



Efectos emocionales y físicos experimentados por enfermeras durante la pandemia Covid-19

Emotional and physical effects experienced by nurses during the Covid-19 pandemic

Yesenia Llorente

Universidad de Panamá, Centro Regional Universitario de Coclé, Panamá
yesenia.llorente@up.ac.pa <https://orcid.org/0009-0003-4890-1086>

Edith De León

Universidad de Panamá, Centro Regional Universitario de Coclé, Panamá
edith.deleong@up.ac.pa <https://orcid.org/0009-0004-1722-5326>

*Autor de correspondencia: yesenia.llorente@up.ac.pa

Fecha de recepción: 25/08/2025

Fecha de aceptación: 7/10/2025

DOI <https://doi.org/10.48204/synergia.v4n2.8559>

Resumen

Las pandemias han estado presentes en la historia de la humanidad, por este motivo este estudio tiene como objetivo examinar los efectos emocionales y físicos padecidos por las enfermeras y las técnicas de enfermería de salud durante la pandemia, describiendo el ambiente laboral al que fueron sometidos con la finalidad de establecer estrategias que se adecuen a la realidad experimentada por el personal sanitario. La investigación es de tipo cuantitativo, con un diseño descriptivo, no experimental, exploratorio y transversal. Las técnicas de recolección de datos empleados fue la encuesta a través de un cuestionario de 47 ítems, el cual tenía 4 dimensiones basados en una escala de Likert de 5 puntos. La encuesta fue validada por un grupo de expertos donde se determinó la fiabilidad y el CVC del instrumento. La muestra estuvo conformada por 16 enfermeras que laboran en una institución de Salud Pública en Penonomé. Los resultados muestran que el personal tuvo secuelas físicas y emocionales durante la pandemia, entre los efectos físicos se tienen, malestares corporales, tales como dolores de cabeza, fatiga, dolores musculares, articulaciones y espalda, por otro lado, los efectos emocionales presentados son, trastornos del sueño, sensación de miedo estrés y ansiedad, fueron las emociones frecuentes. La situación vivida fue difícil, debido al alargamiento de las horas, carga



laboral y el estrés al que fue expuesto el personal de salud, afectando las tareas realizadas por los enfermeros. Es necesario la elaboración de planes de mitigación que faciliten afrontar los problemas encontrados en esta investigación, para de esta forma estar mejor preparados para situaciones futuras.

Palabras clave: salud pública, epidemiología, aprendizaje, salud mental, personal médico, pandemia.

Abstract

Pandemics have been present in the history of humanity, for this reason this study aims to examine the emotional and physical effects suffered by nurses and health nursing technicians during the pandemic, describing the work environment to which they were subjected to establish strategies that adapt to the reality experienced by health personnel. The research is of a mixed exploratory type, with a phenomenological, non-experimental, exploratory-descriptive and cross-sectional design. The data collection techniques used were: observations made (place, work environment, organization) and a 47-item questionnaire. The sample consisted of 16 nurses who work in a public health institution in Penonomé. The results show that the staff had physical and emotional sequelae during the pandemic, among the physical effects are; Ailments of the body, such as; headaches, fatigue, muscle, joint and back pain, on the other hand, the emotional effects presented are; sleep disorders, feelings of fear, stress and anxiety were the frequent emotions. The situation experienced was difficult, due to the lengthening of hours, workload and the stress to which health personnel were subjected, affecting the tasks performed by nurses. It is necessary to develop mitigation plans that facilitate facing the problems found in this research, in order to be better prepared for future situations.

Key Words: public health, epidemiology, learning, mental health, medical personnel, pandemic.

Introducción:

Las enfermedades infecciosas han tenido un impacto en la historia humana, debido a la alta tasa de mortalidad que han presentado y las repercusiones negativas en la salud de grandes poblaciones, entre las más significativas se tienen; la peste negra (1347-1382), la gripe española (1918-1920) y la pandemia de COVID-19, la cual fue llamada por muchos la crisis del capitalismo, cada una de las mencionadas, impactó a la población en distintas dimensiones, tales como; salud, social, económico, médico, entre otros. Además, fue gracias a la aparición de estas enfermedades que surgen conceptos como cuarentena, distanciamiento social, uso de mascarilla y otros (González, 2021).





La presencia de plagas está ligada a los tiempos cuando la humanidad empezó a asentarse en grandes poblaciones, situación que coincide con el desarrollo cultural, social y tecnológico de la civilización, en áreas, por ejemplo; los avances en la medicina, la agricultura, la escritura, la astronomía, entre otros, además de estos avances la proliferación de personas en un solo lugar incrementó la presencia de plagas, lo cual en muchas culturas fue relacionado con el castigo divino de Dios o los dioses, como está registrado en libros como el Corán, la Biblia, las leyendas antiguas y otros escritos, pero gracias a los avances científicos estas creencias han sido dejadas atrás (Becker, 2020).

En las distintas enfermedades o pandemias que la humanidad ha sufrido, el común denominador que se ha observado en ellas es a un grupo de personas que ofrecen sus servicios a las personas afectadas por la enfermedad, siendo en muchas ocasiones estos samaritanos los infectados por las enfermedades que padecían los pacientes. En la edad media, este tipo de trabajo fue realizado por médicos de segunda, es decir, los que no gozaban de renombre, debido a la alta probabilidad de ser contagiados y de muerte (Becker, 2020).

La aparición del COVID-19 durante el 2020, produjo un impacto en la sociedad debido a la rápida expansión de la enfermedad, situación que desencadenó que las autoridades de salud implementarán medidas para disminuir el contagio, entre las cuales; la limitación de movimiento y el confinamiento en los hogares fueron las principales (Jurado, 2020). Al comienzo de la pandemia, la incertidumbre, la falta de información, las distintas noticias y testimonios sobre los decesos, entre otras informaciones, causó un alto nivel de estrés en la población que afectó directamente al personal de salud que prestaba sus servicios de atención a la población afectada, ya que además de lo expuesto, en ellos se generó un estado de vulnerabilidad debido a la exposición y el miedo a contagiar a sus seres queridos, contextos que podían ocasionar que el profesional de salud sufriera un desgaste físico-emocional durante la realización de las distintas actividades realizadas (Sánchez, et. al., 2021).



En las distintas pandemias que ha tenido la humanidad, el personal sanitario ha tenido un desempeño fundamental, ya que son ellos los que han estado en la primera línea de batalla y ha sido su compromiso, responsabilidad y resiliencia los que han evitado una catástrofe mayor, asimismo, como seres humanos han sufrido dificultades en su salud mental. Un verídico ejemplo, fue la situación vivida por el personal sanitario en Wuhan, China, quienes experimentaron una gran presión desde el inicio de la pandemia porque fueron la raíz de propagación de la enfermedad que aún sin conocer los efectos, el alto riesgo de ser contagiados, no conocer el protocolo para la enfermedad, la ansiedad generada por la situación, entre otros factores ofrecieron ayuda a la gente que lo necesitaba (Lozano, 2020; Sánchez, et. al., 2021).

En Latinoamérica, el COVID-19 debilitó aún más, la situación del servicio de la Atención Primaria, además de aumentar las agresiones contra el personal sanitario, desarrollando de esta forma no solo una crisis sanitaria, sino también humanitaria, como así lo evidenciaron casos presentados en Brasil, Colombia, Ecuador, lugares donde el personal de salud, además de llevar una sobrecarga de trabajo, también tuvo que lidiar con agresiones y discriminaciones realizados en contra de este grupo (Giovanella, et. al., 2020).

A inicios de la pandemia COVID-19 en la región, el personal de enfermería, doctores y auxiliares fueron víctimas de actos de discriminación y violencia realizados en contra de ellos, entre los cuales se tienen; agresiones físicas y verbales, se les restringía la entrada a tiendas comerciales, al uso del servicio público y se reportaron casos donde fueron hasta expulsados de sus casas por miedo a que fueran diseminadores de la enfermedad, entre otras acciones. Estas situaciones generaron mucha desmotivación a los profesionales de salud, quienes, por ende, son un personal ya agobiado por el exceso de trabajo y las largas jornadas laborales a las que son expuestos (Sánchez, et. al., 2021). Toda la situación descrita durante la pandemia, ha agudizado la situación del personal sanitario a nivel mundial y de la región, generando repercusiones físicas y emocionales en este grupo sanitario, quienes demostraron ser personas comprometidas con su trabajos y quienes fueron esos héroes anónimos que la población recuerda, por lo que es indispensable





explorar y estudiar esta situación, pues son ellos y serán ellos, los que nos ofrecerán sus servicios nuevamente si una situación parecida se vuelve a presentar (Vaucher, et. al., 2020).

En Panamá, el COVID-19 llega al país durante el mes de marzo del año 2020, momento desde el que se implementaron lineamientos y protocolos para minimizar la cantidad de contagios, lamentablemente existe poca investigación sobre este tema en el país, por lo que se realiza la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué estrategias pueden aplicarse en un futuro para mitigar los estragos que tiene una pandemia sobre el personal de salud que ofrece sus servicios a los pacientes?

Este estudio analiza de forma exploratoria, las repercusiones físicas y emocionales que tuvo el personal de salud que ofreció servicios de atención durante la pandemia, se indaga sobre su entorno en una institución de salud que ofrecía sus servicios a pacientes con COVID-19, con la finalidad de establecer recomendaciones sobre las estrategias de mitigación que puedan implementarse en el personal sanitario para afrontar situaciones como las experimentadas durante la pandemia.

Investigadores como Vinuesa, et. al., (2020), señalan que la médicos y enfermeras ecuatorianos tuvieron un impacto en su estado emocional durante la pandemia, ya que mediante un modelo de regresión lineal R, los resultados mostraron que más del 90% del personal sanitario presentó síntomas de Burnout en niveles moderado-severo. Asimismo, Torrecillas, et. al., (2021) evidenciaron que la mayoría del personal que atendía la sección de UCI en la pandemia de COVID-19 presentaron niveles significativos de ansiedad y estrés, mostrando al mismo tiempo síntomas de depresión, cansancio físico y mental, y preocupación, estableciendo que la pandemia afectó de forma significativa la salud mental del personal de enfermería.

García, et. al., (2022), en un estudio realizado en México señalan que la intensidad de estrés en las enfermeras reflejaba niveles de intensidad media, mostrando que el 81% del personal que ofrecía el servicio de enfermería eran mujeres, muchas de las cuáles realizaban servicios nocturnos y el 50,7% laboraba 12 horas continuas y que cada





enfermera tenía bajo su responsabilidad a siete o más pacientes, evidenciando una notable carga laboral. Este estudio menciona que el 16% del personal sanitario hasta la fecha de la investigación mencionaron haber sido contagiados con COVID-19.

Durante la pandemia el personal sanitario estuvo expuesto a desafíos aún mayores a los que acostumbra, situaciones que demostraron la necesidad de adoptar medidas preventivas que faciliten el ámbito laboral en el que se desenvuelven los trabajadores de la salud, sobre todo si son expuestos a una situación similar como la del COVID-19. Este estudio pretende favorecer a las enfermeras (licenciadas y técnicos) que prestan sus servicios a los pacientes en las distintas entidades de salud, ya que son el personal de primera línea, por lo tanto, mejorar sus condiciones laborales ofrece la oportunidad de incentivar y motivar al personal de salud generando una sensación de bienestar en el entorno laboral para el buen desempeño de sus tareas y la atención al paciente.

Panamá, tiene pocos estudios de carácter científico sobre el COVID-19 y su impacto sobre el personal de salud en el territorio nacional, por lo que este estudio pretende ser el comienzo de una serie de investigaciones que ayuden y fortalezcan el trabajo de este grupo de trabajadores de la salud.

Materiales y métodos

La investigación tuvo un diseño descriptivo, no experimental con un enfoque cuantitativo, exploratorio y de corte transversal, donde se obtuvo información a través de: fuentes documentales y un cuestionario de preguntas para obtener la opinión de los Licenciados y Técnicos de enfermería participantes, y así, explorar la situación experimentada durante la pandemia y las medidas o estrategias de mitigación que podían aplicarse. El estudio es un tema poco estudiado en la actualidad, donde se buscaba era establecer las medidas de mitigación que pudieran ser implementadas antes o durante una situación similar a la experimentada en pandemia (Hernández y Mendoza, 2020).





Se realiza una visita en la que se aplicó de forma virtual la encuesta, para que las enfermeras las llenaran de forma anónima, asegurando la confiabilidad (Hernández y Mendoza, 2020). La información obtenida fue verídica y confiable.

La población del personal de salud en la provincia de Coclé estaba compuesta por 496 puestos, según las estadísticas del INEC (2021), el lugar donde se realizó el estudio contaba con 19 enfermeras (Licenciadas y técnicos), de las cuales participaron un total de 16 personas, aunque se ofreció la encuesta a todo el personal, solo 16 personas participaron. El lugar fue escogido porque el personal sanitario que labora en esta institución fue el primer y principal grupo en ofrecer servicios de atención a la población en general, durante la pandemia.

La encuesta fue el instrumento de mayor peso en la recopilación de la información obtenida, estaba compuesta de 47 ítems, con cuatro dimensiones y una escala de Likert de 5 puntos, donde se preguntaba sobre los efectos físicos, los efectos emocionales, el entorno laboral, el uso de Equipo de Protección Permanente (EPP) y las capacitaciones recibidas principalmente. El instrumento fue ejecutado usando la aplicación de Formularios de Google, de forma virtual, siendo una muestra homogénea, los datos fueron procesados usando el programa de SPSS para presentar las frecuencias y porcentajes de los ítems importantes.

Los instrumentos utilizados fueron validados para conocer su fiabilidad y confiabilidad, usando Alfa de Cronbach y el Coeficiente de Validez de Contenido (CVC). Además, el protocolo de investigación tuvo la aprobación del Comité de Ética para la implementación de los instrumentos.

El instrumento fue validado por un juicio de expertos, quienes determinaron la fiabilidad y confiabilidad del mismo, usando Alfa de Cronbach y el Coeficiente de Validez de Contenido (CVC). Se escogieron 5 expertos para evaluar el instrumento. El Coeficiente de Validez de Contenido (CVC) se analizó para los criterios de suficiencia, claridad, relevancia y coherencia, donde los resultados estuvieron por encima de 0,9, indicando que la validez

y concordancia del instrumento son excelentes, usando el método de Avecilla y Lozano (2016). Por último, se obtuvo que el resultado del Alfa de Cronbach fue de 0,995, lo que señaló una alta fiabilidad y confiabilidad del instrumento.

Tabla 1.

Cálculo del coeficiente de validez de contenido para el criterio de suficiencia

Suficiencia	Jueces					Sx	Mx	CVCi	PE	CVCij
	1	2	3	4	5					
1 ¿Experimentado algún tipo de malestar físico o síntomas durante su trabajo en el centro de salud desde el inicio de la pandemia? (Por ejemplo: fatiga, dolores musculares, dolor de cabeza, etc.)	6	6	6	6	6	30	6	1	0	1,0
2 ¿En qué medida ha experimentado estos malestares físicos?	4	6	5	4	5	24	5	0,8	0	0,8

La tabla presentada es el extracto del cálculo del CVC para el criterio de suficiencia, donde se observa que 5 expertos evaluaron cada pregunta del 1 al 6, para obtener los datos. Esto fue realizado para cada criterio evaluado.

Por último, se obtuvo el Alfa de Cronbach que es el coeficiente que verifica la confiabilidad del instrumento utilizando las bases de datos obtenidas de los 16 participantes, quienes respondieron a los 42 ítems, lo cual se realizó a través de estadísticas descriptivas donde evaluaron los mínimos, máximos, media y desviación típica para calcular con eso el Alfa de Cronbach.

Tabla 2.*Cálculo de confiabilidad de Alfa de Cronbach*

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach estandarizado
0,995	0,996

El resultado obtenido demuestra que la confiabilidad del instrumento es excelente.

Resultados y discusión

El total de las participantes son mujeres, conformadas por un 75% como Licenciadas en enfermería y el 25% son técnicas de enfermería, donde el 75% de las participantes son casadas y el 25% restante viven en unión libre. La edad de las participantes se distribuye desde los 20 años hasta más de 41 años, donde el 56% menciona estar entre los 36 años (31%) y ser mayores de 41 años (25%), mientras que el 44% restante señala tener por debajo de los 35 años. El 87% de las entrevistadas reconoce tener hijos, mientras que el 13% menciona no tener hijos. Los datos mencionados demuestran que la muestra está compuesta por personas capacitadas, maduras y responsables.

Los estudios elaborados durante pandemia manifiestan que ser mujeres, poseer una familia y dominar la profesión tiene ventajas y desventajas en el personal sanitario que se enfrenta a situaciones vividas como el COVID-19, así lo sostienen Macías y Vidal (2021). En la primera tabla, se aprecia la percepción de malestar o síntomas físicos presentados durante la jornada laboral del personal sanitario, claramente se aprecia que el 100% de las personas, señalan haber presentado molestias físicas durante su jornada laboral en los tiempos de pandemia.

Tabla 3.*Percepción sobre la presentación de malestar o síntomas físicos durante la jornada laboral del personal de salud a inicios de la pandemia (como, por ejemplo; dolores de cabeza, musculares, entre otros)*



Escala de Likert	N# de personas	% de personas
En gran medida	6	37,5%
En buena medida	4	25,0%
En regular medida	2	12,5%
En poca medida	4	25,0%
En ninguna medida	0	0,0%
Total	16	100%

En un 75% los encuestados manifiestan que en gran medida (37,5%), buena medida (25%) y en regular medida (25%) han presentado malestares o síntomas físicos. Los lugares donde los encuestados tienen la percepción de esos malestares es en los músculos, articulaciones o espalda, debido a la carga laboral que tuvieron durante la pandemia, un 87,5% expresan que en gran medida y buena medida así es, mientras solo un 12,5% en poca medida tiene esa percepción.

El 75% de los participantes mencionan que han tenido que solicitar atención médica (25% en gran medida y el 50% en buena medida) por las molestias presentadas durante la pandemia y el 25% restante, señala que en ninguna medida ha solicitado atención médica, tal vez esta sea la población más joven participante.

En la siguiente tabla, se observan las experiencias o dificultades que ha tenido el personal de enfermería para conciliar o mantener el sueño durante la pandemia, y se evidencia que el 87,5% sostiene tener dificultades al respecto, solo un 12,5% señala que no tuvo problemas para conciliar el sueño.

Tabla 4.

Medida en la que ha experimentado dificultad para conciliar o mantener el sueño durante la pandemia.

Escala de Likert	N# de personas	% de personas
En gran medida	2	12,5%
En buena medida	8	50,0%
En regular medida	0	00,0%
En poca medida	4	25,0%
En ninguna medida	2	12,5%
Total	16	100%

Se observa que la mayoría de los encuestados manifiestan su convicción sobre los problemas que han presentado con el sueño durante la pandemia, siendo este un problema bastante serio, ya que la falta de sueño puede causar problemas en la ejecución de sus actividades que pueden ser desde triviales hasta casos serios.

Cuando se les consulta a los participantes sobre el efecto que ha tenido este aspecto (la falta o dificultad del sueño) en el desarrollo de su trabajo, se observa en la siguiente tabla que el 87,5% afirma en gran medida (25%), en buena medida (25%) y en regular medida (37,5%) reconocer que su desempeño laboral se ha visto afectado por la falta de sueño, como se aprecia en la tabla:

Tabla 5.

Percepción de las enfermeras sobre sí los trastornos del sueño han afectado el desempeño laboral del personal

Escala de Likert	N# de personas	% de personas
En gran medida	4	25,0%
En buena medida	4	25,0%
En regular medida	6	37,5%
En poca medida	0	0,0%
En ninguna medida	2	12,5%
Total	16	100%



Los resultados obtenidos investigadores como Macías y Vidal (2021), los asocian con las implicaciones conductuales y cognitivas generadas por la situación experimentada en la pandemia, asimismo, Labrague y De los Santos (2020) afirman en su estudio que personal de salud tuvo dificultades para conciliar el sueño e inmovilidad tónica causados por los niveles de ansiedad disfuncionales presentados en la pandemia. Este contexto, resalta la necesidad de tener un buen descanso entre jornadas, como lo mencionan Wu y Wei (2020), Zhu, et. al., (2020) y Chen, et. al., (2020) quienes sostenidos sobre las afirmaciones del personal sanitario reafirman la importancia de este aspecto. Algunos trabajadores preferían dar prioridad a su descanso, en lugar de recibir atención psicológica, como lo señala Zhu, et. al., (2020).

Cuando se les pregunto si presentaban síntomas respiratorios, tal como la dificultad para respirar, tenían dificultad para respirar o infecciones durante la jornada laboral, el 87,5% de las enfermeras afirmaron en gran medida, en buena medida y en regular medida tener estos síntomas respiratorios, situación que el personal sanitario lo relaciona en un 100% con el uso prolongado del Equipo de Protección Personal (EPP). Esta situación, es similar a los resultados obtenidos por Loyola y Medeiros (2021) donde el personal sanitario de salud que atendía a pacientes con COVID-19 incrementó un aumento en las infecciones respiratorias durante la pandemia.

Tarecena et. al., (2022), destaca que la población femenina fue el sexo que presentó mayor susceptibilidad al uso del EPP, ya que presentó síntomas tales como dolor de cabeza, migraña, irritaciones en la piel, entre otros resultados que coinciden con los obtenidos en esta investigación donde el 87,5% de las enfermeras manifestaron presentar problemas cutáneos.

En la tabla 5, se presentan los niveles de estrés y agotamiento percibidos por el personal sanitario durante la pandemia en el cual se identifica que el 87,5% de los encuestados manifiestan presentar niveles de estrés y agotamiento en el desempeño de sus labores en la pandemia.



Tabla 6.

Medida sobre niveles elevados de estrés y agotamiento experimentados durante la pandemia por el personal de sanitario de una institución pública de Coclé.

Escala de Likert	N# de personas	% de personas
En gran medida	4	25,0%
En buena medida	2	12,5%
En regular medida	8	50,0%
En poca medida	0	0,0%
En ninguna medida	2	12,5%
Total	16	100%

Se evidencia el nivel de estrés y agotamiento experimentado por el personal de salud, información que concuerda con los resultados obtenidos cuando se investigó sobre si su capacidad de concentración y rendimiento en el trabajo había sido afectada por el estrés recibido en la pandemia, el 100% de los consultados afirmó tener esta percepción. Los participantes en un 87,5% afirman haber experimentado sentimientos de ansiedad o preocupación constante relacionados con su trabajo durante la pandemia. De igual forma, el 75% de las enfermeras señalan que los sentimientos de ansiedad o preocupación influyeron en su bienestar emocional y desempeño laboral información valiosa, ya que muestra una autocrítica que lleva al mejoramiento continuo en las labores que manifiestan.

Lorenzo y Guerrero (2017) mencionan que los síntomas mencionados anteriormente son generados en el personal de salud, como consecuencia de haber sido expuestos a un estrés traumático secundario y estrés postraumático después de haber trabajado largas jornadas laborales y a la continua exposición a situaciones estresantes y traumáticas.

Asimismo, el 87,5% de las participantes ha experimentado episodios de tristeza, desmotivación o depresión durante la pandemia y ese mismo porcentaje de enfermeras afirma que esos factores han influido en su desempeño laboral en la pandemia, situación que no es nueva, sino que se agravó durante la pandemia, ya que las horas extras de



trabajo, la recarga laboral y el poco descanso del personal se afectó de forma drástica en la pandemia, debido a la falta de preparación.

Los sentimientos, tales como; el miedo y la inseguridad fueron factores que en un 87,5% afectaron el desempeño de las labores que realizaba el personal de enfermería, lo cual un 75% de las enfermeras considera incrementó el nivel de irritabilidad o conflictos entre compañeros de trabajo un aumento en su nivel de irritabilidad o conflictos con sus compañeros de trabajo durante la pandemia. De igual manera el 100% de las encuestadas acepto que sus estados de ánimo habían afectado las relaciones laborales y la dinámica del equipo de trabajo en la pandemia.

En la investigación realizada por Macías, et. al., (2021) ellos sostienen que la excesiva demanda de servicios en este sector de la salud en tiempos de pandemia generó una cadena de efectos emocionales como los presentado por el personal de salud estudiado, aunado a esto, el personal de enfermería tuvo efectos cognitivos, tales como; la dificultad para concentrarse, inseguridad, negación, entre otros. También conductuales, por ejemplo; dificultad para respirar, mareos, incomodidad, entre otros.

Las situaciones descritas, siguen el hilo conductor obtenido de la información colectada, ya que el 100% de las enfermeras afirman haber experimentado un agotamiento emocional o burnout cuando prestaban sus servicios en la pandemia, estos resultados concuerdan con las investigaciones de Valdivieso, et. al., (2021) y Vaca y Mayorca (2021), quienes concluyeron en sus investigaciones que durante el tiempo de pandemia los niveles de estrés del personal sanitario estaban por encima del 50% de estrés, ansiedad y depresión, mientras que Lai, et. al., (2020) señalan que las largas horas laborales, el rápido aumento del número de casos y las muertes reportadas, más el colapso del sistema sanitario de salud y la carencia del EPP fueron factores que incidieron en el agotamiento del personal.

Valdivieso, et. al., (2021) en sus estudios señalan que el personal femenino en un 77,78% resultó ser el más propenso en presentar síndromes de Burnout, el personal de enfermería estudiado en esta investigación está conformado por solo mujeres, situación que afirma



los resultados obtenidos donde se señala que el 100% del personal experimentó síndrome de Burnout.

Entre las actividades y situaciones afrontadas por el personal de salud estudiado se presentan en la siguiente tabla:

Tabla 7.

Situaciones experimentadas por el personal de salud estudiado en la provincia de Penonomé

El aumento del número de pacientes
El aumento de la carga laboral
Enfrentar nuevos procedimientos de triaje y clasificación,
Manejar y controlar casos de COVID-19 dentro de las instalaciones del centro de salud
Implementar los protocolos de prevención y control de infecciones
Enfrentar la mayor demanda de pacientes con COVID.19
Ofrecer consultas y seguimientos a distancia
El uso extendido del equipo de seguridad personal
Recibir entrenamientos y actualizaciones en temas sobre COVID-19 y
Adiestrarse en competencias para el manejo en situaciones de emergencia.

Las acciones mencionadas en la tabla 7, resaltan el esfuerzo y dedicación del personal sanitario durante la pandemia. El sistema de salud a nivel mundial en investigaciones realizadas por Jaramillo, et. al., (2022) y Gelpud, (2023), reconocen las diferentes actividades extras realizadas por el personal de enfermería, quienes en medio de toda la caótica situación fueron capacitados en la ejecución de nuevas estrategias y métodos para hacer frente a la nueva realidad de su entorno por la aparición del COVID-19, entre las acciones aprendidas se tienen; las capacitaciones recibidas en materia de nuevos procedimientos, ejemplo el uso de triajes que facilitaron la eficiencia del servicio de salud ofrecido; la adquisición de nuevos protocolos de bioseguridad, nueva gestión de riesgos, entre otras.



El personal sanitario encuestado en la investigación tiene la percepción que cumplieron con las adecuaciones, implementaciones y modificaciones, no solo de las instalaciones, sino también de protocolos y estrategias para atender a los pacientes durante la época de la pandemia y de forma general, consideran de gran impacto y buen impacto los casos mencionados en su mayoría, elementos como; el suministro del EPP, las adaptaciones a las instalaciones y las áreas de aislamiento deben mejorarse en un futuro para facilitar el servicio del personal de salud.

El nivel de exposición y riesgo de contagio al atender pacientes con COVID-19 fue unánime (100%), el total de los encuestados afirman haber estado expuestos con la finalidad de prestar su ayuda a la población que lo necesitaba. De igual forma, el 87,5% de la muestra afirma haber sido diagnosticado con COVID-19 y que sus jornadas laborales fueron extendidas para poder brindar la atención que necesitaba la población afectada por la pandemia.

En los diversos entornos sanitarios alrededor del mundo, las investigaciones de Aspiazu y Cutuli (2022), Benavides, et. al., (2024), entre otros, señalan que el estrés de las situaciones vividas por el personal sanitario, los cambios en la rutina y la incertidumbre experimentada, tuvo secuelas en la salud emocional del personal, de la misma manera, recomiendan analizar las experiencias del personal de salud de acuerdo a su zona de origen.

Los hallazgos obtenidos tras las observaciones realizadas en el entorno laboral de los participantes se resaltan que el sitio cumple con los requerimientos de espacio para la población que acude actualmente a sus revisiones cotidianas, pero no es adecuado para la concentración de personas porque en la época de pandemia se improvisaron espacios para poder ofrecer servicio a las personas, por lo cual muchas personas esperaban fuera de las instalaciones siendo expuestas al sol o la lluvia.



Existe un buen ambiente laboral en el personal investigado, ya que desempeñan sus funciones a pesar de no contar con lugares de esparcimiento, ni recreación, el personal toma sus descansos en la misma zona donde pernocta. Durante la pandemia, el personal de salud tuvo que llevar no solo calma a la población, sino que tuvo que enseñar a que la población siguiera los protocolos de seguridad que estaban implementando. Ciertamente, contaron con la ayuda de otras instituciones públicas y debe reconocerse también que un porcentaje alto del personal que les ayudaba no tenían la experiencia sobre la atención de pacientes, situación en la cual el personal sanitario tenía que supervisar las actividades realizadas, aumentando el estrés de la situación.

Conclusiones

El 100% del personal encuestado ofreció sus servicios en la época de pandemia, aunque un 75% lo realizó en gran medida, seguido de un 12.5% en regular medida y otro 12,5% que en poca medida ofrecieron sus servicios. También estuvieron participando en la implementación de protocolos para la prevención y control de infecciones durante la pandemia.

Se evidenció un incremento en la cantidad de pacientes en el centro de salud, así como en la carga horaria del personal estudiado.

El 100% del personal encuestado manifiesta que experimentó malestares físicos o síntomas durante la pandemia en el centro de salud de Penonomé, donde el 87,5% menciona que desde regular medida hasta en gran medida había experimentado esos malestares físicos, tales como; dolores de cabeza, dolores musculares (molestias en sus articulaciones o espalda, debido a la carga laboral), fatiga, dificultades para conciliar el sueño, problemas en la piel (por ejemplo; irritación, enrojecimiento o lesiones por el equipo de protección) y síntomas respiratorios, entre los cuales se tienen; tos, dificultad para respirar e infecciones respiratorias.



Por otro lado, el personal afirma desde una perspectiva emocional que experimentó durante el apogeo de la pandemia síntomas de; estrés, ansiedad y preocupación, episodios de tristeza, desmotivación o depresión y sentimientos de miedo e inseguridad, donde los niveles elevados de estrés junto con los episodios de tristeza, desmotivación o depresión fueron los de mayor influencia con un 87,5% cada uno, también mencionan que la capacidad de concentración y rendimiento en el trabajo y la relación entre compañeros fue afectada con un 100% cada uno, mientras que su bienestar emocional, su confianza y la irritabilidad entre los compañeros de trabajo también fue afectada por las experiencias emocionales vividas durante este tiempo de pandemia con un 87,5% cada uno.

Es indispensable establecer un plan de acción que se implemente en situaciones de pandemia o similares, para reducir el desgaste físico y emocional que se produce en el personal que presta sus servicios a los pacientes. Sería recomendable diseñar un plan inicial para conocer la magnitud del evento o situación que se vive, con el propósito de complementar y determinar, las estrategias que deberían establecerse para el personal de salud de una región determinada. En la investigación realizada deben tomarse en consideración las estrategias de las comunicaciones, ya que manejar información entre los involucrados clara, concisa y precisa evita los conflictos o malos entendidos en el grupo de trabajo. Esta estrategia junto al plan inicial puede facilitar conocer el evento o situación experimentada por el personal sanitario, y así, establecer el nivel de impacto que debe implementarse en una situación de emergencia.

Se debe tomar en cuenta que elaborar propuestas de estrategias para mitigar situaciones de emergencia similares a la pandemia COVID-19 en los distintos centros de salud, es necesario considerar que la estructura presentada para estos estudios debe ser adecuada a las características sociales, culturales del personal de salud y las población de la zona, ya que solo así se obtendrán resultados eficientes en la implementación de las mismas, ya que el personal de salud en la capital, por lo general, tiene un mayor movimiento de pacientes que el personal de salud en las zonas del interior, por lo que sus estrategias de mitigación para emergencias implica un mayor número de factores que una propuesta realizada para algún centro de salud del interior.



Referencias bibliográficas

- Aspiazu, L., y Cutuli, D. (2022). Condiciones de trabajo de la enfermería: percepciones, prácticas y riesgos psicosociales durante la pandemia COVID-19. Mar del Plata, Argentina. [CONICET Digital Nro.f7dd5d56-8f3f-4382-b56b-e832f77a0512_B.pdf](https://conicet.digital.nro.f7dd5d56-8f3f-4382-b56b-e832f77a0512_B.pdf)
- Avecillas, D., y Lozano, C. (2016). Medición de la Confiabilidad del Aprendizaje del Programa RStudio Mediante Alfa de Cronbach. *Revista Politécnica*, 37(1).
- Becker, R. (2020). Breve historia de las pandemias. *Rev. Psiquiatría*, 24, 6-13.
- Benavides, G., Utzet, M., Serra, C., Delano, P., García, M., Ayala, A., ...y García, M. (2024). Salud y bienestar del personal sanitario: condiciones de empleo y de trabajo más allá de la pandemia. Informe SESPAS 2024. *Gaceta Sanitaria*. [Salud y bienestar del personal sanitario: condiciones de empleo y de trabajo más allá de la pandemia. Informe SESPAS 2024 - ScienceDirect](#)
- Chen, Q., Liang, M., Li, Y., Guo, J., Fei, D., Wang, L., He, L., Sheng, C., Cai, Y., Li, X., Wang y J., Zhang, Z. (2020). Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 15-16. [Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak - The Lancet Psychiatry](#)
- García, P., Jiménez, A., Hinojosa, L., Gracia, G., Cano, L., y Abeldaño, R. (2022). Estrés laboral en enfermeras de un hospital público de la zona fronteriza de México, en el contexto de la pandemia covid-19. *Revista de Salud Pública*. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/31332/32042>
- Gelpud, E. (2023). *Experiencias de estrés laboral en personal que trabaja en salud del Centro Médico Valle de Atriz de Pasto durante la pandemia* [Tesis Doctoral, Universidad CESMAG]. [Experiencias de estrés laboral en personal que trabaja en salud del Centro Médico Valle de Atriz de Pasto durante la pandemia](#)
- Giovanella, L., Vega, R., Tejerina Silva, H., Acosta Ramírez, N., Parada Lezcano, M., Rios, G., (2020). ¿Es la atención primaria de salud integral parte de la respuesta a la pandemia de CPVID-19 en Latinoamérica? *Trabalho, Educacao e Saude* 18.
- González, H. (2021). Pandemias en la Historia: La peste negra y la gripe española, COVID-19 y la crisis capitalista. *Revista Chakiñan*, 130.145.





- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México D.F, México: McGraw-Hill. [METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION LAS RUTA.pdf](#)
- Jaramillo, N., Chuga, N., Hernández, P., y Lits, T. (2022). Análisis multicriterio en el ámbito sanitario: selección del sistema de triaje más adecuado para las unidades de atención de urgencias en Ecuador. *Rev Investig Oper*, 43(3), 316-324. [43322-03.pdf](#)
- Jurado, M., Herrera, I., Pérez, D., y Linares, J. (2020). Análisis de la amenaza percibida por la COVID-19 en población española. *Rev. Atención Primaria*, 52, (7), 515.
- Labrague, L.J. y De los Santos, J.A.A. (2020). COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organisational support, personal resilience and social support. *Nursing Management*, 1-9. [COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organisational support, personal resilience and social support - Labrague - 2020 - Journal of Nursing Management - Wiley Online Library](#)
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., Wu, J., Du, H., Chen, T. y Li, R. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Network*. [lai 2020 oi 200192.pdf](#)
- Lorenzo, A. y Guerrero, A. (2017). Afectaciones psicológicas en personal de primera respuesta: ¿Trastorno por Estrés Postraumático o Estrés Traumático Secundario? *Revista puertorriqueña de psicología*, 28, 252-265. [Afectaciones psicológicas en personal de primera respuesta: ¿Trastorno por Estrés Postraumático o Estrés Traumático Secundario? | Revista Puertorriqueña de Psicología](#)
- Loyola, T., y de Medeiros, F. (2021). El impacto de la pandemia en el rol de la enfermería: una revisión narrativa de la literatura. *Enferm. glob.* 20 (63). https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412021000300016
- Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de neuropsiquiatría*, vol 83,(1), 51-56.
- Macías, M., Ruiz, C., y Vidal, A. (2021). Efectos psicológicos del trabajo en el personal sanitario en condiciones de pandemia. Pautas para su adecuada gestión. *Revista Cubana de Alternativas en Psicología*, 9,(25). 58-70 p. [25-Alternatvas-cubanas-en-Psicologia-V9N25.pdf](#)





- Sánchez, P., González, B., Pool, S., López, L., y Tovilla, A. (2021). Estado emocional y psicológico del personal de enfermería agredido durante la pandemia de COVID-19 en Latinoamérica. *Rev. Colombiana de psiquiatría*. [Estado emocional y psicológico del personal de enfermería agredido durante la pandemia de COVID-19 en Latinoamérica - PMC \(nih.gov\)](#)
- Taracena, D., Werner, C., Bernardo, M., Inastrilla, A., Estuch, O., y Verdecia, O. M. O. (2022). Efectos adversos del equipo de protección ante la COVID-19 en la Universidad Panamericana, Guatemala. *Revista Cubana de Tecnología de la Salud*, 13(2), 11-18. [Efectos adversos del equipo de protección ante la COVID-19 en la Universidad Panamericana, Guatemala | Revista Cubana de Tecnología de la Salud](#)
- Torrecilla, M., Victoria, J., y Minzi, C. (2021). Ansiedad, Depresión y Estrés en Personal de Enfermería Que Trabaja en Unidades de Terapia Intensiva con Pacientes con COVID-19, *Revista Argentina de Salud Pública*. [1853-810X-rasp-13-s1-25.pdf](#)
- Vaca, D., y Mayorga, D. (2021). Estados emocionales y su relación con el insomnio en el personal de salud durante pandemia. *Enfermería Investiga*, 6(1), 20-26. [Vista de ESTADOS EMOCIONALES Y SU RELACIÓN CON EL INSOMNIO EN EL PERSONAL DE SALUD DURANTE PANDEMIA](#)
- Valdivieso, J., Noroña, D. y Vega, W. (2021). Síndrome de burnout en personal de atención a urgencias médicas durante la pandemia de covid-19. *Revista de Investigación Talentos*, 8(1), 93-100. [Síndrome de burnout en personal de atención a urgencias médicas durante la pandemia de covid-19 - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Vaucher, A., Melgar Cuellar, F., Ibáñez Gúzman, C., Araya Fonseca, C., Betancourt Torres, I., Mántufar Guardado, R., . . . Durán Castillo, M. (2020). Ataque al personal de la salud durante la pandemia de COVID-19 en Latinoamérica. *Rev. Acta Médica Colombiana*, 45,(3),55-69.
- Vinueza Veloz, A. F., Aldaz Pachacama, N. R., Mera Segovia, C. M., Pino Vaca, D. P., Tapia Veloz, E. C., y Vinueza Veloz, M. F. (2020). *Síndrome de Burnout en médicos/as y enfermeros/as ecuatorianos durante la pandemia de COVID-19*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1811. [<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/708>](#)
- Wu, K. y Wei, X. (2020). Analysis of Psychological and Sleep Status and Exercise Rehabilitation of Front-Line Clinical Staff in the Fight Against COVID-19 in China. *Medical Monitor Basic Research*, 26, 1-7. [Análisis del estado psicológico y del sueño y de la rehabilitación con ejercicios del personal clínico de primera línea en la lucha contra la COVID-19 en China - PMC](#)





Zhu, Z., Xu, H., Wang, H., Liu, Z., Wu, J., Li, G., Miao, J., Zhang, C., Yang, Y., Sun, W., Zhu, S., Fan, Y., Chen, Y., Hu, J., Liu, J y Wang, W. (2020). COVID-19 in Wuhan: Sociodemographic characteristics and hospital support measures associated with the immediate psychological impact on healthcare workers. *EClinicalMedicine*, 24, 1-11. [COVID-19 in Wuhan: Sociodemographic characteristics and hospital support measures associated with the immediate psychological impact on healthcare workers - eClinicalMedicine](#)