ($r = 0,81$), así como una correlación negativa entre apoyo organizacional y niveles de burnout ($r = -0,69$). Asimismo, el personal asistencial con mayores jornadas laborales presentó mayores niveles de despersonalización y fatiga psicológica. Se concluye que los factores de riesgo psicosocial influyen significativamente en el desarrollo del síndrome de burnout, evidenciando la necesidad de fortalecer estrategias institucionales de bienestar laboral y salud mental ocupacional.

Palabras clave: Burnout, factores psicosociales, salud ocupacional, estrés laboral, trabajadores de la salud.

Abstract (English)

Burnout syndrome constitutes one of the main problems associated with occupational mental health in the healthcare sector due to high emotional demands, workload, and organizational pressure present in this environment. The objective of this research was to analyze the relationship between psychosocial risk factors and burnout syndrome in healthcare workers. A quantitative research study with a correlational scope and a non-experimental cross-

sectional design was conducted. The sample consisted of 210 workers from healthcare service institutions in Colombia. The results revealed significant correlations between workload, organizational stress, institutional support, and emotional exhaustion. A strong relationship was identified between work overload and emotional exhaustion ($r = 0.81$), as well as a negative correlation between organizational support and burnout levels ($r = -0.69$). Likewise, healthcare personnel with longer working hours showed higher levels of depersonalization and psychological fatigue. It is concluded that psychosocial risk factors significantly influence the development of burnout syndrome, highlighting the need to strengthen institutional strategies for occupational well-being and mental health.

Keywords: Burnout, psychosocial factors, occupational health, work stress, healthcare workers.

Introducción

Las dinámicas laborales contemporáneas han incrementado significativamente los riesgos asociados a la salud mental de los trabajadores, especialmente en sectores caracterizados por alta presión organizacional y exigencia emocional, como ocurre en el ámbito de la salud. El personal sanitario enfrenta diariamente condiciones laborales complejas relacionadas con largas jornadas de trabajo, sobrecarga asistencial, toma de decisiones críticas y exposición constante a situaciones de tensión emocional, factores que incrementan la probabilidad de desarrollar trastornos asociados al estrés ocupacional (Maslach & Leiter, 2016).

Dentro de estas problemáticas, el síndrome de burnout ha adquirido especial relevancia debido a su impacto sobre el bienestar psicológico, desempeño laboral y calidad de vida de los trabajadores. Este síndrome se caracteriza principalmente por agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización personal en el trabajo, afectando tanto la salud del individuo como la eficiencia organizacional de las instituciones sanitarias (World Health Organization, 2019).

Diversas investigaciones han señalado que los factores de riesgo psicosocial constituyen elementos determinantes en el desarrollo del burnout laboral. Variables como sobrecarga de trabajo, escaso apoyo institucional, conflictos organizacionales, presión emocional y baja autonomía laboral pueden generar altos niveles de desgaste psicológico en el personal sanitario (Gil-Monte, 2012).

Después de la pandemia por COVID-19, la salud mental de los trabajadores del sector salud se convirtió en una preocupación prioritaria para organismos internacionales y sistemas de salud. El incremento de la demanda asistencial, el miedo al contagio, las pérdidas humanas y el agotamiento acumulado generaron un aumento considerable de síntomas relacionados con ansiedad, estrés crónico y burnout entre profesionales sanitarios (OPS, 2022).

En Colombia, las condiciones laborales del personal de salud continúan representando un desafío importante en materia de seguridad y salud en el trabajo. La alta carga asistencial, la insuficiencia de talento humano y las limitaciones organizacionales presentes en muchas instituciones de salud han incrementado los niveles de presión psicológica sobre médicos, enfermeros y personal asistencial (Ministerio de Salud, 2023).

A pesar del creciente interés científico sobre salud mental ocupacional, aún existen limitadas investigaciones correlacionales orientadas a analizar específicamente cómo diferentes factores psicosociales se relacionan con las dimensiones del síndrome de burnout en trabajadores del sector salud colombiano. Esta situación evidencia la necesidad de desarrollar estudios que permitan comprender las dinámicas laborales y emocionales que afectan el bienestar del talento humano sanitario.

A partir de esta problemática, la presente investigación tuvo como objetivo general analizar la relación entre factores de riesgo psicosocial y síndrome de burnout en trabajadores del sector salud. Como objetivos específicos se plantearon: identificar los principales factores psicosociales presentes en el entorno laboral, determinar la relación entre carga laboral y agotamiento emocional, y establecer la incidencia del apoyo organizacional sobre los niveles de burnout laboral.

Esta investigación buscó aportar evidencia científica que contribuya al fortalecimiento de estrategias institucionales orientadas a la prevención de riesgos psicosociales, promoción del bienestar laboral y mejoramiento de las condiciones de salud mental en el sector sanitario.

Metodología

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de alcance correlacional explicativo, orientado a analizar la relación entre factores de riesgo psicosocial y síndrome de burnout en trabajadores del sector salud. Este enfoque permitió medir estadísticamente el grado de asociación existente entre variables organizacionales, emocionales y laborales relacionadas con la salud mental ocupacional (Hernández Sampieri & Mendoza, 2018).

El diseño metodológico fue no experimental y de corte transversal, debido a que las variables fueron analizadas en su contexto natural sin manipulación deliberada y la recolección de información se realizó en un único momento temporal. Asimismo, el estudio adoptó un componente analítico multivariable que permitió identificar la incidencia de diferentes factores psicosociales sobre las dimensiones del síndrome de burnout.

La población estuvo conformada por trabajadores pertenecientes a instituciones prestadoras de servicios de salud de mediana y alta complejidad en Colombia. La muestra fue integrada por 210 trabajadores del sector salud, incluyendo médicos, enfermeros, auxiliares asistenciales y personal administrativo, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia.

Como criterios de inclusión se consideraron trabajadores con mínimo un año de experiencia laboral en instituciones de salud y vinculación activa durante el período de recolección de información.

Para la obtención de los datos se aplicaron dos instrumentos estandarizados:

- Cuestionario de Factores de Riesgo Psicosocial Intralaboral.
- Maslach Burnout Inventory (MBI).

El cuestionario de factores psicosociales evaluó dimensiones relacionadas con:

- Carga laboral.
- Demandas emocionales.

- Liderazgo organizacional.
- Relaciones interpersonales.
- Apoyo institucional.
- Tiempo de trabajo.
- Control sobre las tareas.

Por su parte, el MBI permitió medir las tres dimensiones clásicas del síndrome de burnout:

- Agotamiento emocional.
- Despersonalización.
- Realización personal.

La confiabilidad de los instrumentos presentó coeficientes Alfa de Cronbach superiores a 0,88, indicando alta consistencia interna y robustez estadística (Cronbach, 1951).

La recolección de datos se desarrolló mediante formularios digitales y aplicación presencial durante un período de cinco semanas. Se garantizó la participación voluntaria, confidencialidad de la información y cumplimiento de principios éticos asociados a investigaciones con seres humanos (APA, 2020).

El procesamiento estadístico se realizó mediante el software SPSS versión 27. Se aplicaron técnicas de estadística descriptiva, correlación de Pearson, análisis factorial y regresión lineal múltiple para identificar relaciones significativas entre factores psicosociales y niveles de burnout.

Asimismo, se utilizó un nivel de significancia estadística de: $p < 0.05$ permitiendo validar estadísticamente las relaciones encontradas entre las variables estudiadas.

Resultados

Los resultados evidenciaron una alta prevalencia de síntomas asociados al síndrome de burnout en trabajadores del sector salud, especialmente en personal asistencial expuesto a mayores niveles de presión laboral y demandas emocionales.

En términos generales, el 72% de los participantes reportó niveles moderados o altos de agotamiento emocional, mientras que el 58% manifestó síntomas asociados a fatiga psicológica y despersonalización laboral.

La Tabla 1 presenta la distribución de niveles de burnout identificados en la población estudiada.

Tabla 1. Niveles de síndrome de burnout en trabajadores de la salud

Nivel de burnout	Porcentaje
------------------	------------

Bajo	18%
Moderado	49%
Alto	33%

Fuente: elaboración propia

Los resultados muestran que más del 80% de los trabajadores evaluados presenta algún nivel significativo de desgaste ocupacional, evidenciando un escenario crítico de salud mental laboral en el sector sanitario.

El análisis correlacional permitió identificar relaciones estadísticamente significativas entre factores de riesgo psicosocial y dimensiones del síndrome de burnout. La Tabla 2 resume las principales correlaciones encontradas.

Tabla 2. Correlación entre factores psicosociales y burnout

VARIABLES RELACIONADAS	COEFICIENTE DE CORRELACIÓN (R)	SIGNIFICANCIA
Sobrecarga laboral – agotamiento emocional	0,81	$p < 0,001$
Demandas emocionales – despersonalización	0,76	$p < 0,001$
Apoyo organizacional – burnout	-0,69	$p < 0,001$
Jornadas extensas – fatiga psicológica	0,73	$p < 0,001$
Clima laboral negativo – agotamiento emocional	0,71	$p < 0,001$

Fuente: elaboración propia

Uno de los hallazgos más relevantes fue la fuerte correlación positiva entre sobrecarga laboral y agotamiento emocional: $r = 0.81$. Este resultado evidencia que los trabajadores sometidos a mayores cargas asistenciales presentan niveles considerablemente superiores de desgaste psicológico, cansancio emocional y sensación de agotamiento permanente.

Asimismo, las demandas emocionales derivadas de la atención clínica mostraron una fuerte relación con procesos de despersonalización laboral ($r = 0,76$), particularmente en trabajadores vinculados a servicios críticos y unidades de alta complejidad.

Por otra parte, se identificó una correlación negativa significativa entre apoyo organizacional y niveles de burnout: $r = -0.69$. Los trabajadores que perciben mayores niveles de respaldo institucional, acompañamiento directivo y reconocimiento laboral presentan menores síntomas de agotamiento emocional y fatiga ocupacional.

El análisis de regresión múltiple permitió establecer que los factores psicosociales explican aproximadamente el 74% de la variabilidad observada en los niveles de burnout: $R^2 = 0.74$. Este hallazgo demuestra un alto nivel predictivo del modelo estadístico y confirma la

incidencia estructural de las condiciones psicosociales sobre la salud mental ocupacional del personal sanitario.

Adicionalmente, se identificó que los trabajadores con jornadas superiores a 10 horas diarias presentan niveles significativamente más altos de agotamiento emocional y fatiga psicológica en comparación con aquellos con jornadas laborales regulares.

En términos ocupacionales, el personal de enfermería presentó los mayores índices de burnout alto (41%), seguido de médicos generales (36%) y auxiliares asistenciales (31%). Las principales causas reportadas estuvieron asociadas a:

- Sobrecarga laboral.
- Escasez de personal.
- Presión asistencial.
- Fatiga emocional.
- Falta de reconocimiento institucional.

Asimismo, el análisis factorial permitió identificar tres dimensiones críticas asociadas al desarrollo del burnout laboral:

- Exigencia emocional y carga asistencial.
- Deficiencias organizacionales y liderazgo.
- Desequilibrio entre vida laboral y personal.

Estas dimensiones explicaron conjuntamente el 77% de la varianza total del modelo analizado.

Otro hallazgo relevante fue la relación entre clima organizacional negativo y agotamiento emocional ($r = 0,71$), evidenciando que ambientes laborales conflictivos incrementan significativamente los niveles de estrés y desgaste psicológico en el personal sanitario.

En términos generales, los resultados permiten afirmar que los factores de riesgo psicosocial influyen significativamente en el desarrollo del síndrome de burnout en trabajadores del sector salud. Las evidencias estadísticas obtenidas reflejan la necesidad urgente de fortalecer políticas institucionales orientadas a la prevención del estrés laboral, promoción del bienestar psicológico y mejoramiento de las condiciones laborales del talento humano sanitario.

Referencias

- American Psychological Association. (2020). Publication Manual of the American Psychological Association (7th ed.). APA Publishing.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297-334.
- Gil-Monte, P. (2012). Riesgos psicosociales en el trabajo y salud ocupacional. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 29(2), 237-241.
- Hernández Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.

- Maslach, C., & Leiter, M. (2016). Burnout. Wiley International Encyclopedia of Management.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2023). Informe nacional de salud mental ocupacional del talento humano en salud. Gobierno de Colombia.
- Organización Panamericana de la Salud – OPS. (2022). La salud mental del personal sanitario post pandemia. OPS.
- Salanova, M., & Schaufeli, W. (2009). El engagement en el trabajo: cuando el trabajo se convierte en pasión. Alianza Editorial.
- World Health Organization. (2019). Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases. WHO.
- Bakker, A., & Demerouti, E. (2017). Job demands-resources theory: Taking stock and looking forward. Journal of Occupational Health Psychology, 22(3), 273-285



UNITECNAR

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA ANTONIO DE ARÉVALO