



# Relación entre situación familiar y carga laboral del personal de enfermería de atención primaria en León, Nicaragua

Relationship between family situation and workload of primary care nurses in León, Nicaragua

**Lic. Lester Fidel García Guzmán. Msc., Lic. Dulce María Oviedo Martínez. Msc. Katherin Yanina Carrión Silva., Katherine Massiel Reyes Rostran.**

Docente, Escuela de Enfermería, Facultad de Ciencias Médicas UNAN León. Comité de Investigación y Desarrollo en Enfermería. Máster en Salud Mental y Adicciones.

Licenciada en enfermería con mención materno infantil. Escuela de enfermería. Facultad de Ciencias Médicas UNAN León.

Contacto: Lic. Lester Fidel García Guzmán., lester.garcia@cm.unanleon.edu.ni

Fecha de recepción: 20 de agosto 2020 / Fecha de aceptación: 5 de abril 2021

## Resumen

**Introducción:** La enfermería es una profesión que contribuye a preservar la vida y la salud, siendo la característica singular de la práctica de enfermería el cuidado de las personas que interactúan con su entorno. Sin embargo, se nos olvida que el personal de salud, al finalizar su jornada laboral, pertenece a un ámbito familiar. El personal de la salud es el más afectado por el mantenimiento de una doble carga que supone la familia y el trabajo. Estudios previos demuestran la asociación de disfunciones familiares relacionadas con factores personales del personal de enfermería (género, horas de descanso, ocio) a causa del trabajo. El objetivo de nuestro estudio fue describir la relación entre la situación familiar y la carga laboral del personal de enfermería de atención primaria en Sutiaba, León.

**Métodos:** Estudio cualitativo a través de la teoría fundamentada. Se realizaron tres entrevistas en profundidad a informantes claves y un grupo focal de 10 integrantes.

**Resultados:** El conflicto trabajo-familia generó deterioro del ámbito familiar motivado por el poco tiempo compartido, la insatisfacción familiar, el cansancio posturnos y la prioridad del trabajo ante la familia.

**Discusión:** La afectación del ámbito familiar que produce la carga laboral se refleja por: conflicto trabajo-familia, agotamiento excesivo, resignación de las afectaciones laborales, desencadenando una insatisfacción personal.

*Palabras clave:* ámbito familiar, percepción, enfermería, carga laboral.

## Abstract

**Introduction:** Nursing is a profession that contributes to the preservation of life and health, being, the singular characteristic of nursing practice, the care of people interacting with their environment. However, we forget that health personnel, at the end of their working day, belong to a family environment. Health care workers are the most affected by maintaining a double burden of family and work. Previous studies have shown the association of family dysfunctions related to personal factors of nursing staff (gender, hours of rest, leisure) due to work. The main objective was to describe the relationship between the family situation and the workload of primary care nurses in Sutiaba, León.

**Methods:** A qualitative study using grounded theory. Three in-depth interviews were conducted with key informants and a focus group of 10 members.

**Results:** Work-family conflict generated deterioration of the family environment motivated by little shared time, family dissatisfaction, post-shift fatigue and the priority of work over family.

**Discussion:** The affectation of the family environment caused by the workload is reflected by work-family conflict, excessive exhaustion, the resignation of work affectations, triggering personal dissatisfaction.

*Keywords:* family environment, perception, nursing, workload.

## Introducción

La profesión de enfermería es potencialmente estresante en su cotidianidad, debido a la interacción con la enfermedad, el sufrimiento de los pacientes y sus familiares, la muerte, así como el mantenimiento de los estándares de calidad del cuidado, los horarios de rotación laboral y las relaciones con los compañeros y compañeras<sup>1,2</sup>. Dadas estas condiciones laborales, en ocasiones, se produce una transferencia emocional que pone en riesgo la calidad de vida de los profesionales a medio y largo plazo por el desarrollo de fatiga física y/o mental<sup>3</sup>. Las condiciones laborales del personal de enfermería pueden provocar el deterioro de su salud física y psíquica (estrés), insatisfacción, bajo rendimiento laboral, y desequilibrio tanto en el ámbito laboral como familiar<sup>2</sup>. Entre los factores individuales, familiares y laborales relacionados con ello destacan el sexo, la edad, las horas de descanso y recreación, la presencia de conflictos intrafamiliares que generan disfunción en el núcleo, y el nivel de compromiso con el trabajo<sup>4</sup>.

Es importante tener en cuenta las diferencias entre los principales conceptos relacionados con esta investigación. Se entiende por carga física el conjunto de requerimientos físicos a los que se ve sometida la persona a lo largo de su jornada, que demanda muchos esfuerzos físicos; y por carga mental al nivel de actividades mentales necesario para el desarrollo del trabajo<sup>5</sup>. Por último, la carga laboral es definida como la suma de requerimientos físicos y mentales a los que se ve sometido el trabajador lo largo de su jornada laboral por lo que surge su clasificación por tipo de trabajo a realizar<sup>5</sup>.

No obstante, la sobrecarga laboral es la responsabilidad donde en términos físicos y mentales se genera un estresor significativo, que puede estar asociado a exceso de tareas, deterioro psicológico, demandas excesivas de habilidades, destrezas y conocimientos que pueden incrementar los niveles de agotamiento emocional y físico<sup>6</sup>. La sobrecarga de trabajo de los profesionales de enfermería ha sido identificada como un serio problema de estrés de los trabajadores, caracterizada por jornadas extensas, turnos rotatorios, trabajo nocturno, frecuentes cambios de servicios, carga psicológica por el manejo de situaciones críticas, etc. Es un personal expuesto a permanentes riesgos biológicos, químicos y físicos que se constituyen en amenazas para la salud<sup>7</sup>. La sobrecarga laboral con jornadas de trabajo extensas, es decir, superiores a 9 horas en los

servicios clínicos, con dedicación exclusiva a la atención de pacientes y sin posibilidad de espacios de esparcimiento, son sin duda considerados como factores predisponentes al síndrome de *burnout*. Y si a lo anterior se le agrega la carga afectiva a la que el profesional de enfermería está expuesto durante la jornada de trabajo, la exposición a agentes químicos y la constante incorporación de nuevas tecnologías, conocimientos y responsabilidades, se traduce en un ambiente hostil precursor de un sinnúmero de afectaciones psicosociales<sup>8</sup>.

Las consecuencias sociales de la sobre carga laboral y el *burnout* se relacionan con la organización del trabajo que desarrolla el sujeto, siendo la más importante su reacción tendente al aislamiento y su desprecio de cualquier forma de interacción social. También se ha observado que las personas con altos niveles de *burnout* tienen menos satisfacción con la pareja y las conductas en el hogar son de irritación, disgusto y tensión. Esta situación incide especialmente en el deterioro de las interacciones personales<sup>4,9</sup>.

El aumento de la demanda de diversos servicios en las instituciones de salud, así como la incorporación creciente de tecnología compleja y costosa, ha creado sistemas de trabajo que requieren actividad laboral continua durante las veinticuatro horas del día. Las enfermeras, como grupo ocupacional, asignadas a los diferentes turnos con una jornada laboral de ocho horas, experimentan desajustes entre las demandas de actividad y los ritmos biológicos internos que regulan el ciclo vigilia-sueño, con consecuencias directas sobre su vida diaria.

Se observa un gran número de enfermeras con diferentes problemas en sus relaciones sociales, personales y laborales; ampliando la mirada se conoce que la mayoría de este personal trabaja en el turno noche. La situación que plantea la doble jornada de trabajo suele ocasionar en las enfermeras agotamiento, debido al esfuerzo, y sobrecarga para cumplir con la preservación, continuidad y crecimiento de la familia.

Al concluir la jornada laboral, se llega a la realidad de que la enfermera pertenece a una estructura familiar y debe responder a las exigencias que esto conlleva. El personal de enfermería femenino es el más afectado, quizás por el mantenimiento de esa doble carga laboral y familiar, ya que se dedican a las labores de la casa y cuidados de los hijos. Además, al aumentar la edad y los años de ejercicio profesional, también aumenta el

cansancio laboral. Las enfermeras se sienten culpables por la ausencia en el hogar y por no acompañar el crecimiento de los hijos y la rutina familiar. La actividad laboral interfiere directamente en su vida, en función del exceso de trabajo causado por largas jornadas que las obligan a permanecer lejos de la convivencia familiar y culminando por descuidar el autocuidado y la propia sexualidad, olvidándose hasta de ser mujer<sup>10</sup>. Debido a la importancia que tiene la familia para una persona cuando enfrenta un estresor externo, tiende a exacerbar las tensiones previas y genera un desequilibrio laboral acumulando más tensiones y estresores<sup>11,12</sup>.

Las dificultades que nacen en el ámbito familiar limitan la vida de la pareja, el papel de madre; aparecen problemas de coordinación y organización, en tanto a horarios de alimentación, silencio durante el día para el descanso, existe una menor oportunidad de vida social al disminuir la posibilidad de participar en actividades con amigos o familiares<sup>13</sup>.

En el año 2016 se condujo un estudio con las enfermeras del Centro de salud Félix Pedro Picado, ubicado en el centro urbano del municipio de León y con afluencia de pacientes de la zona rural del suroeste de la municipalidad. La investigación tuvo como propósito evaluar la relación entre la carga laboral y estrés, encontrando que una parte significativa de la población se encontraba con niveles de estrés severo y moderado. Las variables de carga laboral que presentaron relaciones con el estrés severo fueron la edad, funciones laborales en correspondencia a su formación académica, horas extras, tiempo designado para almorzar corto, sentimiento de fatiga y cansancio, el clima organizacional y las relaciones laborales<sup>14</sup>.

Dado que el gremio de Enfermería del Ministerio de Salud de Nicaragua, juega un papel importante en el abordaje sociosanitario a la población y ejerce su influencia directa en la calidad de la atención que se otorgará a los usuarios, la carga laboral de los profesionales de enfermería nicaragüense debería ser estudiada con mayor profundidad, tanto su caracterización dentro de un perfil laboral como las repercusiones en la salud integral del personal de enfermería que esta situación motiva (relación entre situación familiar y carga laboral del personal de enfermería), recordando que estas personas no solo son trabajadoras, sino que pertenecen a un núcleo familiar al cual deberían de integrarse plenamente.

Por ello el objetivo principal de este estudio fue describir la relación entre la situación familiar y la carga laboral del personal de enfermería de un centro de salud en Sutiaba, León. Como objetivos secundarios se estableció determinar la percepción de la carga laboral del personal de enfermería y explorar la situación familiar del personal de enfermería del puesto de salud en estudio.

## Métodos

### *Diseño*

Esta investigación es de tipo cualitativo bajo la perspectiva fenomenológica. En esta investigación se priorizó la obtención de declaraciones u observaciones de situaciones cotidianas del ámbito familiar del personal de enfermería con el propósito de exponer las posibles relaciones con la percepción de la carga laboral. Se realizó una contextualización del fenómeno y la percepción de las vivencias y reflexiones de los participantes presentado los datos de forma estructurada y teóricamente fundamentados.

### *Población y muestra*

El estudio se realizó en el centro de salud cabecera Félix Pedro Picado, ubicado en el municipio de León, en el barrio de Sutiaba, que cuenta con un total de 26 enfermeras laborando. Este centro de salud cuenta con servicios de atención primaria, que abarca principalmente promoción de la salud y prevención de las enfermedades, que se divide en educación en salud y atención en los programas prioritarios, regidos por el personal de enfermería: control prenatal, planificación familiar, detección de cáncer cervicouterino, atención al parto bajo riesgo, puerperio, inmunización, atención integral al niño, vigilancia del crecimiento y desarrollo, micronutrientes, inmunización y terapia de rehidratación oral, atendiendo diariamente a una población diana de 50-100 personas, en su mayoría niños.

La unidad de análisis fue el personal de enfermería del centro de salud Félix Pedro Picado, contando con la participación de 13 enfermeras: 3 enfermeras con funciones gerenciales y 10 cumplían funciones de asistencia directa al paciente. Los criterios de inclusión para participar en la investigación fueron los siguientes: enfermeras laboralmente activas, edad mayor de 20 años, de ambos sexos, se tomaron en cuenta auxiliares de enfermería, enfermeras técnicas y con grado de licenciatura.

### *Procedimiento*

El estudio se desarrolló entre los meses de julio a septiembre 2019.

Se realizó la invitación a la entrevista explicándoles los objetivos del estudio. Se les entregó el consentimiento informado.

Los investigadores prepararon una entrevista semi-estructurada en base a los objetivos planteados con el fin de mantener la línea de la información buscada.

### *Recolección de datos*

En primer lugar, se realizaron 3 entrevistas en profundidad a informantes clave: la jefa de enfermería, la enfermera responsable de docencia de la unidad de salud y la enfermera responsable del área de mayor demanda y administración de los servicios de enfermería.

Seguidamente, se realizó un grupo focal de 10 enfermeras asistenciales para validar la información proporcionada, obteniendo datos de dos fuentes.

Se recogieron datos sociodemográficos y laborales como la edad, el sexo (masculino/femenino) el estado civil (casada, soltera, otros), número de hijos, lugar de procedencia, nivel académico (auxiliar, técnico, licenciatura).

Además, se incluyeron seis preguntas:

1. ¿Podría hablar un poco sobre su día laboral? (Hora de entrada y salida, funciones laborales, responsabilidades a cargo, distribución del tiempo, tareas extras, horas extras, relaciones con sus compañeros, clima organizacional).
2. ¿Cómo se siente al terminar su jornada laboral cada día?
3. ¿Podría hablar un poco acerca de lo que hace después de un largo día de trabajo?
4. ¿De qué manera considera usted que le dedica el tiempo necesario a su familia?
5. ¿Ha dejado de participar en sus actividades familiares debido a su trabajo? ¿Qué actividades han sido? ¿Podría hablar un poco de cómo le hace sentir esta situación?
6. ¿Qué influencia ejerce la percepción de la carga laboral en el desarrollo de su ámbito familiar?

### *Análisis de datos*

Para el procesamiento de los datos se realizó una triangulación de los resultados con el objetivo de obtener una mayor amplitud y profundidad de datos (entrevista profundidad/grupo focal/marco teórico.). El análisis desarrollado se basó en la teoría fundamentada que permitió contextualizar y comprender mejor la experiencia subjetiva de las personas; a través de procedimientos metodológicos característicos, se construyó una teoría que permitió explorar situaciones desconocidas, hasta la saturación de la información<sup>15</sup>.

Se utilizó el programa computarizado de open CODE para codificar los datos generados a partir de la información recogida. Para el análisis de la información se exploraron los datos, se desarrolló una estructura organizándolos en códigos, categorías y supracategorías se describió las experiencias de los participantes según su óptica, lenguaje y expresiones; descubriendo los conceptos, categorías, temas y patrones presentes en los datos, así como sus vínculos, a fin de otorgarles sentido, interpretarlos y explicarlos en función del planteamiento del problema, comprender en profundidad el contexto que rodea a los datos, reconstruir hechos e historias, vincular los resultados con el conocimiento disponible.

### *Consideraciones éticas*

Consentimiento informado, anonimato, confidencialidad y autonomía.

### **Resultados y discusión**

Como muestra la tabla 1, la muestra fue de 13 participantes, siendo en su totalidad de sexo femenino. El rango de edad predominante fue el de 31 a 40 años (n=4), la mayoría fue de procedencia urbana (n=9) y solteras (n=7). Tan solo 3 entrevistadas no tenían hijas. En cuanto a la formación académica, 6 de ellas eran licenciadas en enfermería, seguido de 4 auxiliares de enfermería.

Las relaciones entre el trabajo y la familia articulan el día a día de las trabajadoras, siendo uno de los riesgos psicosociales que más atención está recibiendo en los últimos años el conflicto trabajo-familia. Las demandas familiares también pueden obstaculizar el desempeño de las tareas laborales; esto se vio reflejado al indagar acerca de lo que hacen después de un largo día de trabajo en las siguientes expresiones<sup>13</sup>:

*“Después del trabajo, llego a limpiar, cocinar, a lavar trastes...; es una carga de que llego preocupada porque tengo marido y hay que darle de comer y tengo un hijo. Me vengo acostando a las 11 de la noche y me levanto a las 5:30 a. m.”.*

*“Yo, como llego tarde dependiendo del turno que esté, casi no me comunico con mi familia, solo en la cena conversamos; luego de esto voy a dormir”.*

Las relaciones familiares de las enfermeras se ven afectada por exceso de trabajo, ya que el personal de salud no tiene tiempo establecido de 8 horas<sup>16</sup>, situación que es confirmada por las participantes del estudio, quienes refieren que su trabajo les demanda casi todo el tiempo en un día, ameritan realizar horas extras, lo cual genera excesivo cansancio:

*“Todos los días tengo que despertarme a las 4:00 a. m., entro a trabajar a las 5: 45 a. m. porque a las seis en punto pasa el bus para la comarca donde trabaja, y ya regreso a las 5:30 a casa, siempre estoy cansada”.*

*“Mi hora de entrada es a las 7:00 a. m., mi hora de salida no es exacta, lo ideal son 8 horas, pero por mi tipo de trabajo hago horas extras”.*

En los factores relativos de distribución del tiempo de trabajo (cargas de trabajo) están las jornadas de trabajo extensas que reflejan implicaciones sociales, como el ir a turnos, fijo o nocturno, puede alterar la vida privada del trabajador; algunos turnos de trabajo dificultan la realización de actividades extralaborales y de relación social<sup>17</sup>. Esto lo reflejaron en cuanto la distribución del tiempo manifestando:

*“La verdad, hasta nos hace falta tiempo, ya que en ocasiones estamos solo una por sector”.*

*“Siempre me hace falta más tiempo porque todavía quedan cosas pendientes por hacer; el trabajo no termina solo cuando se va el paciente, sino que continúa”.*

El trabajador está sometido constantemente a estímulos externos para llegar a la productividad fijada o incluso mejorarla; esto impone el ritmo de trabajo<sup>17</sup>, teniendo que acomodar la respuesta del individuo a este ritmo, situación que se evidencia con las expresiones:

*“Aunque no haya paciente, siempre hay trabajo administrativo que se tienen que sacar para fin de mes”.*

*“Nos distribuyen muy bien el trabajo, todo es en equipo, pero para lograr las metas individuales establecidas es difícil cumplirlas al final de mes, eso me frustra y me hace sentir incapaz en mi trabajo”.*

Del mismo modo, cuando se trata de realizar horas extras por una sobrecarga laboral, trabajos pendientes a entregar de forma inmediata, mala organización del tiempo..., se pierde el control y el ánimo se frustra, manifestando así estrés laboral<sup>12</sup>, así como la cantidad de turnos realizados. Reafirmando esta teoría en los siguientes discursos:

*“A veces logro distribuir el tiempo para las tareas extras depende como estemos, pues solo es estresante cuando tenemos turno que entramos a las 7 y salimos a las 3 del día siguiente”.*

*“Cuando me asignan turnos extra, me siento estresada, agotada, cansada, por el desvelo”.*

*“A veces me llevo trabajo a casa porque no lo he terminado”.*

En cuanto a la estabilidad en el entorno familiar y social, se ven afectadas las relaciones conyugales; cuando trabajan los dos miembros de la pareja, los problemas son más frecuentes: distintos horarios laborales, tareas domésticas, cuidado de los hijos, administración de la economía doméstica, etc.<sup>8</sup>. Esto se refleja en el estudio en las siguientes expresiones:

*“Pues como casi no me mantengo, casi no me veo con mi esposo, porque, cuando yo estoy aquí, él está trabajando; solo llega ya a dormir y lo veo como dos horas”.*

Las jornadas de trabajo pueden convertirse en un elemento que propicia desgaste y sufrimiento al personal. Cuando el contexto organizacional causa desgaste, el cuerpo busca desarrollar mecanismos de defensa para intentar disminuirlo; es cuando el trabajo puede volverse estresante, por lo que al terminar la jornada laboral cada día se ven las manifestaciones de estrés<sup>17</sup>.

*“Cansada, agotada, porque es duro estar haciendo todo: atender, despachar, estar de pie...; ni para comer me da tiempo”.*



*“Cansada porque el área donde estoy, ya que solo yo soy para todo”.*

El conflicto trabajo-familia ha sido considerado en sí mismo como una fuente de estrés que tiene una serie de consecuencias a nivel organizacional y familiar. Recordando que el personal de enfermería, una vez terminada sus jornadas laborales, continúa con las labores del hogar, y, al tener labores domésticas que realizar, su hora de descanso viene a ser mínimo<sup>18</sup>. Esto lo encontramos en el estudio en las siguientes expresiones:

*“Llego muy estresada a la casa; a veces llego y le digo a mi familia que no me hablen. Me duele la cabeza, me duele la espalda y tal vez más para los fines de mes por los informes: a veces me llevo trabajo a casa porque no los he terminado”.*

*“A mi casa llego muerta, pero me doy un momento de relajación frente al televisor; depende de la hora de llegada, porque si llego de noche, solo voy a acostarme”.*

*“Después del trabajo, me vuelvo loca: debo recoger a mi niño en la guardería, me dirijo a casa a realizar los quehaceres, velar por la atención de mi hijo...”.*

*“Por lo general, duro entre una u hora y media para llegar a mi casa, y prácticamente cuando llego a casa ya no quiero hacer nada ni ver a nadie por lo cansado del viaje”.*

El desarrollo de las actividades normales de la vida en la familia se ve afectado por los diferentes horarios de los integrantes del núcleo familiar, sin mencionar que todos los eventos familiares y sociales se realizan en horas de la noche o durante los fines de semana y es estos momentos cuando los trabajadores de enfermería se encuentran de turno o recuperando el sueño perdido<sup>19</sup>, esta teoría es confirmada en este estudio con expresiones como:

*“He dejado de hacer cosas en familia, me siento sola. He dejado de asistir a las actividades de mi niño por venir al trabajo y eso no me hace sentir bien”.*

*“Me siento mala madre, pues le dedico poco tiempo a la familia y a mi esposo”.*

*“Hemos ajustado los horarios familiares a mi trabajo: si hay algún evento en la casa, lo celebramos en la noche y venimos a trabajar normal”.*

*“Bueno, en algunos momentos, si lo que se tiene que hacer es entender que el trabajo es primero, la familia pasa a un segundo plano; ellos deben comprenderme”.*

*“Casi nunca puedo compartir con mi familia, pero uno ya está psicológicamente preparado para esas cosas, porque desde que escogemos esta carrera sabemos lo que nos espera, no tenemos días libres ni días festivos”.*

*“En las fiestas familiares, a veces estoy de turno y no puedo participar, y si ya lo hacen después de mi trabajo, llego cansada y ahí me estoy durmiendo”.*

En la relación con los hijos, al terminar la jornada laboral y llegar cansados, no se dedica el tiempo suficiente a hablar, jugar y escuchar los problemas que pueden afectar a nuestros hijos; esto trae como consecuencia que la relación se enfríe, disminuyendo el diálogo de los hijos con los padres<sup>13</sup>. Esto se manifiesta en el estudio en las siguientes expresiones de acuerdo al tiempo que se le dedica a su familia e hijos:

*“Se busca el tiempo. Quizás no en un 100 %, pero se busca para no estar lejos de la familia”.*

*“Tiempo es el que hace falta”.*

*“No les he dedicado tiempo necesario ni cuando estaban pequeños y tampoco ahora”.*

*“Pues yo aprovecho más en la cena a platicar, que estamos juntos, aunque este cabeceando”.*

Como podemos apreciar, el personal de enfermería no cuenta con el tiempo necesario a como las demandas familiares lo exigen, y tratan de buscar el tiempo necesario, viéndose afectada así la relación y haciéndose notoria la ausencia de estos dentro de la estructura familiar.

A continuación, se presenta o representa la relación entre situación familiar y carga laboral del personal de enfermería del centro de salud en atención primaria en Sutiaba, León (figura 1).

## Conclusiones

El personal de enfermería del puesto de salud Félix Pedro Picado participante en el estudio fue de 13 individuos, en su totalidad de sexo femenino; el grupo etario que predominó fue de los 31 a 40 años; la mayoría es de procedencia urbana; 7 de las investigadas son solteras; 10 enfermeras tienen hijos, predominaron las que tiene 2 hijos; en cuanto a la formación académica, 6 de estas son licenciadas en enfermería, seguido de 4 auxiliares de enfermería.

En cuanto al ámbito familiar, se encontró que este está caracterizado por las demandas familiares; estas se manifiestan por la escasa convivencia entre los miembros de la familia, pero se manifiesta una comunicación familiar efectiva y esta se presenta principalmente en las emergencias familiares.

De acuerdo con el deterioro del ámbito familiar, se vio reflejado por el poco tiempo con la familia, insatisfacción familiar, los desvelos posturnos..., que generan conflictos trabajo-familia; además, su prioridad ante la familia es el trabajo.

En cuanto a la percepción de carga laboral, se encontró situaciones positivas, entre estas, la distribución del tiempo, planificación estratégica, trabajos en equipo..., pero algunas veces es no organizada, ya que depende de la variabilidad de la situación o asignación laboral.

En la percepción de las labores extraordinarias, estas se desarrollan porque existe la falta de recursos humanos, generando la falta de tiempo que les obliga a realizar horas extras entre sus funciones y suplir el trabajo de los que no asisten.

Las participantes manifiestan las afectaciones de los problemas familiares, además reflejan agotamiento y cansancio; aunque se sienten satisfechos con su profesión, estas reflejan que trabajan excesivamente, generando así conflictos en la familia y una disminución a la productividad.

De manera general, la afectación entre el ámbito familiar y la percepción que produce la carga laboral se refleja por conflicto trabajo-familia, agotamiento y cansancio excesivo, resignación de las afectaciones laborales..., desencadenando una insatisfacción personal.

## Recomendaciones

A partir de los hallazgos obtenidos en esta investigación, se considera necesario las siguientes recomendaciones:

Ajefatura de enfermería;

- Implementar un cronograma de actividades diarias para el personal del puesto, ya que esto facilitará las labores y disminuirá la carga laboral del personal.
- Reorganizar y distribuir de manera equitativa las labores del personal para generar espacios de acercamiento del trabajador con la familia.
- Establecer talleres educativos sobre estrategias que ayuden al personal a sobrellevar esta problemática.
- Establecer un espacio para dar prioridad a la salud mental de los trabajadores.

Al personal de enfermería;

- Establecer un cronograma de actividades diarias con planificación semanal.
- Fomentar el trabajo en equipo.
- Fomentar un tiempo específico a su familia que evite ser afectado por sus labores.
- Mejorar la comunicación efectiva entre familia.
- Compensar calidad de tiempo entre calidad de tiempo con la familia.

## Bibliografía

1. Jiménez Figueroa, Andrés, & Moyano Díaz, Emilio. (2008). FACTORES LABORALES DE EQUILIBRIO ENTRE TRABAJO Y FAMILIA: MEDIOS PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA. *Universum (Talca)*, 23(1), [Internet]. 2012 Mar [citado 2021 Ene 11]; 15( 1 ): 116-133. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-23762008000100007>
2. Velázquez Cedeño Jose Carlos, Cao Eldis Román. Influencia del estrés laboral en el ambiente familiar del personal de enfermería Mikarimin. *Revista Científica Multidisciplinaria*. e-ISSN 2528-7842 [Internet]. [citado 11 de enero de 2021]. 122-124 Disponible en: <http://45.238.216.13/ojs/index.php/mikarimin/article/view/1716/948>
3. Sánchez González, Álvarez Nido, Borda Lorenzo (2003). Calidad de Vida de los -trabajadores de Atención Primaria del Área 10 de Madrid.
4. Vidal Blan R., Adamuz Tomás J., Feliu Baute P. Relación terapéutica: el pilar de la profesión enfermera. *Enferm. glob.* [Internet]. 2009 Oct [citado 2021 Ene 11]; ( 17 ). Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412009000300021&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412009000300021&lng=es).

5. Martínez Pérez A. El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. VA [Internet]. 15 de septiembre de 2010 [citado 11 de enero de 2021];(112):42-0. Disponible en: <http://www.vivatacademia.net/index.php/vivat/article/view/192>
6. De Arco Canoles O del C. Sobrecarga laboral en profesionales de enfermería de unidades de cuidados intensivos en instituciones hospitalarias de Cartagena de Indias. [Internet]. [Bogotá, Colombia]: Universidad Nacional de Colombia, Facultad de enfermería; 2013 [citado 11 de enero de 2021]. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/77272353.pdf>
7. Canales-Vergara M., Valenzuela-Suazo S., Paravic-Klijin T. Condiciones de trabajo de los profesionales de enfermería en Chile. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2016 Sep [citado 2021 Enero 11]; 13(3): 178-186. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632016000300178&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632016000300178&lng=es). <https://doi.org/10.1016/j.reu.2016.05.004>.
8. Barrios Araya Silvia, Arechabala Mantuliz M<sup>a</sup> Cecilia, Valenzuela Parada Victoria. Relación entre carga laboral y burnout en enfermeras de unidades de diálisis. *Enferm Nefrol* [Internet]. 2012 Mar [citado 2021 Ene 11]; 15(1): 46-55. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2254-28842012000100007&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2254-28842012000100007&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4321/S2254-2884201200010000>.
9. Campillo Manzano Patricia, Quiles Calatayud Mario, Pedraz Marcos Azucena. Burnout y carga familiar en enfermeras de Urgencias de la Comunidad de Madrid. Proyecto de Investigación. Trabajo de Fin de Grado. Universidad Autónoma de Madrid. 2015. [citado 2021 Ene 11] 44 Disponible en: [https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/672247/campillo\\_manzano\\_patriciatfg.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/672247/campillo_manzano_patriciatfg.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
10. Spindola Thelma, Da Silva Santos Rosângela. Trabalho versus vida em família: conflito e culpa no cotidiano das trabalhadoras de enfermagem. *Cienc. enferm.* [Internet]. 2004 Dic [citado 2021 Ene 11]; 10(2): 43-52. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-95532004000200006&lng=es](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532004000200006&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532004000200006>
11. Otálora Montenegro, Guillermo, La relación existente entre el conflicto trabajo-familia y el estrés individual en dos organizaciones colombianas. *Cuadernos de Administración* [Internet]. 2007;20(34) [citado 2021 Ene 11]:139-160. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20503407>
12. Magela, Moraes, Martins & Cunha, 2009. Fatiga laboral en el personal de enfermería del Hospital Base Valdivia y factores asociados. Universidad Austral De Chile Facultad De Medicina Escuela De Enfermería. Valdivia Chile 2012 [Tesis de grado de Licenciado en enfermería] [citado 2021 Ene 11]:48. Disponible en: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2012/fmb142f/doc/fmb142f.pdf>
13. Amarilis Saldaña, Batista Yarineth, Marin Kathia. La profesión de enfermería y su relación en la desintegración familiar [Internet] [Posgrado de atención primaria en salud.]. [Panamá]: Universidad de Panamá, Facultad de enfermería; 2014 [citado 11 de enero de 2021]. Disponible en: <https://www.monografias.com/trabajos101/profesion-enfermeria-y-su-relacion-desintegracion-familiar/profesion-enfermeria-y-su-relacion-desintegracion-familiar.shtml>
14. García Guzman Lester Fidel, Carrión Silva Katherin Yanina. Carga laboral en relación al nivel de estrés del personal de Enfermería del centro de salud "Félix Pedro Picado", León III trimestre 2016. *Revista Española de Enfermería de Salud Mental* | número 6 | sep-dic 2018 | DOI: <http://doi.org/10.35761/reesme.2018.6.06> [citado 2021 Ene 11]:48. Disponible en: <http://www.reesme.com/index.php/REESM-AEESME/article/view/44/38>
15. Murillo Javier, De la Torre Gema. Teoría fundamentada. Síntesis de su aplicación [Internet]. [Madrid]: Universidad Autónoma de Madrid; 2014 [citado 11 de enero de 2021]. Disponible en: <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2016/01/Teoriafundamentada.-Una-sintesis.-pdf.pdf>
16. Cargua Quishpe July Roxana, Bastidas Ortiz Zoila Beatriz. Efectos del estrés laboral en los profesionales de enfermería en el Hospital General Francisco de Orellana. Año 2013-2014 [Internet] [Tesis de Grado]. [Puyo-Ecuador]: Universidad Nacional de Loja, Carrera de Enfermería; 2015 [citado 12 de enero de 2021]. Disponible en: <http://dspace.unl.edu.ec:9001/jspui/bitstream/123456789/9198/1/July%20Roxana%20Cargua%20Quishpe.pdf>
17. La alimentación en el trabajo: una revolución nutricional en el menú [Internet]. [citado 12 de enero de 2021]. Disponible en: [https://www.ilo.org/global/publications/world-of-work-magazine/articles/WCMS\\_081446/lang-es/index.htm](https://www.ilo.org/global/publications/world-of-work-magazine/articles/WCMS_081446/lang-es/index.htm)
18. Brito Quintana, Pedro E (2000) Impacto de las reformas del sector de la salud sobre los recursos humanos y la gestión laboral. *Rev Panam Salud Publica*;8(1/2) -jul.-ago. 2000. Retrieved from [http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1020-49892000000700008&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1020-49892000000700008&lng=pt&nrm=iso)
19. Maya S Luz Elena. Estilos de vida saludables: componente de la calidad de vida [Internet]. *Funlibre*. 2001 [citado 12 de enero de 2021]. Disponible en: <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya1.htm>
20. Otálora Montenegro G. La relación existente entre el conflicto trabajo-familia y el estrés individual en dos organizaciones colombianas. *Cuad Adm.* [Internet]. 11 de diciembre de 2007 [citado 11 de enero de 2021];20(34). Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/cuadernos\\_admon/article/view/4048](https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/cuadernos_admon/article/view/4048)
21. Espinoza Pérez Karen Danixsa, Flores Conde Erika del Carmen, García Porra María Cleofe, Delgado Rocha Wilber Antonio. Ambiente laboral de Enfermería- Enfermedades más comunes relacionadas con el estrés laboral del personal de Enfermería Hospital Primario Francisco Matamoros. San Francisco Libre. II Semestre 2015. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua, Departamento de Enfermería [Tesis de grado de Licenciatura en enfermería] [citado 11 de enero de 2021];30. Disponible en: <https://repositorio.unan.edu.ni/2281/1/40144.pdf>



VARIABLE		n	%
Sexo	Femenino	13	100
Edad	20-30	3	23
	31-40	4	31
	41-50	3	23
	51-60	3	23
Procedencia	Rural	4	30
	Urbana	9	70
Estado civil	Casada	6	47
	Soltera	7	53
Número de Hijos	Ninguno	3	23
	1	3	23
	2	5	38
	3	2	16
Nivel académico	Auxiliar	4	30
	Técnico Superior	3	23
	Licenciatura	6	47
	Total	13	100

Tabla 1. Datos sociodemográficos del personal de enfermería del centro de salud Félix Pedro Picado.

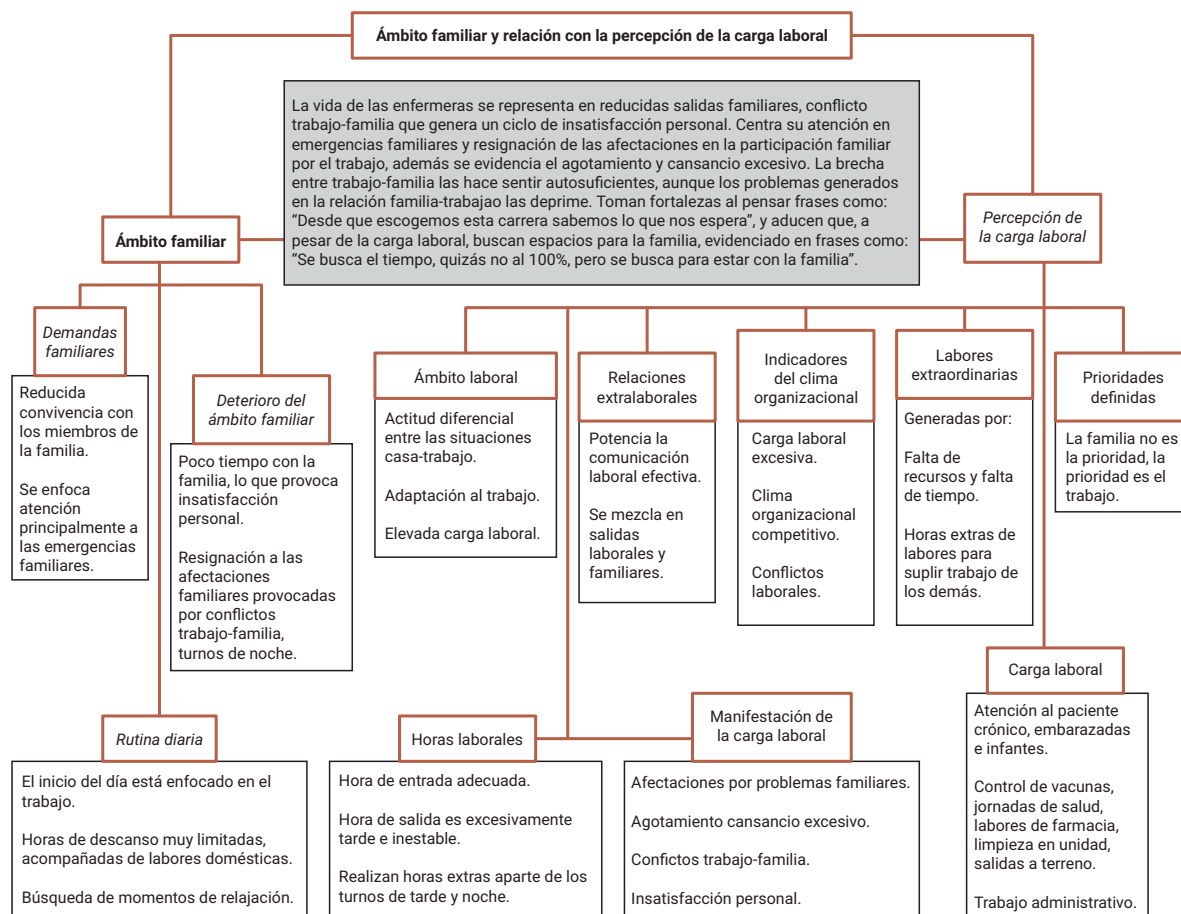


Figura 1: Relación entre situación familiar y carga laboral del personal de enfermería del centro de salud en atención primaria en Sutiaba, León.