



REFLEXIONES TEÓRICAS Y ENSAYOS

ENLACE DE TURNO. UN DESAFÍO ESTRESANTE PARA ENFERMERÍA

SHIFT LINK: A STRESSFUL CHALLENGE FOR NURSING

 LUIS ALEXIS TRAPERO ALDANA^{1*}

<https://orcid.org/0009-0007-8997-5398>

 EMMA CONSUELO ARMENTA LINDORO²

<https://orcid.org/0009-0000-2707-2870>

 GABRIELA LANDEROS LANDEROS³

<https://orcid.org/0009-0002-8657-4541>

1. Maestro en Enfermería. Docente activo en el programa de licenciatura en enfermería, Universidad del Desarrollo Profesional modalidad escolarizada e Instituto de Enfermera de Sinaloa modalidad sabatina, Facultad de Enfermería Culiacán, Universidad Autónoma de Sinaloa, México.
2. Maestra en Enfermería. Encargada Posada de Atención a Mujeres Embarazadas, Hospital de la Mujer en Culiacán, y docente activo, Facultad de enfermería Culiacán. Universidad Autónoma de Sinaloa, México.
3. Coordinadora de Seguimiento del Programa Educativo Facultad de Enfermería Culiacán Universidad Autónoma de Sinaloa, Maestría en Desarrollo Humano en la Docencia, Doctorado en Educación, Enfermera Especialista en Enfermería Quirúrgica Hospital General “Dr. Bernardo J. Gastelum”.

*Autor de correspondencia: lata310792@gmail.com

Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons Atribución-No Comercial-Compartir igual (CC BY-NC-SA 4.0), que permite compartir y adaptar siempre que se cite adecuadamente la obra, no se utilice con fines comerciales y se comparta bajo las mismas condiciones que el original.

RECIE FEC-UAS

Revista en Educación y Cuidado Integral en Enfermería

Facultad de Enfermería Culiacán

Julio - Diciembre, 2024 Vol.1 Num.2, pp. 100 - 110 e-ISSN (en trámite)

Revista online: <https://revistas.uas.edu.mx/index.php/RECIE/index>

Resumen

Introducción: El personal de enfermería enfrenta desafíos que impactan su rendimiento y bienestar mental, siendo el "enlace de turno" una fuente constante de estrés, especialmente en los 30 minutos previos al final de la jornada. **Objetivo:** Analizar el enlace de turno como un agente estresor en el personal de enfermería, considerando los factores intrínsecos y extrínsecos que afecta su salud mental, con el fin de identificar cómo estos elementos contribuyen al estrés y desgaste emocional, y proponer estrategias para mitigar sus efectos. **Desarrollo:** El estrés laboral, especialmente durante el enlace de turno, se examina desde una perspectiva histórica y analítica. Se identifican factores intrínsecos y extrínsecos que contribuyen al Síndrome de Burnout. Investigaciones enfatizan la necesidad de estrategias que promuevan un entorno laboral saludable, así la importancia de un entorno laboral adecuado para la salud mental. **Conclusión:** El estrés, agudo y crónico, influye negativamente en la salud mental del personal de enfermería. Adoptar un enfoque responsable y promover un entorno laboral saludable es crucial para mejorar la calidad de atención. La comunicación efectiva durante el enlace de turno es vital para prevenir eventos adversos, lo que requiere un compromiso humanista y una actitud empática del personal.

Palabras clave. Tolerancia al Trabajo Programado, Personal de Enfermería, Estrés Psicológico, Salud mental, y Agotamiento Psicológico

Abstract

Introduction: Nursing staff face challenges that impact their performance and mental well-being, with the "shift liaison" being a constant source of stress, especially in the 30 minutes before the end of the shift. **Objective:** Analyze the shift link as a stressor agent in nursing staff, considering the intrinsic and extrinsic factors that affect their mental health, in order to identify how these elements contribute to stress and emotional exhaustion, and propose strategies to mitigate their effects. **Development:** Work stress, especially during shift work, is examined from a historical and analytical perspective. Intrinsic and extrinsic factors that contribute to Burnout Syndrome are identified. Research emphasizes the need for strategies that promote a healthy work environment, as well as the importance of an adequate work environment for mental health. **Conclusion:** Acute and chronic stress negatively influences the mental health of nursing staff. Taking a responsible approach and promoting a healthy work environment is crucial to improving the quality of care. Effective communication during the shift liaison is vital to prevent adverse events, which requires a humanistic commitment and an empathetic attitude from staff.

Keywords. Tolerance to Scheduled Work, Nursing Staff, Psychological Stress, Mental Health, and Psychological Exhaustion.

INTRODUCCIÓN

En el entorno hospitalario, el personal de enfermería se enfrenta a varios retos que afectan tanto su desempeño profesional como su salud mental. Uno de los factores más significativos es el “enlace de turno”, que constituye una fuente constante de estrés, particularmente en los 30 minutos finales de su jornada laboral.

Analizaremos al enlace de turno como un agente estresor en el personal de enfermería, considerando los factores intrínsecos (habilidades de adaptación, gestión del tiempo, carga de trabajo y ambiente laboral) y extrínsecos (contexto social, económico, familiar y educativo) que afecta la salud mental del profesional de enfermería, con el fin de identificar cómo estos elementos contribuyen al estrés y desgaste emocional, y proponer estrategias para mitigar sus efectos. En su jornada diaria, las enfermeras y enfermeros desempeñan una variedad de tareas asistenciales en distintos niveles de atención, de forma rápida y en secuencia antes de llegar al enlace de turno, el cual se convierte en un factor clave que intensifica la presión psicológica del profesional.

De acuerdo con Cano García et al., (2024), en su estudio sobre el impacto del estrés laboral en el bienestar psicológico del personal asistencial de un hospital en Medellín, Colombia, se observa que el personal experimenta un agotamiento moderado y un bienestar psicológico reducido, con una compensación negativa entre ambos. Los factores más perjudiciales identificados son la despersonalización y el agotamiento emocional. Asimismo, un estudio revela que los hombres presentan niveles de bienestar superiores a los de las mujeres. Se concluye que es fundamental fomentar el bienestar psicológico e implementar estrategias para gestionar el estrés en el sector salud, teniendo en cuenta factores organizativos (Cano García et al., 2024).

La transición entre turnos no solo genera tensiones y preocupaciones, sino que también tiene un impacto significativo en la salud mental del personal de enfermería. En este ensayo se examinarán las causas y efectos del enlace de turno como un factor de estrés, analizando cómo influye en el bienestar psicológico de estos profesionales.

DESARROLLO

Desde una perspectiva analítica e histórica, se explorará la relación entre los agentes estresores y los factores que contribuyen al estrés laboral en el personal de enfermería durante el enlace de turno. Esto abarcará un análisis de los aspectos intrínsecos y extrínsecos que pueden originar este tipo de estrés. En este contexto, se tratarán temas relacionados con el Síndrome de Burnout, proporcionando definiciones que ayudarán a entender mejor el problema de estudio.

También se incluirán la participación teórica en enfermería que ha ofrecido distintas perspectivas sobre la práctica profesional en el entorno laboral, fundamentadas en evidencia de sus propios modelos de atención. Un ejemplo clave en este estudio es la teórica Callista Roy, quien destaca la importancia de la interacción entre el profesional de enfermería y su entorno.

El enlace de turno en las instituciones de salud, tanto públicas como privadas, se reconoce como un agente estresor para el personal de enfermería, lo que genera diferencias significativas entre los profesionales. Factores como el tipo de turno, la actitud del personal y el agotamiento acumulado contribuyente a este estrés, así como situaciones como el retraso en el inicio del siguiente turno, la escasez de insumos, la atención a los familiares y los cambios en el plan de cuidados por parte del médico tratante.

Los problemas personales y sociales también impactan en el rendimiento laboral, lo que puede resultar en una entrega incompleta de información y una atención inadecuada a los pacientes. Estas situaciones pueden llevar a la resistencia a aceptar el turno, generando conflictos dentro del equipo y provocando agotamiento físico, además de alteraciones psicológicas y sociales.

De acuerdo con Brito Ortiz et al., (2019), se analizan las relaciones entre la demanda psicológica, el control laboral, el apoyo social y el estrés psicológico en enfermeras mexicanas, encontrando altos niveles de apoyo social y control laboral, junto con bajos niveles de desgaste psíquico, indolencia y culpa. Se finaliza que es crucial implementar estrategias que disminuyan la demanda psicológica y fomenten el control laboral y el apoyo social para prevenir el desgaste emocional. Así, el enlace de turno se vuelve un aspecto relevante para investigar las causas del estrés laboral en el personal de enfermería, ya que ocurre a diario en el entorno hospitalario, creando un ambiente de trabajo poco saludable y afectado la salud mental de los profesionales.

En el análisis interpretativo y la búsqueda de información relacionada con este tema, se resalta la aportación del autor Hans Selye y su modelo sobre el síndrome de desgaste profesional. Selye definió el estrés como un “síndrome general de adaptación”, lo cual se convierte en un fundamento esencial para nuestra investigación, al establecer una conexión clara entre el enlace de turno y su función como agente estresor para el personal de enfermería. De esta manera, el enlace de turno se manifiesta como un agente estresor real y perjudicial, que provoca una respuesta adaptativa en el organismo, impactando negativamente en la salud mental del personal de enfermería (Selye, 1956, p. 19).

El estrés es, sin duda, una afección mental que puede experimentar cualquier individuo en el transcurso de su vida cotidiana. La Organización Mundial de la Salud [OMS], (2023), define el estrés como un estado de intranquilidad o nerviosidad mental generado por un contexto. Sin embargo, cuando el organismo humano enfrenta una sobrecarga de tensión, puede dar lugar a enfermedades o provocar

la aparición de anomalías patológicas, esta situación puede interferir con el desarrollo normal y el funcionamiento adecuado del cuerpo humano.

De acuerdo con la OMS, un entorno laboral saludable es aquel donde la presión que enfrenta el empleado se ajusta a sus capacidades y recursos. También es esencial el nivel de control que tiene sobre su trabajo y el apoyo que recibe de personas significativas en su vida. Se identifica claramente a una población en riesgo: los profesionales de la salud, especialmente el personal de enfermería. Estos individuos suelen destacarse por su desempeño satisfactorio, su compromiso laboral y sus altas expectativas en relación con las metas que se proponen. Sin embargo, el desgaste profesional puede manifestarse como una respuesta al estrés constante y la sobrecarga laboral, especialmente durante el enlace de turno, actualmente se han implementado métodos y técnicas terapéuticas que ayudan a mitigar el desgaste profesional en enfermería, como se exterioriza en un estudio, sobre la terapia floral y su impacto en la calidad de vida laboral (Fedel, Gnatta & Turrini 2023).

Desde una perspectiva epistemológica y conceptual, el término "estrés" proviene del griego "stringere", que significa provocar tensión. Esta palabra se utilizó por primera vez, probablemente, en el siglo XIV. El doctor Hans Selye, endocrinólogo de la Universidad de Montreal, a quien frecuentemente se le llama "padre del concepto estrés". Sus investigaciones constituyeron las primeras aportaciones significativamente al estudio del estrés y sentaron las bases para llevar a cabo investigaciones, aun en la actualidad (Selye, 1956, p. 19). El estrés laboral en enfermería puede afectar tanto la actividad y el rendimiento laboral como la vida personal de una manera intrínseca o extrínseca.

Como lo señala en su estudio Gomes Modeiro et al., (2023) el estrés que experimentan los enfermeros en su trabajo está profundamente afectado por la baja remuneración, lo que los lleva a considerar cambiar de empleo o incluso de profesión. El agotamiento profesional y la falta de reconocimiento son factores estresantes que activan mecanismos de defensa, incluyendo el deseo de buscar nuevas opciones.

Uno de los entornos que genera mayor estrés es laborar en un hospital, especialmente en el segundo nivel de atención a la salud. Los profesionales de la salud son particularmente susceptibles a experimentar estrés debido a la tensión emocional crónica provocada por el contacto constante con otras personas. Otro claro ejemplo de estrés laboral en el personal de enfermería es la participación en equipos volantes, un tema crucial en el contexto de la atención hospitalaria de segundo nivel. Este factor impacta tanto el bienestar de los profesionales como la calidad de atención brindada a los pacientes. Al desempeñarse como enfermero o enfermera volante o de apoyo, se contribuye a generar estrés en el proceso de enlace de turno, ya que el profesional forma parte de un equipo que se desplaza por diversas áreas según las necesidades del servicio. Esta situación genera incomodidad, ya que no se

está en el área habitual de trabajo y la relación entre los compañeros de turno puede no ser tan fluida, especialmente al momento de entregar el turno.

Según Carrillo García et al., (2020) mencionaron que la falta de apoyo, en particular por parte de los superiores, es un factor crucial que resalta la necesidad de mejorar la gestión de recursos humanos. El modelo de demanda-control-apoyo destaca la importancia del apoyo social en el trabajo para reducir los efectos negativos del estrés. Mejorar este apoyo podría aumentar la satisfacción y el bienestar del personal, lo que, a su vez, se reflejaría en una atención más eficaz a los pacientes.

El síndrome de desgaste profesional, también conocido como síndrome de Burnout o síndrome del "quemado", es el término que se utiliza con mayor frecuencia para describir el estrés laboral. Este fenómeno es especialmente común entre el personal sanitario, que incluye a nutricionistas, médicos, enfermeros, farmacéuticos, psicólogos, psiquiatras, terapeutas ocupacionales y otros trabajadores del sector.

Las enfermedades relacionadas con el estrés pueden dividirse en dos categorías. En primer lugar, está el estrés agudo, que aparece en momentos de alta presión y oleada de manera repentina, como ocurre cuando se aproxima el enlace de turno en la jornada laboral del profesional de enfermería. Este tipo de estrés es fácil de identificar y suele ser reversible. Los ejemplos incluyen úlceras por estrés, estados de shock y neurosis postraumática. De acuerdo con Cortez et al. (2022), en su estudio mencionan lo fundamental que el estrés laboral ocupe un lugar en las prioridades de las instituciones de salud, ya que de esta forma se puede asegurar una atención de calidad a los pacientes, quienes tienen expectativas y demandas cada vez mayores en cuanto a su cuidado.

Por otro lado, se encuentran las enfermedades relacionadas con el estrés crónico, donde los factores estresantes persisten durante meses o incluso años, afectando tanto el bienestar psicológico como el funcionamiento de órganos vitales. Entre estas enfermedades se encuentran la gastritis, la ansiedad, la colitis nerviosa, la depresión, la hipertensión arterial, las adicciones y algunas formas graves de psicosis. Prevenir el estrés en los profesionales de enfermería no solo favorece su bienestar personal, sino también el de las personas a su alrededor, tanto en el trabajo como fuera de él. Los efectos del estrés laboral, tanto a nivel individual como social, subrayan la importancia de establecer medidas preventivas y de identificar esta condición oportunamente en el entorno laboral (Cortez et al. 2022).

El abordaje del estrés mediante la aplicación de un modelo de enfermería puede facilitar el proceso de cuidado, sin perder de vista la singularidad de cada persona. En este ensayo práctico-investigativo, abordamos el Modelo de Callista Roy como una herramienta para la adaptación al estrés, considerándolo como la base epistemológica y relacional de nuestro análisis. Este modelo se centra en

la relación enfermera-paciente, abordando las necesidades interrelacionadas que surgen dentro de su marco de adaptación (Bonfill Accensi et al., 2010).

Por otra parte, aplicando el modelo de Callista Roy donde destaca la necesidad de adaptación del ser humano a su entorno cotidiano, presentando cuatro modos de adaptación para evaluar conductas generadoras de estrés. En el personal de enfermería, el modo fisiológico se observa en las reacciones de otros profesionales. El modo de autoconcepto de grupo se centra en el estado mental y la autoestima, mientras que el modo de desempeño de rol examina cómo la persona se desenvuelve socialmente. Finalmente, el modo de interdependencia refleja la capacidad de adaptarse a situaciones difíciles en el entorno social.

El síndrome de burnout es una afección de prevalencia notable en entornos sanitarios, donde las altas dosis de responsabilidad, el contacto directo con las personas, la exposición a situaciones cercanas a la muerte y la relación enfermera-enfermera son factores comunes. En este contexto, el paso de guardia o enlace de turno en enfermería se presenta como una actividad fundamental para dar continuidad al cuidado de los pacientes, aunque a menudo se realiza como cumplimiento obligatorio de una tarea dentro del quehacer laboral. Esta transición puede contribuir al estrés y agotamiento del personal de salud, generando un riesgo adicional para el bienestar emocional y físico de los profesionales.

Como nos describe Charfuelan et al., (2019), en su estudio sobre las dificultades en la comunicación al ser uno de los factores más importantes a considerar para mejorar el traspaso de guardia o enlace de turno. Recomiendan para este proceso, ser realizado en la habitación del paciente, donde ambos equipos de enfermería puedan verificar la información y mantener una comunicación profesional para no generar tensiones o conflictos que generen estrés y una buena relación enfermera-enfermera.

Por otra parte, Vásquez Mendoza y González Márquez (2020), plantean que el estrés en el trabajo de enfermería se ve influenciado por diversos factores, entre los cuales se destacan el agotamiento, el insomnio, la sobrecarga laboral, la insatisfacción con el trabajo y la falta de espacio adecuado. Las consecuencias más comunes de este estrés incluyen una mala alimentación, insomnio y pérdida de cabello. Estos factores no solo afectan la salud física y emocional de las enfermeras, sino que también generan conflictos dentro del equipo de salud y, como resultado, provocan una atención deficiente a los pacientes.

En su estudio, Gutiérrez y Arias Herrera (2018), menciona a la psicóloga social Cristina Maslach, quien en ese momento analizaba las reacciones de las personas que trabajaban en profesiones de servicio y ayuda. Estas profesiones, caracterizadas por turnos rotativos, largas jornadas, bajos salarios, alta responsabilidad y estrés, mostraban un alto índice de burnout. Maslach, junto con

Jackson, definió el burnout como un síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal en el trabajo, que surge como consecuencia de la exposición continua a estresores laborales.

Por otra parte, Gutiérrez y Arias (2018) destaca que el estrés laboral se manifiesta como el síndrome de burnout, con el enlace de turno actuación como un agente estresor para el personal de enfermería. Las largas jornadas y el exceso de horas de trabajo provocan agotamiento emocional, que se refleja tanto física como psicológicamente. Este proceso conlleva la despersonalización, donde las enfermeras adoptan actitudes negativas y distantes hacia colegas, pacientes y familiares. Además, el agotamiento se asocia con una baja realización personal, caracterizada por una disminución de la autoestima y una sensación de fracaso y desilusión.

Existen diversos factores de riesgo asociados a este agente estresor, que manifiestan el síndrome de burnout, especialmente en relación con el estrés generado durante el enlace de turno del personal de enfermería. Se ha demostrado que, cuanto más favorable es el clima laboral, mayor es el bienestar y la satisfacción, lo que reduce significativamente el estrés percibido por los profesionales en su trabajo.

En continuidad Sánchez (2023), menciona que al evidenciar la gestión del personal de enfermería durante los enlaces de turno es esencial para la seguridad del paciente crítico donde sus resultados indican que, a pesar de que los enlaces de turno se extienden más de lo habitual, la comunicación efectiva y el compromiso del personal contribuyen positivamente a la continuidad de los cuidados, minimizan complicaciones, y refuerzan que un enlace de turno bien gestionado es crucial para garantizar un cuidado adecuado y seguro para los pacientes.

Por el contrario, en instituciones donde los roles profesionales no están bien definidos, se fomenta el conflicto dentro del equipo multidisciplinario, lo que genera situaciones de ansiedad, insatisfacción y, en algunos casos, problemas fisiológicos que afectan la salud física.

CONCLUSIÓN

Al abordar esta problemática en nuestro escrito, se obtiene una comprensión y análisis interpretativo que demuestra que el estrés está compuesto por varios agentes estresores, siendo el enlace de turno uno de ellos, que causa afecciones en el personal de enfermería. Por ello, el estrés laboral afecta principalmente a este grupo debido a la sobrecarga de trabajo y a los problemas personales que traen consigo a la práctica.

Actuar con responsabilidad e implementar estas acciones contribuiría a crear un buen entorno laboral, generando un ambiente sano y un compromiso humanista, lo que facilitaría el cambio en el enlace de turno y mejoraría la atención en el ejercicio profesional.

Como profesionales de enfermería, es fundamental concientizar sobre la importancia de evaluar constantemente los procesos dependientes de nuestro gremio, buscando estrategias de mejora que faciliten una comunicación efectiva para impactar directamente en la seguridad y calidad de atención del paciente.

Un aspecto esencial en el cuidado de enfermería es la aplicación de procesos y técnicas basados en conocimientos, habilidades y necesidades reales. El estrés, como agente estresor común, está presente en el ejercicio diario de la profesión, especialmente durante el enlace de turno. Este momento tiene como objetivo transmitir la información necesaria para que el personal de enfermería asuma el cuidado del turno siguiente, lo que implica reflexión, actitud, disponibilidad y atención para comprender las condiciones reales del paciente y su estado de salud actual.

En razón a lo anterior la confianza y la responsabilidad profesional son clave en este proceso, por lo que se recomienda realizar el enlace de turno en un entorno tranquilo, libre de ruidos y distracciones que puedan alterar la comunicación.

Por ende, los diversos factores, como el tipo y forma de comunicación del personal de enfermería en un entorno hospitalario, conllevan una responsabilidad vital. Durante el enlace de turno, el riesgo de eventos adversos, cuasi fallas o eventos centinela puede tener un impacto negativo en la atención del paciente y afectar la reputación profesional del personal de enfermería debido a errores que no siempre son atribuibles a ellos, sino a fallas del personal que entrega el turno anterior. Esto puede provocar estrés laboral y en consecuencia, el síndrome de burnout.

Desde un punto de vista general, es posible mitigar el estrés laboral, especialmente el provocado por el agente estresor del enlace de turno, utilizando técnicas adecuadas. Por ejemplo, es crucial comprender que el personal que egresa del turno puede estar agotado, ser precisos y responsables al entregar el expediente del paciente y aplicar la comunicación empática y digna. Esta comunicación será fundamental para un ejercicio profesional eficaz, facilitando decisiones y respuestas con seguridad y actitud positiva durante la siguiente jornada laboral.

REFERENCIAS

- Bonfill Accensi, E., Lleixa Fortuño, M., Sáez Vay, F., y Romaguera Genís, S. (2010). Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. *Index de Enfermería*, 19(4), 1-17. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010
- Brito Ortíz, J., Juárez García, A., Nava Gómez, M., Castillo Pérez, J., y Brito Nava, E. (2019). Factores psicosociales, estrés psicológico y burnout en enfermería: un modelo de trayectorias. *Enfermería universitaria*, 16(2), 138-148. doi: <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2019.2.634>

- Cano García, M., Ruiz Blandón, D. A., Vergara Velez, I., & Chaverra Gil, L. C. (2024). Impacto del estrés laboral en el bienestar psicológico del personal de un hospital público de Medellín, Colombia. *Ciencia y enfermería*, 29(31). doi: <http://dx.doi.org/10.29393/ce29-31iemv50031>
- Carrillo García, C., Ríos Rísquez, M. I., Escudero Fernández, L., y Martínez Roche, M. E. (2020). Factores de estrés laboral en el personal de enfermería hospitalario del equipo volante según el modelo de demanda-control-apoyo. *Enfermería Global*, 17(2), 304–324. doi: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.17.2.277251>
- Charfuelan Laguna, Y., Hidalgo Bolaños, D., Acosta Franco, L., Espejo Quiroga, D., Tibaquicha Bernal, D., Montaña Vásquez, J., y Henao Castaño, A. (2019). Paso de guardia en enfermería: Una revisión sistemática. *Enfermería universitaria*, 16(3), 313-321. doi: <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2019.3.689>
- Cortez González, L. C., Pantoja Herrera, M., Cortes Montelongo, D. B., Tello García, M. A., & Nuncio Domínguez, J. L. (2022). Estrés laboral del personal de enfermería en una institución de tercer nivel de atención de la ciudad de México. *Investigación y Pensamiento Crítico*, 10(2), 4-22. doi: <https://doi.org/10.37387/ipc.v10i2.288>
- Fedel, I. L., Gnatta, J. R., & Turrini, R. N. (2023). Efeito da terapia floral na fadiga por compaixão em residentes de enfermagem: estudo piloto. *Enfermería Actual en Costa Rica*, 45. <https://doi.org/10.15517/enferm.actual.cr.i45.49923>
- García Morán, M., y Gil Lacruz, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Persona*, 11-30. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/1471/147149810001/html/>
- Gomes de Medeiros, S. E., de Aquino, J. M., Aires de Arruda, G., do Carmo Cruz Robazzi, M. L., Ribeiro Gomes, B., Andrade, M. S., & Leite Meirelles Monteiro, E. M. (2023). Tress and Suffering in Hospital Nurses: Relationship with Personal and Work Variables and Life Habits. *Texto & Contexto Enfermagem*, 32, 1-15. <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2022-0290en>
- Gutiérrez, J., y Arias Herrera, A. (2018). Síndrome de burnout en personal de enfermería: asociación con estresores del entorno hospitalario, Andalucía, España. *Enfermería universitaria*, 15(1), 1-25. doi: <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2018.1.62903>
- OMS, (2023). ¿Qué es el estrés? *Biblioteca de la OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Sánchez, M. (2023). Gestión del personal de enfermería en los enlaces de turno, enfocado en el cuidado y seguridad del paciente crítico. *Salud, Arte Y Cuidado*, 16(2), 115-120. doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10727729>



- Selye, H. (1956). El estrés de la vida. Nueva York: *McGraw-Hill*. Obtenido de Capitulo 1
<https://www.cerasa.es/media/areces/files/book-attachment-1677.pdf>
- Vásquez Mendoza, S., y González Márquez, Y. V. (2020). El Estrés y el Trabajo de Enfermería; Factores Influyentes. *Mas Vita Revistas de Ciencias de la Salud*, 2(2). Obtenido de
<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/08/1284113/85-texto-del-articulo-267-1-10-20200829.pdf>