

**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN GERENCIA EN SERVICIOS DE LA SALUD**

TEMA:

Importancia de la correcta gestión y dirección de estrategias encaminadas a evitar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en un área crítica de un hospital pediátrico

AUTORA:

Quezada Pincay, Rosa Janeth

**Previo a la obtención del Grado Académico de:
Magíster en Gerencia en Servicios de la Salud**

Guayaquil, Ecuador

2026



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN GERENCIA EN SERVICIOS DE LA SALUD**

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo fue realizado en su totalidad por la **Licenciada, Rosa Janeth Quezada Pincay**, como requerimiento parcial para la obtención del Grado Académico de **Magíster en Gerencia en Servicios de la Salud**.

REVISOR

Ing. Freddy Camacho Villagómez, PhD.

DIRECTORA DEL PROGRAMA

Econ. María de los Ángeles Núñez L, Mgs.

Guayaquil, a los 05 días del mes de enero del año 2026



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN GERENCIA EN SERVICIOS DE LA SALUD**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Rosa Janeth Quezada Pincay

DECLARO QUE:

El documento **Importancia de la correcta gestión y dirección de estrategias encaminadas a evitar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en un área crítica de un hospital pediátrico** previa a la obtención del **Grado Académico de Magíster en Gerencia en Servicios de la Salud**, ha sido desarrollada en base a una investigación exhaustiva, respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance científico del documento del Grado Académico en mención.

Guayaquil, a los 05 días del mes de enero del año 2026

LA AUTORA



Firmado electrónicamente por:
ROSA JANETH QUEZADA
PINCAY

Rosa Janeth Quezada Pincay



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN GERENCIA EN SERVICIOS DE LA SALUD**

AUTORIZACIÓN

Yo, Rosa Janeth Quezada Pincay

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, la **publicación** en la biblioteca de la institución del **documento** previo a la obtención del grado de **Magíster en Gerencia en Servicios de la Salud** titulado: **Importancia de la correcta gestión y dirección de estrategias encaminadas a evitar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en un área crítica de un hospital pediátrico**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

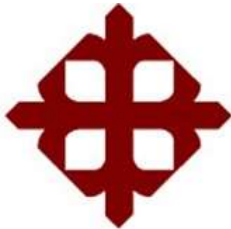
Guayaquil, a los 05 días del mes de enero del año 2026

LA AUTORA:



Firmado electrónicamente por:
**ROSA JANETH QUEZADA
PINCAY**

Rosa Janeth Quezada Pincay



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN GERENCIA EN SERVICIOS DE LA SALUD

REPORTE COMPILATIO

CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

Ensayo Quezada 07oct

4%
Textos sospechosos

1% Similitudes
0% similitudes entre comillas
< 1% entre las fuentes mencionadas
4% Idiomas no reconocidos (ignorado)
2% Textos potencialmente generados por la IA

Nombre del documento: Ensayo Quezada 07oct.docx
ID del documento: 7a0b6cbbb0bec1a478e212b7f5fd6ff9e70763
Tamaño del documento original: 363,21 kB
Autores: []

Depositante: María de los Angeles Núñez Lapo
Fecha de depósito: 8/10/2024
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 9/10/2024

Número de palabras: 6824
Número de caracteres: 46.351

Ubicación de las similitudes en el documento:

Fuentes principales detectadas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	Ensayo-Alcivar Ruiz Johanna Jasmin 15ago.docx Ensayo-Alcivar Ruiz Joha... #137262 El documento proviene de mi biblioteca de referencias 12 fuentes similares	10%		Palabras idénticas: 10% (647 palabras)
2	REVISION DE ENSAYO GENESIS PINELA.doc REVISION DE ENSAYO GENESIS... #959c7 El documento proviene de mi biblioteca de referencias 3 fuentes similares	5%		Palabras idénticas: 5% (377 palabras)
3	Ensayo...jaen_Celi[1]-1.doc Ensayo...jaen_Celi[1]-1 #970a03 El documento proviene de mi biblioteca de referencias 2 fuentes similares	5%		Palabras idénticas: 5% (376 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	pubmed.ncbi.nlm.nih.gov Workplace interventions to improve well-being and red... https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37385740/	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (36 palabras)

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi familia, pilar fundamental, por su amor y apoyo incondicional. A la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, por su formación de excelencia.



ROSA JANETH QUEZADA PINCA

DEDICATORIA

A mi amada familia, fuente de fortaleza e inspiración, dedico este logro con orgullo y agradecimiento.



Firmado electrónicamente por:
ROSA JANETH QUEZADA
PINCAY

ROSA JANETH QUEZADA PINCAY

Introducción

La carga de trabajo del personal de enfermería es un gran problema en el ámbito sanitario, más especialmente cuando se da en entornos críticos como los hospitales pediátricos. Por ello, la gestión y el liderazgo de las estrategias adecuadas para evitar dicha sobrecarga o para aliviarla son de suma importancia para mantener un alto nivel de calidad y seguridad en el servicio. Según González et al. (2023), la situación se da por el hecho de que la administración se enfrenta a escenarios complejos, en este caso debido a la complicación inherente de cuidar a los niños en condiciones críticas generando demandas emocionales que el personal de enfermería debe afrontar. Por lo tanto, resulta necesario abordar la sobrecarga del personal de enfermería en el entorno sanitario desde esta perspectiva, ya que tiene un impacto directo en la calidad y seguridad del cuidado. Henao et al. (2023) también advierten esto, agregando que tal administración adecuada también es beneficiosa no solo para el bienestar del personal de enfermería sino también para los pacientes, y el sistema de salud en su conjunto.

Como se menciona a continuación, la situación global en el ámbito de la enfermería refleja la magnitud del problema que aborda este ensayo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), la enfermería constituye el mayor contingente laboral dentro de la salud, comprendiendo cerca del 59% de las ocupaciones sanitarias. Y, a pesar de una disminución en la escasez mundial de enfermeros, aún es muy significativa, concentrándose principalmente en países de bajos y medianos ingresos, que representan el 89% con un déficit cercano a los 5,3 millones de dichos profesionales. En suma, un informe del Consejo Internacional de Enfermeras (CIE) señala que, antes de la pandemia de 2020, ya existía una carencia de 5,9 millones de enfermeras, y con la llegada de esa emergencia sanitaria global, el síndrome de burnout ha aumentado, generando ausentismo y renunciaciones (Buchan & Catton, 2023).

Incluso, más de tres años después del inicio de la pandemia, entre el 40% y el 80% del personal de enfermería reportan síntomas de angustia psicológica, con tasas incrementadas de rotación anual de personal en hospitales en más del 10%, e intención

de renuncia en más del 20% (Buchan & Catton, 2023). Además, el Banco Mundial señala que, en países de bajos ingresos como la África subsahariana, la sobrecarga laboral está enraizada, y al menos el 79% de los trabajadores de enfermería en entornos ruidosos, inseguros y estresantes son mujeres; por lo tanto, las mujeres con responsabilidades familiares adicionales se ven más afectadas, lo que podría hacer que abandonen el trabajo. Por lo tanto, estas cifras apuntan a la necesidad de abordar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en áreas críticas de los hospitales.

A su vez, a nivel regional latinoamericano, diversas investigaciones también revelan la alarmante situación en términos de sobrecarga laboral en los enfermeros de áreas críticas. En este punto, Molina et al. (2019), en Chile señaló que la sobrecarga laboral en enfermeros de UCI pediátricos representó el 48.6% de los factores estresantes identificados. Hurtado et al. (2023) de Perú, reportaron mucha frecuencia de sobrecarga laboral al 58% de enfermeros y al 91.9% de técnicos de enfermería. Asimismo, observó niveles de burnout leves en 87% y moderado en el 12% de los trabajadores. González y Vargas (2023) de Venezuela encontraron que el 66% de los enfermeros intensivistas presentaban una carga de trabajo alta y el 14% muy alta. Esto estaba afectando la calidad de vida profesional. Todos los datos regionales refuerzan la necesidad urgente de abordar el problema de sobrecarga laboral del personal de enfermería en UCI pediátricas.

A nivel nacional, en Ecuador, Del Valle (2021) destaca que la sobrecarga laboral se origina principalmente por la exigencia temporal y la escasez de personal durante los turnos rotativos, a esto se suma el esfuerzo que se necesita para cumplir con las obligaciones laborales y otorgar un cuidado de calidad al neonato. Por otro lado, Espinel et al. (2022) encontraron que, durante los turnos matutinos, la sobrecarga media predominó en un 62.9%, aumentando al 80% en los vespertinos y alcanzando el 100% durante la noche, en la UCI de hospitales generales de Portoviejo y Manta. De igual forma, Núñez y Arráiz (2023) en Ambato, indican que la carga laboral para los licenciados en enfermería es considerable, oscilando entre el 67.7% y el 100% en la escala NAS; sin embargo, cuando ningún enfermero alcanza puntuaciones superiores a

100 y un solo enfermero atiende a un paciente, la sobrecarga laboral disminuye. Estos datos a nivel nacional confirman la necesidad imperativa de abordar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en áreas críticas de hospitales pediátricos en Ecuador.

Como se mencionó anteriormente, el propósito de este ensayo es investigar cómo la gestión y la supervisión competentes ayudan con la sobrecarga laboral de las enfermeras en un entorno crítico de atención médica en un hospital para niños. En este caso, el ensayo cubrirá las causas y efectos del fenómeno, así como las estrategias de gestión práctica y las herramientas de contrapeso que se pueden aplicar para sintonizar el trabajo en un hospital para niños. Además, cubrirá la definición de sobrecarga laboral, los efectos en la calidad de la atención y los puntos de vista sobre la supervisión. A continuación, este trabajo presentará los hallazgos conceptuales y terminará con una sección de las implicaciones prácticas y una conclusión que confirmará la importancia de considerar la sobrecarga laboral.

Sobrecarga laboral de los enfermeros

Para empezar, la carga de trabajo se puede definir como la cantidad de trabajo que un empleado debe completar en un período de tiempo determinado, o como se menciona en Carranza et al. (2021), dentro de sus límites de tiempo, es una descripción de la cantidad de trabajo que un operario tiene asignado para el transcurso de la jornada laboral. Sin embargo, sobrecarga laboral se ha definido como la extensión en la que los trabajadores abordan las demandas laborales que exceden sus capacidades y recursos disponibles. Según destacan García et al., la sobrecarga laboral es el exceso de demandas laborales y presiones que impiden a las personas llevar a cabo su trabajo de forma eficaz; esto puede darse porque el trabajador no tiene los recursos necesarios para cumplir con sus obligaciones laborales. Por tanto, los directivos deben tener en cuenta que el empleado debe tener las herramientas necesarias para llevar a cabo de manera óptima su trabajo, especialmente si está en un área delicada como las unidades de cuidados intensivos.

En el campo de la enfermería es especialmente importante, dadas las numerosas tareas y su complejidad, más aún en áreas críticas; en los hospitales infantiles, este factor tiene, además, la dimensión de que los niños que se atienden están mucho más en complicados y requieren mucha atención. La sobrecarga en la enfermería pediátrica se traduce en una gama múltiple de tareas que deben realizarse casi simultáneamente: medicación, control de los signos vitales, cuidado de la higiene y la comodidad, así como apoyo psicológico del niño y su familia. Además, las enfermeras también se ven obligadas a enfrentarse a tareas muy demandantes emocionalmente: ver el dolor y el sufrimiento de los pequeños pacientes, hablar con sus familias en los momentos más difíciles y tomar decisiones críticas (Silva, 2020). Todas estas demandas contribuyen a crear una sobrecarga laboral que afecta la salud física y emocional de los colaboradores, tanto física como emocional.

Estas sobrecargas laborales pueden ilustrarse a través de varias teorías que, juntas, crean un marco conceptual para explicar sus causas y efectos. Una de las teorías relevantes es el modelo demanda-control-apoyo de Karasek en el estrés laboral, que sugiere que el trabajo es estresante si hay alta demanda, pero bajo control y apoyo en el lugar de trabajo. En el ámbito de la enfermería, esto se traduce en demasiadas tareas y poca autonomía y recursos para manejarlas (Molina et al., 2019).

Otra teoría importante es la del desgaste profesional de Maslach, que explica el alcance y los efectos negativos de la sobrecarga laboral en la salud y el bienestar del personal de enfermería con más dedicación. El modelo propone que el desgaste es una disposición tridimensional al trabajo que consta de agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal en el trabajo debido a la sobrecarga constante por estrés en el contexto de la enfermería pediátrica, se relaciona con la abrumadora sensación de agotamiento y la insensibilidad a las situaciones mentoras (Hurtado et al., 2023).

La despersonalización se refiere a actitudes y comportamientos más cínicos y hostiles hacia los pacientes y colegas, y la falta de realización personal implica la

ineficacia y la desmotivación (Alfaro & Castillo, 2023). Según Estévez et al. (2012), al evaluar dichos factores, quienes presentan una puntuación más alta de agotamiento emocional y despersonalización tienen un mayor índice de desgaste profesional, así como se ilustra en la figura 1. Estos componentes del burnout pueden tener consecuencias devastadoras tanto para la salud mental y física del personal de enfermería como para la calidad de la atención proporcionada a los pacientes pediátricos.

Figura 1

Modelo explicativo del Índice de Burnout



Nota. Tomado de Estévez et al. (2012)

Asimismo, algunos de los factores que se suman a la carga de trabajo del personal de enfermería en el contexto hospitalario pediátrico incluyen la carga de trabajo generada por el gran número de pacientes pediátricos con necesidades complejas y crónicas, las necesidades de personal de enfermería no cubiertas que conducen a una distribución desequilibrada de la carga de trabajo y una mayor presión sobre quienes están trabajando, y finalmente, la falta de recursos o apoyo logístico que permita realizar las tareas de manera oportuna y eficiente (del Valle, 2021). La exposición a situaciones en las que se requieren emociones fuertes de forma constante, debido al dolor y la desesperación de los pacientes pediátricos, así como canales de comunicación con

familias angustiadas, también promedian en gran medida la sobrecarga de trabajo (M. González & Vargas, 2023).

A su vez, esta carga laboral en enfermeros de áreas críticas pediátricas también puede verse potenciada por las tareas administrativas complementarias al trabajo asistencial, que actúan como un consumidor de tiempo y recursos que de otra manera podrían ser implantados directamente en el cuidado de los pacientes. Otros factores que influyen en esta situación son los ambientales, tales como el ruido propio del área y la falta de privacidad (Buckley et al., 2020). De igual forma, la capacidad de los enfermeros puede verse reducida por problemas biológicos tales como una inadecuada alimentación o rutina de sueño. Los aspectos del trabajo, incluyendo su estructura y organización, junto con los diversos elementos psicosociales, tanto relacionados con el trabajo como fuera extralaborales, también desempeñan un papel importante en la percepción de sobrecarga laboral por parte del personal de enfermería en este entorno exigente (Ruiz, 2021).

En función de lo expuesto en esta primera sección, se contempla que la sobrecarga laboral del personal de enfermería en entornos hospitalarios pediátricos es un fenómeno multifactorial que requiere una atención integral, por lo que, reconocer la interacción entre las demandas laborales, las condiciones de trabajo y los factores psicosociales es fundamental para diseñar intervenciones efectivas que mitiguen esta problemática. Asimismo, los factores interrelacionados aumentan la vulnerabilidad del personal de enfermería a experimentar sobrecarga laboral y sus efectos negativos en su bienestar físico y emocional. Por tanto, se esboza una primera argumentación respecto a que abordar la sobrecarga laboral desde una perspectiva holística no solo beneficia al bienestar del personal de enfermería, sino que también garantiza una atención de calidad y segura para los pacientes pediátricos, promoviendo así la excelencia en el cuidado de la salud.

Impacto de la sobrecarga laboral en la calidad de la atención en UCI pediátrica

Es una lástima que el exceso de trabajo del personal de enfermería en las UCI haya sido una característica habitual durante muchos años. En consecuencia, la calidad de la atención a los pacientes ingresados en una UCI puede descontrolarse (Ruiz, 2021). Las enfermeras con exceso de trabajo tienen más probabilidades de cometer errores, pasar por alto información que muestre el deterioro del estado de salud de los pacientes y evitar responder a situaciones críticas. Por el contrario, la fatiga y el agotamiento emocional no contribuyen a la comunicación activa del personal de enfermería con los pacientes y sus familiares, lo que aumenta la ansiedad y los problemas.

Específicamente, en un hospital pediátrico crítico, la sobrecarga laboral del personal de enfermería puede obstaculizar su capacidad para manejar adecuadamente a pacientes críticos (González y Vargas, 2023). Los enfermeros necesitan más atención en este contexto, ya que el estado del paciente requiere de una atención inmediata a cambios en su salud. Es fundamentalmente importante que los enfermeros realicen una evaluación minuciosa y entreguen tratamiento, al tiempo que coordinan la intervención disciplinaria esencial para garantizar la estabilidad.

De acuerdo con Izadpanah et al. (2018) los errores de medicación más frecuentes en las unidades de pediatría y urgencias hospitalarias incluyen la administración de medicamentos en momentos inadecuados, el uso incorrecto de técnicas de administración, dosificación incorrecta, omisión de dosis, administración de dosis extra, entrega de medicamentos a pacientes incorrectos y falta de seguimiento adecuado a las indicaciones médicas verbales. Algunas de las explicaciones más frecuentes relacionadas con estos errores se identifican como la escasez de personal y la alta carga de trabajo, que representan el 21,3% de los casos. Llamen la atención sobre la altísima urgencia de atender la carga de trabajo que afecta al personal de enfermería en las unidades pediátricas para evitar que se convierta en un factor de riesgo de errores médicos. Por ello, es imperativo que los esfuerzos se canalicen y orienten correctamente

desde la estrategia pretendida, evitando dicha sobrecarga para garantizar la calidad y seguridad de la atención en la población de pacientes pediátricos.

En lo que respecta a la idea anterior, un elemento relacionado con el impacto de la sobrecarga de trabajo en el entorno de los pacientes pediátricos no es solo la calidad y la seguridad de la atención médica para ellos, sino también los efectos en la salud física y mental de la enfermería. En este contexto, una sobrecarga de trabajo sumado a un alto estrés laboral puede conllevar a problemas físicos, donde se incluye fatiga, dolores musculares y articulares si no se tiene una correcta ergonomía en las labores; no obstante, el estrés crónico puede derivar en problemas de salud mental, burnout y vulnerabilidad a enfermedades infecciosas. Cabe destacar que todas estas categorías no solo afectan la calidad de vida del personal, sino que también pueden interferir con el desempeño del trabajo adecuado, influir en la calidad de la atención y afectar la salud de los niños.

Avanzando en el tema, existen consecuencias significativas en la salud mental del personal de enfermería, en donde, la exposición constante a situaciones estresantes y emocionalmente desafiantes puede contribuir al desarrollo de trastornos de ansiedad y depresión. En este sentido Vargas et al. (2020) señaló que el agotamiento emocional, caracterizado por una sensación de falta de energía y desgaste emocional, es una manifestación común de la sobrecarga laboral en enfermería. Además, el aumento de la irritabilidad, la dificultad para concentrarse, y la disminución del sentido de logro y satisfacción en el trabajo son síntomas frecuentes del síndrome de burnout, que se relaciona estrechamente con la sobrecarga laboral (Carranza et al., 2021). Estos problemas de salud mental no solo afectan la calidad de vida del personal de enfermería, sino que también pueden comprometer su capacidad para brindar una mejor atención a los pacientes infantiles.

En términos de las implicaciones significativas para la salud mental de los enfermeros, con la sobrecarga de trabajo están el desarrollo de problemas de ansiedad y depresión después de la exposición a estresores laborales y eventos emocionalmente

desafiantes. En este caso, el agotamiento emocional, como es evidente por Vargas et al. (2020), es una de las manifestaciones de la sobrecarga de trabajo; se manifiesta con la sensación de pérdida de fuerza y fundidos emocionales. Aumento de la irritabilidad y las dificultades para concentrarse son ejemplos clásicos de la disminución de la sensación de logro y satisfacción laboral que refleja el síndrome de desgaste; a su vez, es proporcionalmente relacionado con la sobrecarga de trabajo. Estos problemas de salud mental comprometen no solo la calidad de vida del personal de enfermería pediátrica, sino también su disposición para brindar una mayor calidad de atención a los niños.

La sobreexigencia laboral incide directamente en la seguridad y en la calidad de la atención a los pacientes pediátricos. Cuando los enfermeros se ven fatigados, emocionalmente agotados y estresados crónicamente por la sobrecarga, su capacidad de atención disminuye. Al respecto, Cáceres et al. (2021) mencionan que la fatiga disminuye la capacidad del enfermero para tomar decisiones rápidas y precisas durante situaciones de emergencia, pudiendo incrementarse los errores no forzados o evitables. Del mismo modo, el cansancio emocional repercute en la empatía y la comunicación efectiva con el paciente y la familia, quienes pueden percibir un apoyo deficiente y falta de confianza en el equipo de salud. Esto disminuye la adherencia al tratamiento y la satisfacción con el servicio prestado (Espinel et al., 2022). Así, la sobrecarga laboral promueve un incremento en la morbilidad, tiempo de hospitalización y el costo asistencial.

Al mismo tiempo, la sobrecarga laboral también puede afectar la calidad de la atención proporcionada a los pacientes pediátricos de múltiples maneras. La sobrecarga influye en la ejecución de las actividades clínicas clave de enfermería pediátrica, como proporcionar medicamentos que curan, monitorizar los signos vitales y los niveles de confort del niño y satisfacer sus necesidades fisiológicas (Moreira et al., 2022). No obstante, influyen en la adhesión a los protocolos de seguridad, las intervenciones oportunas y exhaustivas y las evaluaciones completas y precisas. En consecuencia, la calidad del cuidado del paciente se ve comprometida como resultado de la omisión de actividades importantes, errores en la administración de medicamentos y demoras en

atender a los pacientes enfermos (Poblete et al., 2020). Por lo tanto, la calidad de la atención prestada a los pacientes sufrirá como resultado de complicaciones potencialmente evitables y resultados adversos, como la muerte; en consecuencia, resulta importante atender la sobrecarga laboral en los enfermeros de áreas críticas.

Como se evidencia, este problema puede derivar en problemas de seguridad para los pacientes y una reducción de la calidad del cuidado, siendo una población vulnerable la que es atendida. Para contrarrestar esta situación, las organizaciones sanitarias deben implementar estrategias de gestión donde se vele por un equilibrio en la relación vida-trabajo de los enfermeros; asimismo, debe revisarse los recursos tangibles y no tangibles proporcionados al personal, para garantizar una entrega óptima del servicio. Solo con todas estas prácticas en marcha será realmente posible tener la seguridad de que los pacientes tengan la tranquilidad de una atención de calidad que merecen incluso en un lugar tan hostil como una unidad de cuidados intensivos.

Estrategias para mitigar la sobrecarga laboral

A continuación, se presentan varias estrategias de gestión que podrían aplicarse para mitigar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en las unidades de cuidados intensivos pediátricos; no obstante, estas estrategias fueron propuestas en función de la revisión de artículos académicos enfocándose en la provisión de recursos y demandas laborales para alcanzar un equilibrio en el trabajo. Para el éxito de las estrategias deben trabajar en conjunto los directivos junto al personal de enfermería y demás colaboradores de salud; se destaca que, la implementación de estas medidas mejorará la calidad de vida de la enfermera y el nivel de atención a pacientes, contribuyendo a la atención de la salud pediátrica a nivel crítico.

En este sentido, varios autores han investigado mecanismos para incrementar la carga de trabajo del personal de enfermería en la UCI. Catapano et al. (2023) señalaron como opciones retiros para fortalecer la resiliencia, arteterapia, mindfulness y similares. Las estrategias están dirigidas al nivel individual y organizacional, proporcionando herramientas de gestión del estrés personal y un entorno laboral más favorable. Por otro

lado, Cohen et al. (2023) recomiendan intervenciones basadas en la atención plena, meditación, yoga, acupuntura, mientras que las intervenciones en la mentalidad positiva y las medidas organizacionales incluyen la reducción de la carga de trabajo y redes de apoyo. Los resultados de su estudio muestran un impacto positivo significativo en el bienestar y la dedicación a la vida laboral de los trabajadores de enfermería, disminuyen significativamente el agotamiento y el estrés percibido. Alineado con ellos, Schultz et al. (2022) identifican la resiliencia, el control del trabajo y el apoyo social como los factores clave de estrés laboral. Con su estudio, revelan cómo los niveles moderados a altos de resiliencia, combinados con el aumento del control metódico y un mayor respaldo social, pueden impulsar la reducción de la carga de trabajo.

En comparación, estos estudios destacan la importancia de abordar la sobrecarga laboral desde una perspectiva integral, que implica intervenciones a nivel individual y organizacional. Si bien las estrategias recomendadas por Catapano et al. (2023), se centran en el desarrollo de habilidades de afrontamiento personal, aquellas presentadas por Cohen et al. (2023) también involucran intervenciones a nivel de la organización. A su vez, Schultz et al. (2022) se centran en la resiliencia, el control laboral y el apoyo social; por lo tanto, su enfoque también implica tanto el nivel individual como el organizacional. En general, estos estudios ofrecen un marco integral para la gestión de la sobrecarga laboral en enfermería, mostrando que es crucial atender a aspectos tanto personales como laborales.

Aparte de los datos anteriores, también se debe hacer referencia a los descubrimientos de otros autores sobre las medidas para reducir la sobrecarga de trabajo en los enfermeros de UCI pediátricas. De este modo, Carlos y Chávarry (2020) proponen una serie de intercesiones que se centran en instaurar apoyo emocional y/o psicoterapia, dormir adecuadamente, hacer ejercicio periódico o actividades recreacionales, simple o hacer mandalas, entrenamiento integral, respiración diafragmática, monitoreo continuo de la situación. En otras palabras, estas medidas se focalizan en los aspectos individuales y organizativos; por lo tanto, también enfocan la necesidad de apoyo a la salud mental de los trabajadores resultantes. Por el contrario, las recomendaciones de Razai et al.

(2023) están orientadas hacia la limitación de horas de trabajo, la dotación del personal suficiente, la provisión de servicios de asesoramiento de resiliencia, el *pleine conscience*, y la promoción de la vida laboral centrada a través de la culturología organizacional. Estos hallazgos se utilizan para destacar la importancia de un entorno de trabajo que fomente el desarrollo de los profesionales de la salud y les permita sentir la autonomía y el apoyo esenciales para enfrentar estos riesgos.

Las estrategias de Carlos y Chávarry (2020) se centran en implementar medidas específicas relacionadas con la promoción del bienestar del personal de enfermería como individuos y colectivamente, mientras que las de Razai et al. (2023) cubren intervenciones que van desde la gestión eficaz del tiempo de trabajo hasta la construcción de un entorno de trabajo saludable. Se destaca los diferentes puntos de vista para abordar la problemática, en este punto, es importante verificar la viabilidad y eficacia de las estrategias en el contexto de área crítica; no obstante, es probable que la mejor decisión vaya por la combinación de medidas organizacionales e individuales. Al combinar estos enfoques y medir con precisión cada intervención de acuerdo con las especificidades del personal y de la situación, es factible asegurar que los profesionales del campo disfruten de condiciones de trabajo saludables y sostenibles que garanticen la calidad y la seguridad con la que proporcionan atención a los pacientes.

Las epidemias profesionales de estrés laboral entre enfermeras registran altas tasas de prevalencia y son factores de riesgo crucial para la calidad de la atención médica y la saturación de enfermeras. Al igual que las estrategias propuestas por Carlos y Chávarry (2020) y Razai et al. (2023) para mitigar el problema, aquí es relevante seguir con los hallazgos de otros estudios. Waqar et al. (2023) señalan que la autoadaptación activa y evitativa, así como la utilización de apoyo, deben tomarse en consideración al hablar sobre las formas de abordar el estrés laboral y sus manifestaciones en accidentes laborales. Por lo tanto, sus hallazgos sugieren que ambos aspectos de clima laboral juegan un papel relevante en desarrollar la intervención efectiva. Por su parte, Aryankhesal et al. (2019) sugieren un enfoque más amplio con equipos basados en programas, intervenciones de salud mental electrónica (EMH), así

como entrenamiento en habilidades de afrontamiento y comunicación; sin embargo, a pesar de que se obtuvieron resultados prometedores, esto no fue para todos, dada la complejidad de las labores y la necesidad de un enfoque holístico.

Bajo este contexto, para garantizar la viabilidad y eficacia se deben tomar en cuenta factores como la cultura organizacional, recursos asignados y las necesidades de los enfermeros; además, resulta importante que se mantenga un entorno colaborativo para que logre adaptarse a las particularidades del área. En consecuencia, la calidad y seguridad de salud se puede garantizar con un ambiente laboral armonioso donde exista un equilibrio en la carga de trabajo de los enfermeros. A continuación, la Tabla 1 ofrece un resumen de los estudios examinados en términos de a estrategias para mitigar la sobrecarga laboral.

Tabla 1

Matriz de resumen de los estudios revisados respecto a estrategias para mitigar la sobrecarga laboral

Autores y año	Título	Diseño de investigación	Instrumento	Estrategia
Catapano et al. (2023)	Organizational and Individual Interventions for Managing Work-Related Stress in Healthcare Professionals: A Systematic Review	Revisión sistemática	Análisis de contenido	Intervenciones centradas en el individuo con enfoque de terapia cognitivo-conductual (TCC); técnicas de relajación para reducir los niveles de estrés, ansiedad y agotamiento.
Cohen et al. (2023)	Workplace interventions to improve well-	Revisión sistemática	Análisis de contenido mediante el	Psicoterapia (Mindfulness-based practices);

	being and reduce burnout for nurses, physicians and allied healthcare professionals: a systematic review		Instrumento de Calidad del Estudio de Investigación de Educación Médica.	meditación, yoga y acupuntura; mentalidad positiva (diarios de gratitud, coros, coaching).
Schultz et al. (2022)	La resiliencia y la reducción del estrés laboral en Enfermería	Estudio observacional y transversal	Cuestionario Job Stres Scale - JSS y la Escala de Resiliencia (ER).	Resiliencia y autocuidado
Carlos y Chávarry (2020)	Estrategias de manejo ocupacional en la salud mental del personal de enfermería ante el COVID-19	Revisión sistemática	Análisis de contenido	Psicoterapia, escuchar música, leer un libro, videollamadas, respiración diafragmática
Razai et al. (2023)	Strategies and Interventions to Improve Healthcare Professionals' Well-Being and Reduce Burnout	Revisión sistemática	Análisis de contenido	Entrenamiento en resiliencia, y experiencias compartidas, incluida la mindfulness y la discusión en grupo.
Waqar et al. (2023)	High-Performance Work Systems and Coping Strategies in Regulating Burnout and Safety Workarounds in	Estudio cuantitativo correlacional	Cuestionario estructurado en escala de Likert	Estrategias de afrontamiento activas y evitativas: resolución de problemas, búsqueda de apoyo

	the Healthcare Sector			social y uso del diálogo interno positivo.
Aryankhesal et al. (2019)	Interventions on reducing burnout in physicians and nurses: A systematic review	Revisión sistemática	Análisis de contenido	Trabajo en equipo, afrontamiento y comunicación, intervenciones psicológicas (yoga, meditación y mindfulness)

Elaborado por: Quezada, R. (2024)

Implicaciones prácticas

Conforme a lo expuesto dentro del contenido teórico en este ensayo, se pueden proponer varias intervenciones y prácticas que podrían implementarse tanto a nivel de los servicios de salud como a nivel de salud pública para abordar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en unidades de cuidados intensivos pediátricos.

En el ámbito de la atención sanitaria, esto se puede lograr si los directivos y líderes adoptan algunas medidas específicas para mejorar las condiciones de trabajo del personal de enfermería, de modo que tengan en cuenta sus propios intereses. Una de esas medidas importantes sería contar con personal adecuado, de modo que contar con suficientes enfermeras reduzca las exigencias laborales y la carga de trabajo individual; en este contexto, resultan importantes programas de apoyo para el afrontamiento del estrés laboral. Asimismo, se sugieren pausas activas, descansos, equilibrio trabajo-vida y seguimiento de la salud mental.

En un nivel macro, el gobierno debe regular la sobrecarga laboral en el sector sanitario por medio de programas de salud pública; en este punto, se destaca la contratación de personal, capacitación, asignación de recursos, mejoras en las condiciones de trabajo y salarios acorde al trabajo. Otro punto para supervisar es la incidencia del síndrome de burnout y otros problemas de salud mental en los enfermeros

dada esta problemática; por otro lado, pueden establecer políticas que garanticen que la demanda laboral no supere lo que está disponible en recursos. Sumado, los gerentes y líderes, así como los gobiernos, tienen el poder y la responsabilidad de tomar medidas para abordar la sobrecarga laboral en PCICU. Al hacerlo, pueden mejorar las condiciones del personal de enfermería y garantizar una atención de calidad para los pacientes pediátricos en situaciones críticas.

Conclusiones

La sobrecarga laboral de los enfermeros de áreas críticas de un hospital pediátrico deriva en una disminución de la calidad de atención ofrecida, además de perjudicar el bienestar del personal. Bajo este contexto, se reconoce la necesidad de una gestión eficaz y eficiente que dirija estrategias para atender la excesiva carga de trabajo garantizando a su vez la seguridad en la atención de salud.

Se exploraron varias definiciones y teorías relevantes que explican las variables de sobrecarga del enfermero, como la teoría del estrés laboral de Karasek y la teoría de Burn-out de Maslach. Ambas teorías ofrecen un marco conceptual para entender los efectos de la sobrecarga laboral en la salud mental y física vinculando las variables individuales y organizacionales.

Las principales implicaciones prácticas de esta revisión destacan que tanto los gerentes y líderes del sector de la salud como los gobiernos tienen un papel importante en la implementación de tales actividades. Esto incluye la adecuada asignación del personal, el apoyo emocional y promover de políticas que alienten equilibrio adecuado entre la demanda laboral y los recursos.

En la perspectiva del objetivo general del ensayo, se confirma que la adopción de estrategias adecuadas de dirección y gestión del problema es relevante para la calidad y la seguridad de atención médica para los pacientes pediátricos en condiciones críticas. La comprensión del problema trae oportunidades para mejorar las condiciones de trabajo del personal de enfermería crítico y garantizar la atención segura y de alta calidad.

Referencias

- Alfaro, A. M., & Castillo, S. E. (2023). Síndrome de burnout: Un análisis desde el ámbito organizacional. *REVISTA CIENTÍFICA SEARCHING DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES*, 4(2), Article 2.
<https://doi.org/10.46363/searching.v4i2.5>
- Aryankhesal, A., Mohammadibakhsh, R., Hamidi, Y., Alidoost, S., Behzadifar, M., Sohrabi, R., & Farhadi, Z. (2019). Interventions on reducing burnout in physicians and nurses: A systematic review. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*, 33, 77. <https://doi.org/10.34171/mjiri.33.77>
- Banco Mundial. (2021). *ECSA Eastern, Central and Southern African Region. Education and Labor Markets for Nurses. Challenges and Opportunities July 2020*. World Bank. https://www.icn.ch/sites/default/files/inline-files/WBG_ECSA%5B12%5D.pdf
- Buchan, J., & Catton, H. (2023). *Recover to Rebuild: Investing in the Nursing Workforce for Health System Effectiveness*. International Council of Nurses.
<https://www.icn.ch/news/icn-report-says-shortage-nurses-global-health-emergency>
- Buckley, L., Berta, W., Cleverley, K., Medeiros, C., & Widger, K. (2020). What is known about pediatric nurse burnout: A scoping review. *Human Resources for Health*, 18, 9. <https://doi.org/10.1186/s12960-020-0451-8>
- Cáceres, D. I., Torres, C. C., & López, L. A. (2021). Factores asociados a la carga de trabajo de enfermería en tres Unidades de Cuidado Intensivo. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 55, e20200272.
- Carlos, M. E., & Chávarry, P. del R. (2020). Estrategias de manejo ocupacional en la salud mental del personal de enfermería ante el COVID-19. *Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 13(4), 469-470.
<https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2020.134.787>
- Carranza, R. F., Mamani, O. J., Quinteros, D., & Farfán, R. (2021). Preocupación por el contagio de la COVID-19 y carga laboral como predictores del malestar

- psicológico durante la emergencia sanitaria en personal de salud de Perú. *Revista Colombiana De Psiquiatria*. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.06.005>
- Catapano, P., Cipolla, S., Sampogna, G., Perris, F., Luciano, M., Catapano, F., & Fiorillo, A. (2023). Organizational and Individual Interventions for Managing Work-Related Stress in Healthcare Professionals: A Systematic Review. *Medicina*, 59(10), 1866. <https://doi.org/10.3390/medicina59101866>
- Cohen, C., Pignata, S., Bezak, E., Tie, M., & Childs, J. (2023). Workplace interventions to improve well-being and reduce burnout for nurses, physicians and allied healthcare professionals: A systematic review. *BMJ Open*, 13(6), e071203. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-071203>
- del Valle, K. S. (2021). La sobrecarga laboral del personal de enfermería que influye en la atención a pacientes. *Revista San Gregorio*, 1(47), 165-179. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i47.1966>
- Espinel, J. T., Rojas, L. R., Santos, E., Manuelita, H., Pérez, C. N., & Martínez, J. (2022). Sobrecarga laboral en personal de enfermería de unidades de cuidados intensivos. *QhaliKay Revista de Ciencias de la Salud ISSN 2588-0608*, 6(2), Article 2. <https://doi.org/10.33936/qkrsc.v6i2.4757>
- Estévez, N., Rivero, N., Mojena, G., Paredes, A. M., Arias, G., Ramírez, M., Estévez, N. M., Estévez, Y., & Cáceres, F. M. (2012). Síndrome de Burnout: Comportamiento del Índice de Maslach en Residentes de Cardiocirugía. *Revista Cubana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular*, 18(1), Article 1.
- García, R., Zárate, N., Castillo, J., Acosta, C. O., & Landa, E. (2022). Estresores percibidos asociados a la presencia de burnout en médicos residentes. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 60(1), 12-18.
- González, C., Fuenzalida, J., Fuster, M. P., García, C., Lobos, C., Pacheco, J., & Talavera, F. (2023). Calidad de los cuidados de enfermería en unidades de pacientes críticos: Una revisión de literatura. *Ene*, 17(2). https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1988-348X2023000200005&lng=es&nrm=iso&tlng=en

- González, M., & Vargas, E. (2023). Calidad de vida profesional de las Enfermeras Intensivistas en un Hospital de niños de Barquisimeto, Venezuela. *Salud, Arte y Cuidado*, 16(2), Article 2. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10680521>
- Henao, Á. M., Melo, J. D., Quintero, J. F., & Cruz, L. N. (2023). Carga laboral de profesionales de enfermería en Unidad de Cuidado Intensivo según Nursing Activities Score. *Revista Cuidarte*, 14(1). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.2680>
- Hurtado, J. V., Burquez, G. J., & Izaguirre, M. (2023). Sobrecarga Laboral y Burnout en el Personal de Enfermería de un Hospital de Perú Durante el COVID-19. *Revista Científica Ágora*, 10(1), 11-16.
- Izadpanah, F., Nikfar, S., Bakhshi Imchek, F., Amini, M., & Zargaran, M. (2018). Assessment of Frequency and Causes of Medication Errors in Pediatrics and Emergency Wards of Teaching Hospitals Affiliated to Tehran University of Medical Sciences (24 Hospitals). *Journal of Medicine and Life*, 11(4), 299-305. <https://doi.org/10.25122/jml-2018-0046>
- Molina, P. M., Muñoz, M., & Schlegel, G. (2019). Estrés laboral del Profesional de Enfermería en Unidades Críticas. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 65(256), 177-185.
- Moreira, J., Santos, R., Santos, A., Almeida, V., Pereira, R., & Pereira, B. (2022). Notificación de incidencias relacionadas con la atención sanitaria en niños hospitalizados. *Enfermería Global*, 21(67), 431-463. <https://doi.org/10.6018/eglobal.505321>
- Núñez, J., & Arráiz, C. (2023). Carga laboral del personal de enfermería en Unidades de Cuidados Intensivos. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3, 503-503. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023503>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Situación de la enfermería en el mundo 2020: Resumen de orientación*. Organización Mundial de la Salud. <https://iris.who.int/handle/10665/331675>
- Poblete, M. del C., Miño, C. G., Marchant, C., & Arancibia-Pacheco, M. T. (2020). Sobrecarga, equivocación, falta de capacitación: Factores contribuyentes en

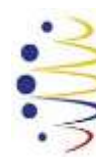
- errores de medicación en hospital público chileno. *Index de Enfermería*, 29(3), 112-116.
- Razai, M. S., Kooner, P., & Majeed, A. (2023). Strategies and Interventions to Improve Healthcare Professionals' Well-Being and Reduce Burnout. *Journal of Primary Care & Community Health*, 14, 21501319231178641.
<https://doi.org/10.1177/21501319231178641>
- Ruiz, C. (2021). *Factores que influyen en el estrés laboral del personal de enfermería en terapia intensiva, Hospital Mario Ortiz Suarez, segundo trimestre del 2018*.
<https://repo.uajms.edu.bo/index.php/tesisdegrado/article/view/47>
- Schultz, C. C., Colet, C. de F., Benetti, E. R. R., Tavares, J. P., Stumm, E. M. F., & Treviso, P. (2022). La resiliencia y la reducción del estrés laboral en Enfermería. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 30, e3636.
<https://doi.org/10.1590/1518-8345.5866.3637>
- Silva, C. M. (2020). *Ausentismo y sobrecarga laboral del profesional de enfermería del servicio de pediatría de un Hospital Nacional, 2020*. Universidad César Vallejo.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/63710>
- Vargas, L. D., Coral, R., & Barreto, R. V. (2020). Carga mental en personal de enfermería: Una revisión integradora. *Revista Ciencia y Cuidado*, 17(3 (Septiembre-Diciembre)), 108-121.
- Waqar, H., Mahmood, A., & Ali, M. (2023). High-Performance Work Systems and Coping Strategies in Regulating Burnout and Safety Workarounds in the Healthcare Sector. *SAGE Open Nursing*, 9, 23779608231162058.
<https://doi.org/10.1177/23779608231162058>



Presidencia
de la República
del Ecuador



Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes



SENESCYT

Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, Quezada Pincay Rosa Janeth, con C.C: # 0941007320 autora del trabajo de titulación: *Importancia de la correcta gestión y dirección de estrategias encaminadas a evitar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en un área crítica de un hospital pediátrico* previo a la obtención del grado de **MAGÍSTER EN GERENCIA EN SERVICIOS DE LA SALUD** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de graduación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 05 de enero de 2026



Firmado electrónicamente por:
ROSA JANETH QUEZADA
PINCAY

f. _____

Nombre: Quezada Pincay Rosa Janeth

C.C: 0941007320



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE GRADUACIÓN

TÍTULO Y SUBTÍTULO:	Importancia de la correcta gestión y dirección de estrategias encaminadas a evitar la sobrecarga laboral del personal de enfermería en un área crítica de un hospital pediátrico		
AUTOR(ES) (apellidos/nombres):	Quezada Pincay Rosa Janeth		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES) (apellidos/nombres):	Camacho Villagómez Freddy		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
UNIDAD/FACULTAD:	Sistema de Posgrado		
MAESTRÍA/ESPECIALIDAD:	Maestría en Gerencia en Servicios de la Salud		
GRADO OBTENIDO:	Magíster en Gerencia en Servicios de la Salud		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	05 de enero de 2026	No. DE PÁGINAS:	16
ÁREAS TEMÁTICAS:	Gestión, estrategias, sobrecarga laboral		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Estrés laboral. Gestión hospitalaria. Calidad de Atención, Seguridad del paciente.		
RESUMEN/ABSTRACT (150-250 palabras): La correcta gestión y dirección de estrategias orientadas a prevenir la sobrecarga laboral del personal de enfermería en áreas críticas de hospitales pediátricos es esencial para garantizar una atención segura y de calidad. La alta demanda asistencial, la complejidad de los pacientes y la presión emocional propia del entorno pediátrico incrementan el riesgo de agotamiento físico y mental del personal. Una gestión adecuada permite optimizar la distribución de tareas, mejorar la dotación de recursos humanos, promover el trabajo en equipo y fortalecer el apoyo institucional. Estas acciones contribuyen a reducir el estrés laboral, prevenir el síndrome de burnout, mejorar el desempeño profesional y asegurar el bienestar del personal de enfermería, repercutiendo positivamente en la seguridad del paciente y la eficiencia de los servicios de salud.			
ADJUNTO PDF:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: 0984954931	E-mail: jquezada2493@outlook.com	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN:	Nombre: María de los Angeles Núñez Lapo		
	Teléfono: +593-4-3804600		
	E-mail: maria.nunez@cu.ucsg.edu.ec		
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA			
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):			
Nº. DE CLASIFICACIÓN:			
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):			