



Factores psicológicos y su influencia en el desempeño laboral en profesionales de emergencias médicas

Psychological factors and their influence on work performance in medical emergency professionals

Fatores psicológicos e sua influência no desempenho laboral de profissionais de emergência médica

Javier Antonio Villacreses-Zambrano ^I
javier.villacreses@itsup.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-6291-3567>

Humberto Segundo Alvarado-Medina ^{II}
humberto.alvarado@itsup.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-9688-8854>

Correspondencia: javier.villacreses@itsup.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 27 de julio de 2024 * **Aceptado:** 15 de agosto de 2024 * **Publicado:** 03 de septiembre de 2024

- I. Instituto Superior Tecnológico Portoviejo con Condición Superior Universitario, Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera Tecnología Superior Universitaria en Emergencia Médicas, Manabí, Ecuador.
- II. Docente de la Carrera de Tecnología Superior Universitaria de Emergencias Médicas, Director Proyecto de Vinculación con la Sociedad Zona Protegida, Instituto Superior Tecnológico Portoviejo con condición Superior Universitaria, Facultad de Ciencias de la Salud, Manabí, Ecuador.

Resumen

El personal de emergencias médicas enfrenta una alta exposición a situaciones estresantes, lo que puede llevar a condiciones como el estrés, el burnout y la ansiedad, afectando tanto su bienestar como su capacidad de respuesta en emergencias. El objetivo principal de la investigación es identificar los factores psicológicos que afectan al personal de emergencias médicas de los Cuerpos de Bomberos de Portoviejo, Calceta y Tosagua, y analizar su impacto en el desempeño laboral de estos profesionales. La metodología del estudio fue de tipo descriptiva, cuantitativa y de corte transversal, la muestra del estudio consistió en 20 profesionales de la atención prehospitalaria que constituye el total del personal que labora en estas instituciones. Para la recolección de información, se utilizó métodos empíricos con encuestas semi-estructurada y una entrevista dirigida al Tnlgo. S.U en Emergencias Médicas George Ciro Farfán Llor para obtener datos sobre la percepción de estos factores psicológicos por parte del personal de emergencias médicas. Los hallazgos indicaron que el estrés y el burnout son factores prevalentes, con un impacto negativo en la satisfacción laboral y el desempeño. Aunque se utilizan técnicas personales para manejar el estrés, se destacó la necesidad de intervenciones institucionales más estructuradas. En conclusión, el estudio subraya la importancia de implementar estrategias de apoyo psicológico y promover un entorno laboral que mejore el bienestar emocional del personal, aumentando así la efectividad de sus servicios en emergencias.

Palabras clave: Entorno laboral; salud mental; riesgo; agotamiento; resiliencia.

Abstract

Emergency medical personnel face high exposure to stressful situations, which can lead to conditions such as stress, burnout and anxiety, affecting both their well-being and their ability to respond in emergencies. The main objective of the research is to identify the psychological factors that affect the medical emergency personnel of the Fire Departments of Portoviejo, Calceta and Tosagua, and analyze their impact on the work performance of these professionals. The methodology of the study was descriptive, quantitative and cross-sectional, the study sample consisted of 20 prehospital care professionals, which constitutes the total staff working in these institutions. To collect information, empirical methods were used with semi-structured surveys and an interview directed at the Tnlgo. S.U in Medical Emergencies George Ciro Farfán Llor to obtain

data on the perception of these psychological factors by medical emergency personnel. The findings indicated that stress and burnout are prevalent factors, with a negative impact on job satisfaction and performance. Although personal techniques are used to manage stress, the need for more structured institutional interventions was highlighted. In conclusion, the study highlights the importance of implementing psychological support strategies and promoting a work environment that improves the emotional well-being of staff, thus increasing the effectiveness of their services in emergencies.

Keywords: Work environment; mental health; risk; exhaustion; resilience.

Resumo

O pessoal médico de emergência enfrenta uma elevada exposição a situações estressantes, que podem levar a condições como estresse, esgotamento e ansiedade, afetando tanto o seu bem-estar quanto a sua capacidade de resposta em emergências. O objetivo principal da pesquisa é identificar os fatores psicológicos que afetam o pessoal de emergência médica dos Corpos de Bombeiros de Portoviejo, Calceta e Tosagua, e analisar seu impacto no desempenho laboral desses profissionais. A metodologia do estudo foi descritiva, quantitativa e transversal, a amostra do estudo foi composta por 20 profissionais do atendimento pré-hospitalar, o que constitui o total do pessoal que atua nessas instituições. Para a recolha de informação foram utilizados métodos empíricos com inquéritos semiestruturados e uma entrevista dirigida ao Tnlgo. S.U em Emergências Médicas George Ciro Farfán Looor para obter dados sobre a percepção desses fatores psicológicos pelo pessoal de emergência médica. Os resultados indicaram que o estresse e o esgotamento são fatores prevalentes, com impacto negativo na satisfação e no desempenho no trabalho. Embora sejam utilizadas técnicas pessoais para gerir o stress, foi destacada a necessidade de intervenções institucionais mais estruturadas. Concluindo, o estudo destaca a importância de implementar estratégias de apoio psicológico e de promover um ambiente de trabalho que melhore o bem-estar emocional dos funcionários, aumentando assim a eficácia dos seus serviços em situações de emergência.

Palavras-chave: Ambiente de trabalho; saúde mental; risco; exaustão; resiliência.

Introducción

La salud mental y el bienestar emocional han surgido como temas de creciente interés en el ámbito laboral, especialmente en profesiones de alta demanda como la atención prehospitalaria. La salud mental se refiere a un estado de bienestar en el que el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (Organización Mundial de la Salud, 2022). El bienestar emocional, por su parte, se refiere a la capacidad de gestionar las emociones y mantener una actitud positiva en diversas situaciones (Organización Mundial de la Salud & Organización Internacional del Trabajo, 2022). Los trabajadores de este sector, incluidos los paramédicos y el personal de los cuerpos de bomberos, están expuestos a una variedad de factores estresantes que pueden tener un impacto significativo en su salud mental y, en consecuencia, en su desempeño laboral. Este trabajo de investigación se centra en analizar los factores psicológicos que afectan al personal de atención prehospitalaria de los Cuerpos de Bombero de Portoviejo, Calceta y Tosagua, y cómo estos factores influyen en su desempeño laboral.

A nivel global, el estrés, la depresión y la ansiedad son problemas de salud mental que afectan a una gran parte de la población trabajadora. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de 264 millones de personas sufren de depresión en todo el mundo, y la ansiedad afecta a más de 284 millones de personas (Organización Mundial de la Salud & Organización Internacional del Trabajo, 2022). Estos trastornos son una de las principales causas de ausentismo laboral y disminución de la productividad en el lugar de trabajo. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) también destaca que los problemas de salud mental son responsables de una pérdida significativa de días de trabajo cada año, lo que representa un costo considerable para las economías globales (Organización Mundial de la Salud, 2021).

En el sector de la atención prehospitalaria, los trabajadores enfrentan desafíos únicos, como la alta presión, la exposición a situaciones traumáticas y la necesidad constante de tomar decisiones críticas bajo presión. Estos factores no solo afectan su bienestar emocional, sino que también pueden repercutir en su capacidad para desempeñar sus funciones de manera efectiva. En este contexto, es crucial entender cómo los factores psicológicos influyen en el desempeño laboral de los paramédicos y otros profesionales de emergencias. Estudios recientes han señalado que el estrés, la depresión y la ansiedad pueden conducir al agotamiento y afectar negativamente la salud mental de estos trabajadores, lo que a su vez impacta su desempeño laboral (Vera & Pérez, 2022).

Sin embargo, también se ha identificado que factores como el capital psicológico (PsyCap) y la satisfacción laboral pueden actuar como elementos protectores. El capital psicológico, que incluye componentes como la autoeficacia, el optimismo, la esperanza y la resiliencia, se ha mostrado efectivo para mitigar los efectos negativos del estrés y mejorar el desempeño laboral. La satisfacción laboral, que se refiere al grado en que los empleados se sienten realizados y contentos con su trabajo, también juega un papel crucial en el mantenimiento de un desempeño laboral óptimo (Cuadra et al., 2018).

La relevancia de esta investigación radica en la posibilidad de desarrollar intervenciones específicas para mejorar la salud mental y el desempeño laboral del personal de atención prehospitalaria. Identificar los factores psicológicos que afectan a estos profesionales es fundamental para implementar estrategias que reduzcan el agotamiento, mejoren la satisfacción laboral y, en última instancia, optimicen el desempeño en el lugar de trabajo. A través de la comprensión de estos factores, las organizaciones pueden diseñar programas de apoyo que promuevan un ambiente de trabajo más saludable y sostenible (Arcila et al., 2018).

Por ejemplo, se ha demostrado que características laborales como la importancia de la tarea, la autonomía y la retroalimentación positiva están positivamente relacionadas con la satisfacción laboral. Además, abordar el estrés ocupacional a través de estrategias de afrontamiento adaptativo y apoyo organizacional puede reducir los niveles de ansiedad y agresividad situacional, factores que contribuyen al deterioro del desempeño laboral. En otras palabras, la implementación de programas de apoyo psicológico y el fomento de un ambiente de trabajo positivo pueden ser estrategias efectivas para mejorar tanto la salud mental como el desempeño de los paramédicos (Barros & Quesada, 2023).

La investigación también señala que el apoyo organizacional, como la disponibilidad de recursos para el manejo del estrés y la creación de un entorno de trabajo colaborativo y comprensivo, es fundamental para mejorar la salud mental y el desempeño laboral. Estas intervenciones no solo benefician a los trabajadores individuales, sino que también contribuyen a una mayor eficiencia y calidad en los servicios de atención prehospitalaria, lo que es esencial para el bienestar de la comunidad en general (Anyosa, 2018).

En este contexto, el objetivo del presente estudio es investigar los factores psicológicos que afectan al personal de atención prehospitalaria de los Cuerpos de Bombero de Portoviejo, Calceta y Tosagua y analizar su impacto en el desempeño laboral de estos profesionales. Para alcanzar este

objetivo, se propone identificar los factores psicológicos más comunes que afectan a este personal, evaluar cómo estos factores influyen en su desempeño en el ámbito laboral y examinar las estrategias actuales que utilizan para manejar el estrés y otros desafíos.

Metodología

Investigación de tipo descriptiva, cuantitativa y de corte transversal. Definida para identificar los factores psicológicos que impactan el desempeño laboral del personal de atención prehospitalaria de los cuerpos de bomberos de Portoviejo, Calceta y Tosagua

La población y muestra en estudio es de 20 profesionales de la Atención Prehospitalaria, que constituye el total del personal que labora en el servicio prehospitalario de las tres instituciones. Siendo el tipo de muestreo aplicado el aleatorio simple.

Para la recolección de información en el estudio sobre los factores psicológicos y su importancia en el desempeño de los profesionales de emergencias médicas, se utilizó el método teórico de análisis-síntesis para recopilar toda la información bibliográfica derivada de estudios establecidos sobre el impacto de los factores psicológicos en el ámbito prehospitalario. Además, se aplicaron métodos empíricos como encuestas y entrevistas para obtener datos que permitan identificar y evaluar la percepción de estos factores psicológicos por parte del personal de atención prehospitalaria de los bomberos de estas localidades.

Criterios de inclusión

- Personal que se desempeñan en roles de atención prehospitalaria dentro de los cuerpos de bomberos de Portoviejo, Calceta y Tosagua.
 - Personal con al menos un año de experiencia en la atención de emergencias médicas prehospitalarias.
 - Participantes que están disponibles y dispuestos a responder las encuestas y participar en entrevistas.
 - Profesionales que poseen formación específica en emergencias médicas prehospitalarias.
- Criterios de exclusión.
- Miembros de los cuerpos de bomberos que trabajan en áreas administrativas, de logística o en otras funciones no relacionadas con la atención prehospitalaria.

- Profesionales prehospitalarios que pertenecen a cuerpos de bomberos distintos a los de Portoviejo, Calceta y Tosagua.
- Personas que no consientan participar en el estudio o que se retiren antes de completar las encuestas o entrevistas.

Los datos recopilados en la investigación sobre los factores psicológicos y su importancia en el desempeño de los profesionales de emergencias médicas fueron procesados utilizando Microsoft Excel. En primer lugar, los datos de las encuestas fueron ingresados y organizados en hojas de cálculo, asegurando la correcta entrada y limpieza de los mismos. Utilizando las herramientas del complemento Data Analysis Toolpak de Excel, se realizaron análisis descriptivos para obtener medidas como medias y correlaciones entre variables para identificar relaciones significativas entre las variables estudiadas. Los resultados se presentan a través de gráficos y tablas para facilitar la interpretación de patrones y tendencias, proporcionando así una base sólida para la elaboración de conclusiones y recomendaciones en función de los hallazgos obtenidos.

Resultados

Para comprender los resultados presentados en el Gráfico 1, es fundamental conocer el significado de las siglas y los valores promediados en cada columna. A continuación, se detalla cada componente:

Promedio de Total MBI: Representa el promedio del Maslach Burnout Inventory, una herramienta que evalúa el nivel de agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal en el trabajo. Un valor más alto indica un mayor nivel de desgaste profesional.

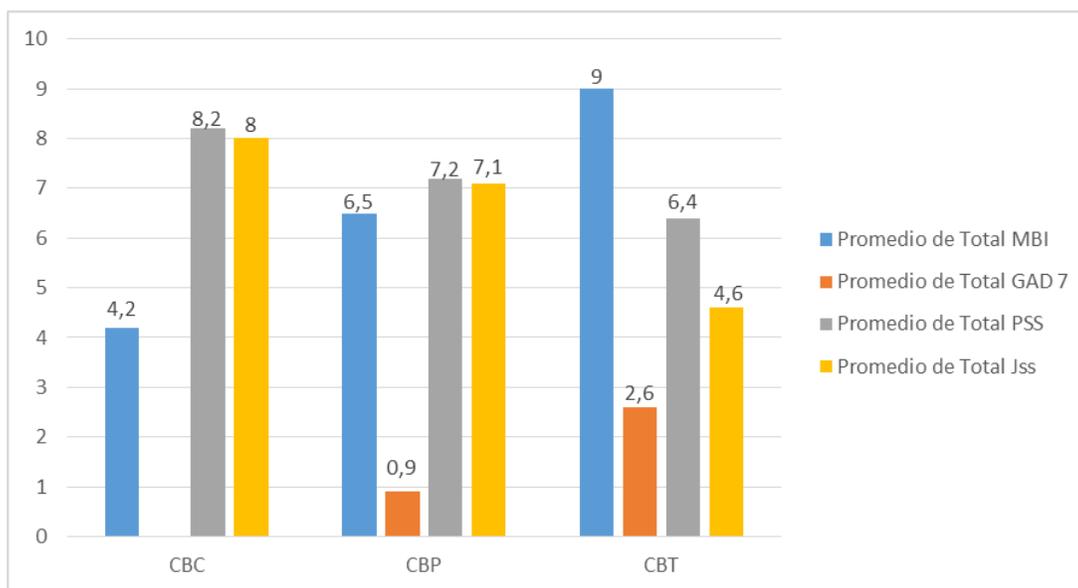
Promedio de Total GAD-7: Mide la gravedad del trastorno de ansiedad generalizada (GAD) a través de un cuestionario de 7 ítems. Valores más altos reflejan una mayor presencia de síntomas de ansiedad.

Promedio de Total PSS: Corresponde al promedio de la Perceived Stress Scale, que mide el nivel de estrés percibido por los individuos. Valores más altos sugieren una mayor percepción de estrés.

Promedio de Total JSS: Indica el nivel de satisfacción laboral según el Job Satisfaction Survey. Valores más altos señalan un mayor grado de satisfacción en el trabajo.

Por su parte las siglas CBC, CBP y CBT representan al Cuerpo de Bomberos de Calceta, Cuerpo de Bomberos de Portoviejo, Cuerpo de Bomberos de Tosagua respectivamente.

Gráfico 1. Promedios de Indicadores Psicológicos y de Satisfacción Laboral en los Cuerpos de Bomberos de Calceta, Portoviejo y Tosagua



Fuente: Encuesta sobre factores psicológicos en el personal de emergencias médicas 2024

En el Cuerpo de Bomberos de Calceta (CBC), los niveles de burnout son los más bajos en comparación con los otros cuerpos de bomberos. No se reportan síntomas significativos de ansiedad; sin embargo, el nivel de estrés percibido es el más alto entre los tres grupos, con un promedio de PSS de 8,2. A pesar de ello, la satisfacción laboral en Calceta es la más alta, con un promedio de JSS de 8.

En el Cuerpo de Bomberos de Portoviejo (CBP), se observa un nivel moderado de burnout, con un promedio de MBI de 6,5. La ansiedad es baja, pero presente, con un promedio de GAD-7 de 0,9. El nivel de estrés percibido es moderado, reflejado en un promedio de PSS de 7,2. La satisfacción laboral es alta, con un promedio de JSS de 7,1, aunque es menor que en Calceta.

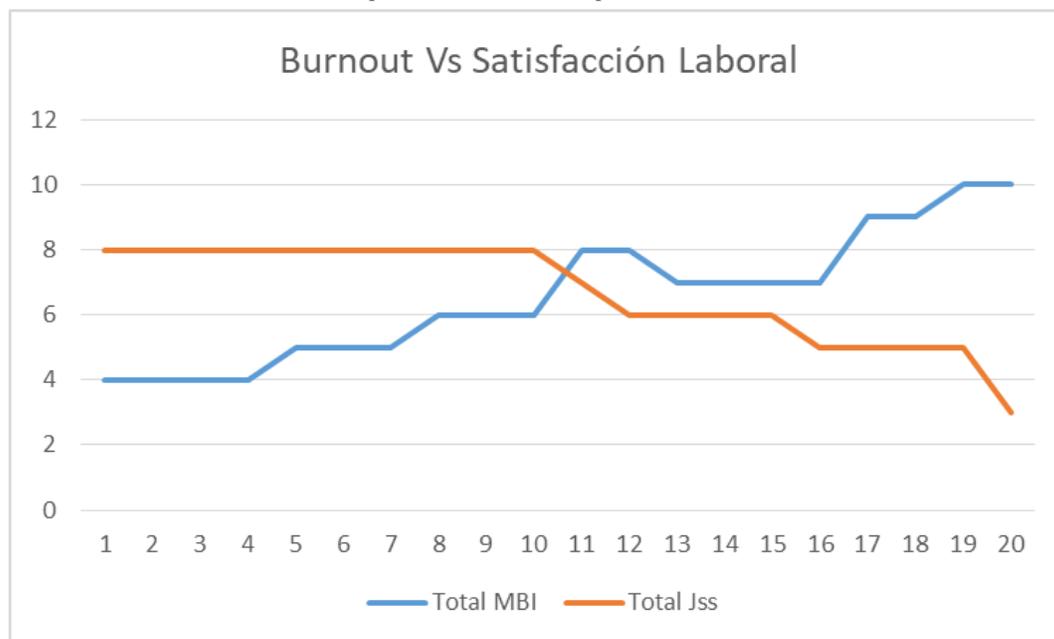
Por otro lado, en el Cuerpo de Bomberos de Tosagua (CBT), el nivel de burnout es el más alto, con un promedio de MBI de 9. Este grupo también muestra el nivel más alto de ansiedad, con un promedio de GAD-7 de 2,6. Curiosamente, el estrés percibido es el más bajo entre los tres grupos, con un promedio de PSS de 6,4. Sin embargo, la satisfacción laboral es la más baja, con un promedio de JSS de 4,6.

En términos generales, el promedio de MBI entre todos los cuerpos de bomberos es de 6,55, lo que indica un nivel moderado de burnout. Los síntomas de ansiedad son en general bajos, con un

promedio de GAD-7 de 1,1, aunque existen. El nivel general de estrés percibido es moderado, con un promedio de PSS de 7,25. En cuanto a la satisfacción laboral, el promedio general es alto, con un promedio de JSS de 6,7, aunque existe variabilidad entre los grupos.

El Grafico 2, es un gráfico de línea en el que se compara los niveles de burnout con la satisfacción laboral del personal de atención prehospitalaria perteneciente a los cuerpos de bomberos de Calceta, Tosagua y Portoviejo.

Grafico 2. Comparación entre los niveles de Burnout y la Satisfacción Laboral del Personal de Atención Prehospitalaria de los Cuerpos de Bomberos



Fuente: Encuesta sobre factores psicológicos en el personal de emergencias médicas 2024

Se observa una relación inversamente proporcional entre ambas variables: a medida que los niveles de burnout aumentan, la satisfacción laboral disminuye de forma significativa.

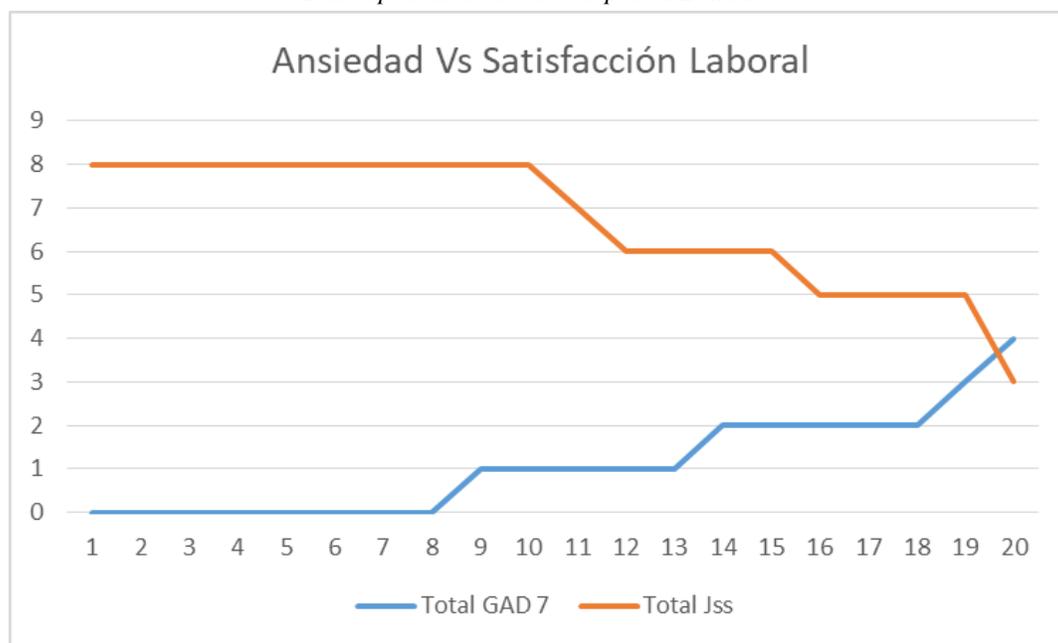
En las primeras etapas del gráfico, donde los niveles de burnout son bajos, se observa una alta satisfacción laboral, lo que indica que los bomberos están comprometidos y encuentran valor en su trabajo. Sin embargo, conforme el burnout aumenta, la satisfacción laboral experimenta una caída; patrón refleja cómo el agotamiento emocional, el estrés crónico y la sobrecarga de trabajo influyen negativamente en la percepción que los bomberos tienen de su labor.

La disminución de la satisfacción laboral puede tener implicaciones graves para el desempeño de estos profesionales, ya que un alto nivel de burnout no solo afecta su bienestar emocional, sino que

también puede reducir la eficacia en la prestación de servicios críticos, como la atención prehospitalaria. En el contexto de los cuerpos de bomberos de estas localidades, esto podría traducirse en una menor capacidad de respuesta ante emergencias, un aumento en los errores y una mayor rotación de personal, lo que a su vez podría poner en riesgo la seguridad pública. Este resultado resalta la necesidad de implementar estrategias para reducir el burnout y mejorar la satisfacción laboral en el personal de atención prehospitalaria, con el fin de asegurar un alto desempeño y mantener la calidad del servicio que prestan a la comunidad.

El Gráfico 3, muestra una comparación entre los niveles de ansiedad y la satisfacción laboral del personal de atención prehospitalaria perteneciente a los cuerpos de bomberos de Calceta, Tosagua y Portoviejo. A medida que los niveles de ansiedad aumentan, se observa una disminución significativa en la satisfacción laboral.

Gráfico 3. Comparación entre los niveles de Ansiedad y la Satisfacción Laboral del Personal de Atención Prehospitalaria de los Cuerpos de Bombero



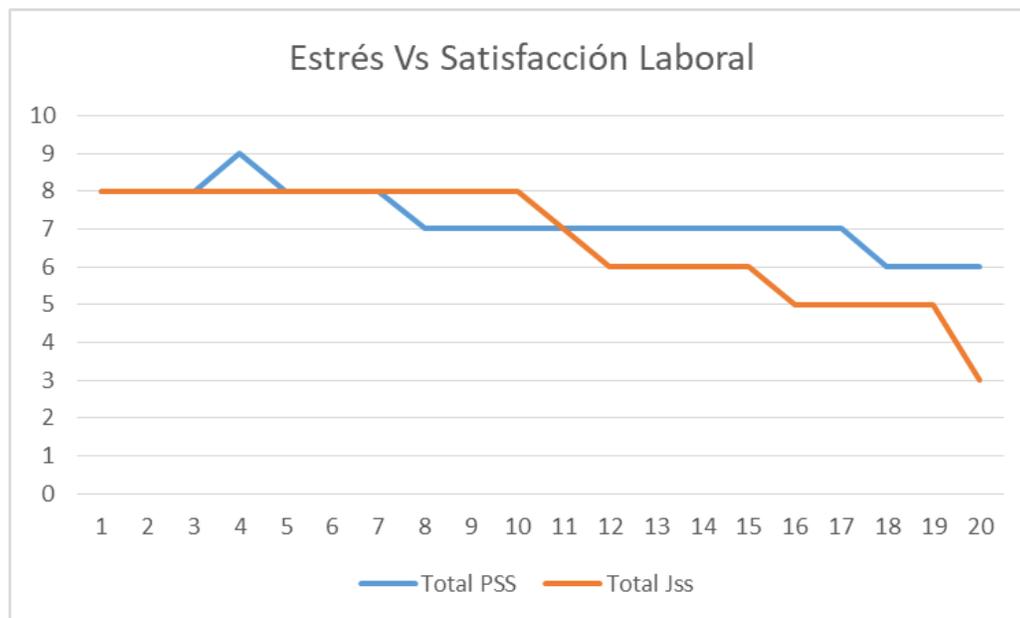
Fuente: Encuesta sobre factores psicológicos en el personal de emergencias médicas 2024

Inicialmente, cuando los niveles de ansiedad son bajos, la satisfacción laboral se mantiene constante en niveles alto. Esto sugiere que los bomberos que experimentan menos ansiedad tienden a estar más satisfechos con su trabajo, probablemente debido a una mayor estabilidad emocional y un entorno laboral menos estresante. Sin embargo, a medida que la ansiedad aumenta, la

satisfacción laboral comienza a declinar. Esta relación inversa indica que la ansiedad, que puede manifestarse como preocupación constante, nerviosismo y tensión, afecta negativamente la percepción que los bomberos tienen de su trabajo y su entorno, lo que a su vez, puede tener consecuencias graves para el desempeño del personal de atención prehospitalaria. La ansiedad elevada puede interferir con la toma de decisiones, disminuir la concentración y aumentar la propensión a cometer errores en situaciones críticas, lo cual es particularmente preocupante en el ambiente prehospitalario, donde la rapidez y la precisión son esenciales.

En el Gráfico 4, compara los niveles de estrés con la satisfacción laboral del personal de atención prehospitalaria de los cuerpos de bomberos de Calceta, Tosagua y Portoviejo. A diferencia de las tendencias observadas en los gráficos de burnout y ansiedad, en este caso los niveles de estrés se mantienen moderados y prácticamente constantes a lo largo del tiempo. Sin embargo, se observa una disminución gradual en la satisfacción laboral.

Gráfico 4. Comparación entre los niveles de Estrés y la Satisfacción Laboral del Personal de Atención Prehospitalaria de los Cuerpos de Bomberos



Fuente: Encuesta sobre factores psicológicos en el personal de emergencias médicas 2024

Aunque el estrés es moderado y estable, su presencia constante podría tener un efecto acumulativo sobre el bienestar del personal. El estrés crónico, incluso en niveles moderados, puede desgastar gradualmente la satisfacción laboral, especialmente si no se maneja adecuadamente; por lo que, los

bomberos que experimentan estrés continuo pueden sentir que, a pesar de poder manejar la presión diaria, no están obteniendo una compensación emocional o satisfacción suficiente de su trabajo que, con el tiempo, reflejarse en una percepción negativa del entorno laboral, la falta de reconocimiento o la percepción de que sus esfuerzos no son valorados adecuadamente. Sin embargo, es necesario evaluar si otros factores psicológicos o laborales, como la falta de oportunidades de crecimiento, la monotonía en las tareas o una carga de trabajo elevada, estén contribuyendo a esta disminución en la satisfacción laboral; debido a que, aunque el estrés no aumenta, su presencia continua puede amplificar la percepción de estos otros factores negativos.

Discusión

El análisis de los niveles de estrés, burnout, ansiedad y satisfacción laboral en el personal de atención prehospitalaria de los cuerpos de bomberos de Calceta, Portoviejo y Tosagua revela una relación compleja entre estas variables, subrayando el impacto que los factores psicológicos tienen en el desempeño laboral de estos profesionales.

La entrevista realizada al Tecnólogo en Emergencias Médicas Ciro Farfán, proporciona una visión valiosa sobre las causas del estrés en este entorno laboral del cuerpo de bomberos. De acuerdo con el entrevistado, el principal factor de estrés es la imprevisibilidad de las emergencias, un elemento que genera una constante ansiedad debido a la incertidumbre y la presión de tomar decisiones rápidas en situaciones de vida o muerte. Este hallazgo es consistente con la literatura sobre el estrés en personal de atención prehospitalaria, donde la naturaleza impredecible de las emergencias es un factor destacado en el desarrollo de estrés crónico (Guamán, 2022).

Así mismo hace referencia a la carga emocional de atender a personas en situaciones extremas, especialmente cuando se trata de niños o personas conocidas. Este aspecto del trabajo no solo aumenta el estrés sino que también contribuye al desarrollo de burnout, tal como se observa en el estudio realizado por Flores et al., sobre el personal de emergencia durante la pandemia del COVID-19, en donde el contacto frecuente con el sufrimiento humano y la exposición a traumas repetidos fueron factores que aumentaron el riesgo de agotamiento emocional (Flores et al., 2022). El estrés, si no se maneja adecuadamente, puede afectar negativamente el rendimiento en situaciones de emergencia. A este respecto, el Tnlgo. Farfán señala que en momentos de mucho estrés, se puede apreciar una disminución en la capacidad de concentración y una mayor propensión a cometer errores entre los diferentes grupos, aunque la experiencia y las estrategias de manejo del

estrés han ayudado a mitigar estos efectos. Estos comentarios son coherentes con el análisis de los datos recopilados, donde se observa que, aunque los niveles de estrés se mantienen moderados y constantes, la satisfacción laboral disminuye progresivamente, sugiriendo que el estrés crónico tiene un impacto acumulativo en la percepción del trabajo y la eficacia profesional y cuando es sostenido a lo largo del tiempo, puede ser tan perjudicial como el estrés agudo. Este fenómeno se explica por el agotamiento gradual que experimentan los individuos, donde la exposición continua a factores estresantes, incluso si no son extremos, puede llevar a una disminución en la motivación y la satisfacción con el trabajo, reflejándose directamente sobre el desempeño y la calidad de la atención prehospitalaria brindada.

En cuanto al burnout y la ansiedad, como factores críticos en la satisfacción laboral, los resultados del estudio indican que el aumento en los niveles de burnout y ansiedad correlaciona fuertemente con una disminución en la satisfacción laboral, especialmente en el personal de Portoviejo y Tosagua. De acuerdo con la revisión realizada por Cueva et al., esta condición que se manifiesta a través de un cansancio extremo físico y emocional, está determinado por la confluencia de una serie de factores tanto laborales como personales que, afectan la actividad laboral del paramédico viéndose influenciada por el agotamiento emocional, la despersonalización y la satisfacción en el trabajo.

El estudio de Mori et al., (2021) realizado para el personal de salud en América Latina para el 2015- 2020 encontró una alta prevalencia del síndrome de burnout y sus componentes, siendo la realización personal el de mayor prevalencia, además de una correlación negativa entre el burnout y la satisfacción laboral, destacando que los altos niveles de agotamiento emocional y despersonalización estaban asociados con una menor satisfacción y un mayor deseo de abandonar la profesión. Alineándose con los hallazgos actuales, donde el burnout es un indicador clave del deterioro del bienestar emocional, la satisfacción laboral y el desempeño (Mori et al., 2021).

Con referencia a las estrategias de manejo del estrés y resiliencia, el Tnlgo. Farfán comenta que las estrategias que utiliza para manejar el estrés, como la respiración profunda y la meditación, le han permitido afrontar los efectos del estrés y encontrar un equilibrio entre la vida laboral y personal. Además, destacó la importancia del apoyo social, particularmente el diálogo con colegas, como una forma eficaz de procesar las experiencias laborales difíciles y mantener la ansiedad bajo control. Este tipo de estrategias es respaldado por investigaciones que sugieren que el desarrollo de la resiliencia y las habilidades de afrontamiento es crucial para mantener el bienestar emocional

en profesiones de alta presión; debido a que los trabajadores más experimentados tienden a desarrollar mecanismos de afrontamiento más efectivos, lo que les permite mantener un desempeño laboral más estable a pesar de las condiciones estresantes (Dionicio et al., 2023; Puentes, 2020; Serna & Martínez, 2020).

En este contexto, la implementación de estrategias de intervención institucional es fundamental para ayudar a los bomberos a manejar el estrés, el burnout y la ansiedad que conlleva su labor. En primer lugar, las instituciones deben ofrecer programas de capacitación y formación continua en manejo del estrés, técnicas de afrontamiento y resiliencia, permitiendo que los bomberos reconozcan y aborden los síntomas de estas condiciones de manera temprana; además, es esencial que se brinde acceso a apoyo psicológico y asesoramiento regular, con profesionales que comprendan las demandas específicas del trabajo de los bomberos, así como la creación de grupos de apoyo internos que faciliten el intercambio de experiencias y el alivio emocional.

Otro aspecto necesario, es la promoción de un entorno laboral saludable que favorezca el equilibrio entre la vida laboral y personal, garantizando tiempos de descanso adecuados y evitando la sobrecarga de trabajo. Las intervenciones específicas tras eventos traumáticos también son importantes; por lo que, deben implementarse protocolos estándar para sesiones de debriefing que ayuden a los bomberos a procesar las situaciones extremas a las que se enfrentan. Asimismo, es importante que las instituciones realicen evaluaciones continuas del bienestar del personal a través de encuestas y entrevistas, permitiendo detectar y abordar problemas antes de que se agraven. Finalmente, fomentar la resiliencia colectiva y el trabajo en equipo es vital, ya que un entorno de apoyo mutuo puede reducir el aislamiento y la desconexión que a menudo acompañan al burnout. En conjunto, estas medidas no solo mejorarían el bienestar psicológico de los bomberos, sino que también elevarían su desempeño, garantizando una respuesta más efectiva y segura en situaciones de emergencia.

Limitaciones del estudio

A pesar de los hallazgos significativos, este estudio presenta varias limitaciones que deben tenerse en cuenta al interpretar los resultados. En primer lugar, el tamaño de la muestra, centrado en un grupo relativamente pequeño de personas que trabajan para el área de atención prehospitalaria de los bomberos de Portoviejo, Calceta y Tosagua, limita la generalización de los hallazgos a otros contextos o regiones. En segundo lugar, el diseño transversal del estudio limita el análisis de los

cambios a lo largo del tiempo. Finalmente, el uso de encuestas y entrevistas introduce un posible sesgo de respuesta, ya que los participantes podrían no haber sido completamente honestos o precisos en sus respuestas, lo que podría afectar la exactitud y comparabilidad de los datos obtenidos.

Conclusión

A través de la investigación y el análisis de datos, se lograron identificar los factores psicológicos más comunes que influyen en el personal de atención prehospitalaria de los Cuerpos de bomberos de Calceta, Tosagua y Portoviejo, destacando el estrés, el burnout y la ansiedad como los principales elementos que afectan su bienestar mental y emocional. Estos factores, en gran medida, están relacionados con la imprevisibilidad de las emergencias, la carga emocional inherente al trabajo, y la presión constante para tomar decisiones críticas en situaciones de vida o muerte.

Al evaluar el impacto de estos factores en el desempeño laboral, se observó que el estrés, incluso en niveles moderados y constantes, puede llevar a una disminución significativa en la satisfacción laboral, lo que eventualmente afecta la eficacia y la motivación del personal. El burnout, en particular, se mostró como un indicador clave de deterioro en el rendimiento profesional, manifestándose en síntomas como agotamiento extremo, falta de motivación y desconexión emocional. Estos hallazgos subrayan la importancia de abordar los factores psicológicos de manera proactiva para preservar la calidad del desempeño laboral en situaciones de emergencia.

En cuanto a las estrategias actuales utilizadas por el personal para manejar el estrés y otros factores psicológicos, se identificó que muchos bomberos recurren a técnicas individuales como la respiración profunda, la meditación y el apoyo social entre colegas. Sin embargo, aunque estas prácticas pueden ser efectivas en el corto plazo, la necesidad de intervenciones institucionales más robustas y sistemáticas es evidente. Es fundamental que las organizaciones ofrezcan programas de apoyo psicológico, formación en resiliencia, y establezcan un entorno laboral que promueva el bienestar emocional y físico del personal.

Referencias

1. Anyosa, A. A. (2018). Estrés del equipo de salud en el cuidado pre hospitalario-ESSALUD 2015/2017 [Postgrado, Universidad Nacional del Callao]. <http://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/4503>

2. Arcila, J. P., Ortiz Higueta, C., & Valencia Zapata, J. P. (2018). Desarrollo de enfermedades en el personal de atención prehospitalaria que afectan la eficacia de la prestación de los servicios de salud en la ciudad de Medellín. <https://repository.ces.edu.co/handle/10946/3764>
3. Barros, C. G., & Quesada, M. (2023). Estrategias de afrontamiento conductual en personal de atención pre hospitalaria. Riobamba, Ecuador: Strategies for coping with prehospital care staff behavior Riobamba, Ecuador. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(3). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1071>
4. Cuadra, A., Tapia, Ó. S., Beyle, C., Veloso-Besio, C., Barrios, J. L., Pineda, C. M., & Guerra, I. M. (2018). Capital Psicológico Y Su Relación Con Las Actitudes Deseadas. *Interciencia*, 43(11), 758-762. <https://www.redalyc.org/journal/339/33957918004/html/>
5. Dionicio, E.-R., Mendez, J., & Flores, E. (2023). Estrategias de afrontamiento al síndrome de burnout en médicos-docentes universitarios en postpandemia. *Vive Revista de Salud*, 6(18), 780-801. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v6i18.263>
6. Flores, R. A. R., Lizarraga, M. E. D., & Ortiz, C. A. L. (2022). Desgaste laboral en personal prehospitalario en México durante la pandemia de 2020 / Burnout in prehospital staff in Mexico during the 2020 pandemic.
7. Guamán, S. M. (2022). Ansiedad, depresión y estrés en el personal prehospitalario. [B.S. thesis, Universidad Central de Ecuador]. <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/a2de352b-f348-4f5d-a71d-514fcab9b42e/content>
8. Mori, C. T., Girón, E. N. M., Moisés, E., Cántaro, R., & Gonzales, E. B. S. (2021). Revisión sistemática sobre síndrome de Burnout en personal de salud en América Latina entre 2015-2020. *Revista de Investigación en Psicología*, 24(1), 197-221. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/20608>
9. Organización Mundial de la Salud. (2021, septiembre 17). OMS/OIT: Casi 2 millones de personas mueren cada año por causas relacionadas con el trabajo [Comunicado de prensa]. Organización Mundial de la Salud. http://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_819802/lang--es/index.htm
10. Organización Mundial de la Salud. (2022). La OMS y la OIT piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo [Institucional]. Organización Mundial

- de la Salud. <https://www.who.int/es/news/item/28-09-2022-who-and-ilo-call-for-new-measures-to-tackle-mental-health-issues-at-work>
11. Organización Mundial de la Salud, & Organización Internacional del Trabajo. (2022). La salud mental en el trabajo. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>
 12. Puentes, M. A. (2020). Estrés percibido y estrategias de afrontamiento durante la pandemia covid-19 en el personal de enfermería de un sistema prehospitalario de emergencias de la ciudad de rosario durante el primer trimestre del año 2021 [B.S. thesis, Universidad Nacional de Rosario. Facultad de Ciencias Médicas.]. <http://rephip.unr.edu.ar/handle/2133/22416>
 13. Serna, D. S., & Martínez, L. M. (2020). Burnout en el personal del área de salud y estrategias de afrontamiento. *Correo Científico Médico*, 24(1), 372-387. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1560-43812020000100372&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 14. Vera, M., & Pérez, G. (2022). Análisis de la influencia del estrés laboral en el desempeño de los empleados del área de talento humano del Hospital General Portoviejo. *593 Digital Publisher CEIT*, 7(4-2), 521-542. <https://doi.org/10.33386/593dp.2022.4-2.1291>