

Estrategias de afrontamiento y estado de salud mental en Enfermeros durante la pandemia Coping strategies and mental health status in nurses during the pandemic

<https://doi.org/10.37135/ee.04.23.05>

Autores:

Otto Llim Carbajal Malpartida¹ - <https://orcid.org/0009-0009-0805-5528>

Ines Lisbet Alania Accilio¹ - <https://orcid.org/0000-0003-2347-5028>

Afiliación:

¹Universidad Nacional Hermilio Valdizan Medrano Huánuco, Huánuco, Perú.

Autor de correspondencia: Ines Lisbet Alania Accilio. Universidad Nacional Hermilio Valdizan Medrano Huánuco. Dirección postal: 062. Email: ines15my@gmail.com. Teléfono: 943070508.

Recibido: 13 de agosto de 2024

Aceptado: 08 de marzo de 2025

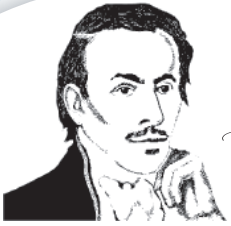
RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estado de salud mental en enfermeros durante el COVID-19. Se utilizó un enfoque cuantitativo, de tipo observacional, alcance correlacional, de corte transversal, con una muestra de 100 enfermeros, seleccionados mediante muestreo probabilístico aleatorio simple. Los datos fueron recopilados mediante la escala de estrategias de Coping-Modificada (EEC-M) y la Escala DASS-21. Los resultados indicaron que el 83 % de los participantes presentaron un nivel medio en estrategias de afrontamiento y el 64 % mostró niveles adecuados de salud mental. Se identificó una correlación moderada y significativa entre las estrategias de afrontamiento y la salud mental ($Rho = 0,259$, $p = 0,009$), especialmente con el estrés ($Rho = 0,334$, $p = 0,001$). Sin embargo, no se encontraron correlaciones significativas con la ansiedad ($Rho = 0,192$, $p = 0,056$) ni con la depresión ($Rho = 0,144$, $p = 0,152$). Se concluye que las estrategias de afrontamiento son fundamentales para mantener la salud mental en los enfermeros durante la pandemia, ya que contribuyen a reducir el estrés y mejorar el bienestar, lo que repercute positivamente en la calidad de la atención brindada.

Palabras clave: afrontamiento, salud mental, personal de enfermería, COVID-19.

ABSTRACT

This research aimed to analyze the relationship between coping strategies and mental health status in nurses during COVID-19. A quantitative, observational, correlational study, including a cross-sectional



approach, was used, with a sample of 100 nurses selected by simple random probability sampling. The data were collected using the Coping-Modified Strategies Scale (CMSS) and the DASS-21 Scale. The results indicated that 83 % of the participants presented an average level of coping strategies, and 64 % showed adequate levels of mental health. A moderate and significant correlation was identified between coping strategies and mental health ($Rho = 0.259$, $p = 0.009$), especially with stress ($Rho = 0.334$, $p = 0.001$). However, no significant correlations were found with anxiety ($Rho = 0.192$, $p = 0.056$) or depression ($Rho = 0.144$, $p = 0.152$). It was concluded that coping strategies are essential to maintain mental health in nurses during the pandemic, as they contribute to reducing stress and improving well-being, which positively impacts the quality of care provided.

Keywords: Coping, Mental Health, Nurses, COVID-19.

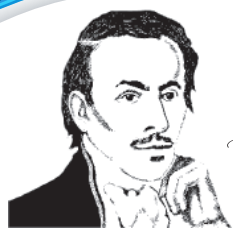
INTRODUCCIÓN

La pandemia de COVID-19 ha generado un impacto sin precedentes en la salud y el bienestar a nivel global. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), esta crisis ha afectado no solo a los pacientes, sino también al personal de salud, particularmente a los enfermeros, quienes han experimentado altos niveles de estrés, ansiedad y depresión debido a la sobrecarga laboral, la incertidumbre y el riesgo de contagio.⁽¹⁾

Los enfermeros como parte esencial de la primera línea de atención, no solo desempeñan un papel crucial en la atención integral de los pacientes con COVID-19, sino que también enfrentan desafíos psicosociales significativos que amenazan su salud mental.⁽²⁾ Las estrategias de afrontamiento que emplean estos profesionales pueden ser determinantes en la mitigación de los efectos adversos del estrés y otros trastornos psicológicos. Por ejemplo, un estudio realizado por Labrague y De los Santos (2020) destacó que estrategias como el apoyo social y la regulación emocional se correlacionan positivamente con menores niveles de ansiedad y agotamiento emocional entre los enfermeros.⁽³⁾

Otros estudios han identificado que las estrategias de afrontamiento, como la resolución de problemas y la búsqueda de apoyo emocional, son esenciales para preservar la estabilidad psicológica del personal de enfermería durante crisis sanitarias.⁽⁴⁾ En contraste, el uso predominante de estrategias de afrontamiento evitativo, como la negación o el consumo excesivo de sustancias, puede agravar los problemas de salud mental y reducir la eficacia en la atención al paciente.⁽⁵⁾

En el contexto peruano, el impacto psicosocial de la pandemia ha sido exacerbado por la limitada disponibilidad de recursos sanitarios, la alta carga laboral y las desigualdades en el acceso a servicios de apoyo psicológico. Sin embargo, la investigación sobre las estrategias de afrontamiento empleadas por los enfermeros en este contexto sigue siendo escasa, dejando un vacío importante en la literatura científica.⁽⁶⁾



Estudios previos han documentado un aumento de los trastornos de salud mental, como el estrés, la ansiedad y la depresión entre los trabajadores de la salud durante la pandemia.^(5,6) Sin embargo, existen pocos estudios que aborden específicamente las estrategias de afrontamiento que utilizan las enfermeras para gestionar su estado de salud mental en este contexto.

El estudio de las estrategias de afrontamiento de los enfermeros durante la pandemia tiene una importancia especial,⁽⁷⁾ ya que estos mecanismos no solo contribuyen a su salud mental, sino que también influyen directamente en la calidad de la atención que brindan a los pacientes. Becerra et al.⁽⁸⁾ observaron que las estrategias basadas en el apoyo social y la adaptación cognitiva estaban asociadas con mejores resultados psicológicos entre los enfermeros mexicanos. Asimismo, investigaciones como la de Narváez et al.⁽⁹⁾ resaltan la importancia del afrontamiento positivo para manejar el estrés laboral. Estas evidencias justifican la necesidad de profundizar en cómo estas estrategias afectan en la salud mental de los enfermeros, lo que puede ayudar a diseñar intervenciones y mejorar las condiciones laborales del personal de salud.⁽¹⁰⁾

Por ello, este estudio tiene como objetivo analizar la relación entre estrategias de afrontamiento empleadas por las enfermeras durante la pandemia de COVID-19 y su relación con el estado de salud mental. Este análisis contribuirá a desarrollar un entorno de trabajo más saludable y sostenible para las enfermeras.

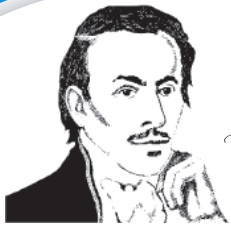
MATERIAL Y MÉTODOS

El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, de tipo observacional, de nivel relacional y de corte transversal.

La población estuvo conformada por 130 enfermeros, según el cálculo muestral con un nivel de confianza del 97 % y un error de 2,17 %, los participantes fueron seleccionados a través de un muestreo probabilístico, aleatorio simple seleccionados según criterios específicos obteniendo una muestra de 100 profesionales de Enfermería.

Para la medición se emplearon dos instrumentos: la escala de Estrategias de Coping-Modificada (EEC-M), Ortiz,⁽¹¹⁾ que evalúa dimensiones y niveles de afrontamiento. Esta escala está distribuida en 69 ítems y 12 factores identificados como dimensiones: solución de problemas, búsqueda de apoyo social, espera, religión, evitación emocional, búsqueda de apoyo emocional, reacción agresiva, evitación cognitiva, reevaluación positiva, expresión de la dificultad, negación y autonomía, a través de alfa de Cronbach de 0,82.

Mientras que, el estado de salud mental se evaluó con la escala DASS, que consta de 21 ítems, los cuales exploran tres subescalas: Depresión, Ansiedad y Estrés. Los ítems describen síntomas experimentados en la última semana, y las respuestas se presentan en una escala tipo Likert de 4 puntos, que mide la severidad: leve, moderado, severo y extremadamente severo. El puntaje total



varía entre 0 y 63 puntos. La escala DASS-21 ha demostrado una alta consistencia interna, con coeficientes alfa de Cronbach reportados en un rango de 0.81 a 0.94 para las tres subescalas en diversas poblaciones.⁽¹²⁾ Además, su validez convergente y discriminante ha sido corroborada mediante correlaciones significativas con instrumentos como el BDI y el BAI, y estudios previos han validado su estructura factorial, confirmando la presencia de tres factores correspondientes a las subescalas de Depresión, Ansiedad y Estrés.⁽¹³⁾

En cuanto a la validación, se realizó la validación cualitativa a través de 4 jueces expertos conformados por profesionales de psicología con experiencia mínima de 5 años de ejercicio profesional, quienes dictaminaron por unanimidad aplicable.⁽¹³⁾

Se aplicó estadística, con cálculo de frecuencias y porcentajes de las variables en estudio, utilizando tablas categóricas y numéricas. Para el análisis inferencial, se empleó la prueba no paramétrica Rho de Spearman para relacionar las variables estado de salud mental y estrategias de afrontamiento, considerando un valor de $p < 0,05$ como estadísticamente significativo. El análisis estadístico se realizó utilizando el software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 29.

Para el desarrollo de la investigación se contó con la aprobación del Comité Regional de Posgrado en Salud en Investigación de la Dirección Regional de Salud Huánuco, Gerencia Regional de Desarrollo y Dirección Regional de Salud, con número N° 150- 2023-GRH- DRS- DEGDRR.HH/DDRR.HH/I.

RESULTADOS

En la descripción de las características de los profesionales de Enfermería se identificó que presentaba una distribución demográfica y laboral específica. En términos de edad, el grupo predominante es el de adultos jóvenes (19-39 años) que representa el 72 % de la población, seguido por adultos medios (40-49 años) con un 12 %, adultos maduros (50-59 años) con un 11 %, y adultos mayores (60 años o más) con un 5 %. En cuanto al género, existe una predominancia femenina significativa, con el 74 % de mujeres frente al 26 % de hombres. En relación con las características laborales, la mayoría de los participantes son empleados contratados (71 %), mientras que el 29 % empleados titulares.

La antigüedad en el cargo revela que el 74 % de los empleados tienen entre 1 y 10 años de servicio, el 16 % entre 11 y 20 años, el 6 % entre 21 y 30 años, y solo el 4 % supera los 30 años en el puesto. El hallazgo sugiere una fuerza laboral predominantemente joven y femenina, con una alta proporción de empleados contratados y una baja antigüedad promedio (ver tabla 1).

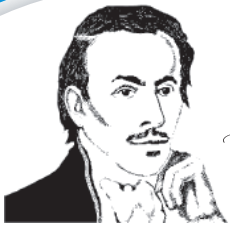


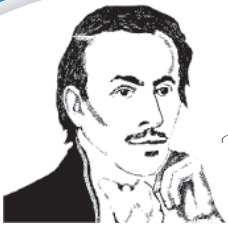
Tabla 1. Características demográficas de los Enfermeros.

Características demográficas	n= 100	
	f	%
Grupo de edad		
Adulto joven (19-39)	72	72,0
Adulto medio (40-49)	12	12,0
Adulto maduro (50-59)	11	11,0
Adulto mayor (60 a más)	5	5,0
Total	100	100
Género		
Masculino	26	26,0
Femenino	74	74,0
Total	100	100
Condición laboral		
Nombrado (a)	29	29,0
Contratado (a)	71	71,0
Total	100	100
Antigüedad en el cargo		
De 1 a 10 años	74	74,0
De 11 a 20 años	16	16,0
De 21 a 30 años	6	6,0
Mayor a 30 años	4	4,0
Total	100	100

Estrategias de afrontamiento

Los hallazgos relacionados con los niveles de afrontamiento se clasifican en tres categorías: "bueno", "regular" y "malo". Se observa que las dimensiones asociadas la "solución de problemas" y "evitación emocional" muestran mayores proporciones en la categoría "bueno", con un 34 % y un 69 %, respectivamente. En contraste, dimensiones como "reacción agresiva" y "expresión de la dificultad" presentan una menor representación, con solo un 5 % y un 2 % en la categoría "bueno".

En la mayoría de las dimensiones de afrontamiento, el mayor porcentaje de respuestas se concentra en la categoría "regular". Por otro lado, las respuestas clasificadas como "malo" son menos frecuentes, aunque significativas en ciertas dimensiones, como "reacción agresiva" (66 %) y "expresión de la dificultad" (53 %). Esto indica que, aunque las personas utilizan una variedad de dimensiones de afrontamiento, predominan las respuestas de tipo intermedio, lo que sugiere áreas de oportunidad para fomentar enfoques más positivos y adaptativos.



En cuanto a la valoración general de las estrategias de afrontamiento, solo el 7 % de los participantes emplean estrategias consideradas como "buenas", mientras que el 83 % utiliza estrategias clasificadas como "regulares". Este hallazgo refleja que la mayoría de las personas no recurre a métodos óptimos para enfrentar sus problemas, lo cual podría estar relacionado con una falta de habilidades adecuadas para afrontar situaciones adversas. Además, un 10 % de los participantes emplea estrategias clasificadas como "malas" (ver tabla 02).

Tabla 2. Estrategias de afrontamiento en los enfermeros en tiempos de COVID-19.

Variables Dimensiones estrategias afrontamiento de	n= 100							
	Bueno		Regular		Malo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Solución de problemas	34	34,0	55	55,0	11	11,0	100	100
Búsqueda de apoyo social	29	29,0	62	62,0	9	9,0	100	100
Espera	6	6,0	46	46,0	48	48,0	100	100
Religión	18	18,0	58	58,0	24	24,0	100	100
Evitación emocional	69	69,0	28	28,0	3	3,0	100	100
Búsqueda de apoyo emocional	13	13,0	52	52,0	35	35,0	100	100
Reacción agresiva	5	5,0	29	29,0	66	66,0	100	100
Evitación cognitiva	12	12,0	68	68,0	20	20,0	100	100
Reevaluación positiva	15	15,0	72	72,0	13	13,0	100	100
Expresión de la dificultad	2	2,0	45	45,0	53	53,0	100	100
Negación	36	36,0	49	49,0	15	15,0	100	100
Autonomía	11	11,0	49	49,0	40	40,0	100	100

Los datos revelan en cuanto al estado de salud mental que el 64 % de los participantes reporta un estado de salud mental normal, mientras que un 32 % se encuentra en un estado leve (regular) y 4 % presenta una salud mental moderado (mala).

En lo que respecta a las dimensiones del estado salud mental: estrés el 54 % de los participantes presenta niveles leves de estrés, mientras que un 36 % se encuentra en niveles moderados y un 10 % experimenta niveles severos. Esto sugiere que, aunque la mayoría no experimenta estrés extremadamente severo, existe una proporción significativa con niveles preocupantes. Mientras que la ansiedad, el 65 % reporta niveles leves, el 30 % se encuentra en niveles moderados, y solo el 5 % presenta niveles severos. Estos hallazgos indican que, aunque la ansiedad es un problema común, no afecta de manera grave a la mayoría de los enfermeros. En relación a la depresión, el 74 % muestra niveles leves de depresión, mientras que un 24 % reporta niveles moderado y solo un 2 % presenta niveles severos. Estos datos sugieren que, aunque la mayoría tiene un bajo riesgo de depresión, un 24 % podría estar en riesgo de desarrollar problemas de salud mental más graves (ver tabla 3).

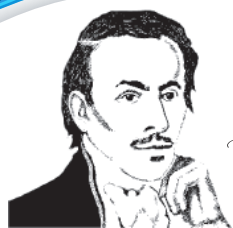


Tabla 3. Estado de salud mental: según niveles y dimensiones en los Enfermeros en tiempos de COVID-19.

Variable	n= 100									
	Normal		Leve		Moderado		Severo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Estado salud mental	64	64,0	32	32	4	4	-	-	100	100
Dimensiones										
Estrés	-	-	54	54,0	36	36,0	10	10,0	100	100
Ansiedad	-	-	65	65,0	30	30,0	5	5,0	100	100
Depresión	-	-	74	74,0	24	24,0	2	2,0	100	100

*Categorías de estado de salud metal

**Categorías de Dimensiones de estado de salud mental

Relación de estrategias de Afrontamiento y estado de salud mental

Los resultados del análisis de correlación entre las dimensiones de afrontamiento y el estado de salud mental revelan una relación positiva significativa. El coeficiente de correlación de Spearman (ρ) obtenido es de 0,259, lo que indica una asociación directa: a medida que se implementan dimensiones de afrontamiento más efectivas, se evidencia una mejora en el estado de salud mental de los individuos.

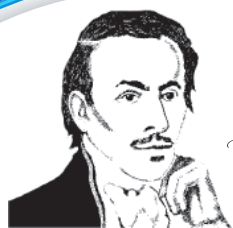
El p-valor asociado a esta correlación es de 0,009, lo que demuestra que la relación es estadísticamente significativa, dado que se encuentra por debajo del umbral convencional de 0,05. Esto indica una relación positiva, aunque de magnitud débil, entre las dimensiones adaptativas de afrontamiento y el bienestar psicológico de los profesionales de enfermería. Estos hallazgos subrayan la importancia de promover el uso de dichas dimensiones adaptativas, ya que su implementación contribuye positivamente al bienestar psicológico. Los datos indican que el uso de estrategias adaptativas de afrontamiento tiene un impacto significativo en la reducción del estrés ($Rho = 0,334$, $p < 0,001$), mientras que su relación con la ansiedad ($Rho = 0,192$, $p = 0,056$) y la depresión ($Rho = 0,144$, $p = 0,152$) no alcanza significancia estadística (ver tabla 4).

Tabla 4. Relación entre las estrategias de afrontamiento y las dimensiones de estado de salud mental en tiempos de COVID 19.

Dimensión del estado de salud mental	Estrategias de afrontamiento	
	Rho	p-valor
Bienestar psicológico	0,259	0,009
Estrés	0,334	0,001
Ansiedad	0,192	0,056
Depresión	0,144	0,152

*Categorías de estado de salud metal

**Categorías de Dimensiones de estado de salud mental



DISCUSIÓN

Los resultados muestran que los profesionales de enfermería están predominantemente constituidos por adultos jóvenes y mujeres, con un 72 % y 74 %, respectivamente. Este hallazgo coincide con estudios previos que destacan que el sector de enfermería está compuesto mayoritariamente por mujeres jóvenes debido a la alta demanda laboral y las oportunidades educativas en este campo.⁽¹⁴⁾ Además, la mayoría de los profesionales tienen entre 1 y 10 años de experiencia laboral (74 %) y se encuentran en condiciones contractuales temporales (71 %), lo que podría reflejar un contexto laboral precario. Esta situación puede influir en la estabilidad emocional y el desarrollo de estrategias adaptativas, como lo han señalado Narváez et al.⁽⁹⁾

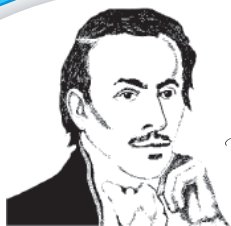
Los resultados obtenidos respaldan la hipótesis de que las estrategias de afrontamiento se relacionan significativamente con el estado de salud mental de los profesionales de enfermería durante la pandemia de COVID-19. Esta relación se alinea con las teorías de sistemas en enfermería, como el modelo de Neuman, Noguera,⁽¹⁴⁾ que enfatizan la interacción entre el individuo y su entorno. El contexto laboral altamente estresante generado por la pandemia resalta la importancia de desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas para preservar el bienestar de los profesionales de la salud.

En este mismo contexto, el modelo de Callista Roy, es relevante ya que considera a la persona como un todo. Roy explica que las personas tienen un poder creativo y autodeterminación, y que su integración con la ambiente resulta en adaptación, siendo necesario comprender sus experiencias previas para dicho proceso de adaptación.⁽¹⁵⁾

Sin embargo, es importante destacar que la correlación de Spearman utilizada en este estudio no establece una relación causal entre las variables. Por lo tanto, se requieren investigaciones adicionales que exploren si las estrategias de afrontamiento son un factor causal o si solo están asociadas a un mejor estado de salud mental. Estudios longitudinales podrían proporcionar evidencia más robusta sobre esta relación.

La pandemia COVID-19 ha sido un evento con consecuencias catastróficas que ha provocado daños, ha desnudado las carencias de los servicios, generando pérdidas humanas, sino también un deterioro en la salud física y mental, sobre todo del personal de salud como de la población en general; estas afectaciones fueron influidas por el miedo, la ansiedad, la depresión y el estrés.⁽¹⁶⁾

Asimismo, Narváez et al.,⁽⁹⁾ destacan que la pandemia representó un gran desafío para la salud mental debido al enorme impacto psicológico de las medidas de emergencia sanitaria en diversos países. Los trabajadores de la salud experimentaron cambios en las dinámicas y rutinas establecidas, con serios impactos en su bienestar psicológico. Este hallazgo se ve reforzado por los resultados de este estudio, que muestran la relación entre las estrategias de afrontamiento y la reducción del estrés, lo cual también fue identificado en un estudio realizado por Hernández et al.,⁽¹⁶⁾ quienes



observaron que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los profesionales de la salud, como la religiosidad y la esperanza de que las cosas se resolverían por sí solas, están asociadas a un estrés psicosocial de largo plazo, afectando la salud emocional de estos profesionales.

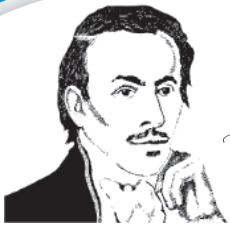
Además, Baca et al.,⁽¹⁷⁾ estudiaron las situaciones más estresantes vividas por adultos peruanos durante la pandemia, como la vulnerabilidad a la salud, las restricciones de movilidad y los cambios económicos y familiares. Estas situaciones fueron asociadas a malestar emocional y estrategias de afrontamiento como el autocuidado y la reevaluación cognitiva, resultados que guardan similitud con los hallazgos de este estudio.

Becerra et al.,⁽⁸⁾ también confirman que el estrés fue uno de los principales problemas emocionales reportados, especialmente por mujeres. Este estrés afectó directamente las estrategias que emplearon para enfrentar los desafíos diarios, lo que puede haber influido en su capacidad para mantener un bienestar emocional. En este estudio, no se observó una correlación significativa entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de ansiedad y depresión. Esto puede estar relacionado con la complejidad de la interacción entre estos constructos. Investigaciones como las de Smith et al.,⁽¹⁸⁾ y Taylor,⁽¹⁹⁾ sugieren que, aunque las estrategias de afrontamiento pueden tener un impacto positivo en la reducción del estrés, su relación con la ansiedad y la depresión es más compleja, estando influenciada por factores como las características individuales y el apoyo social disponible.

En cuanto a las limitaciones del estudio, se destaca el tamaño de la muestra y el diseño transversal. Además, la investigación se realizó en un grupo específico de profesionales de la salud, lo que podría limitar la generalización de los resultados a otras ocupaciones o poblaciones con diferentes características sociodemográficas. Las particularidades del entorno laboral de los profesionales de enfermería, como los turnos extensos, la sobrecarga laboral y la exposición constante a situaciones emocionalmente demandantes, también podrían haber influido en los hallazgos.

Las implicaciones prácticas de estos resultados son claras y fundamentales. Es crucial diseñar programas de intervención psicológica que promuevan el desarrollo de estrategias de afrontamiento adaptativas e incluyan componentes educativos, herramientas prácticas y espacios seguros para la expresión emocional. Además, dichos programas deben considerar las particularidades culturales y socioeconómicas de los participantes. Por ejemplo, en contextos de recursos limitados, podrían implementarse estrategias costo-efectivas como talleres grupales o intervenciones digitales para maximizar el alcance.

En definitiva, la implementación de estos programas podría tener beneficios a largo plazo tanto para los profesionales de enfermería, como también para el sistema de salud en general, al reducir el ausentismo, el agotamiento profesional y los costos asociados con la atención de problemas de salud mental no tratados. Este enfoque integral es clave para construir sistemas de salud más resilientes y mejor preparados para afrontar futuras crisis.



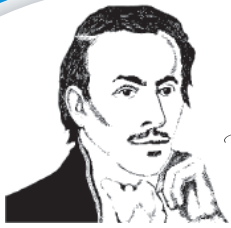
CONCLUSIONES

Este estudio destacó una correlación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la salud mental de las enfermeras durante la pandemia de COVID-19, respaldando la hipótesis planteada. Se observó que estrategias de afrontamiento efectivas, como la solución de problemas y el apoyo social, contribuyen a la reducción del estrés percibido, mejorando el bienestar psicológico en contextos de alta demanda.

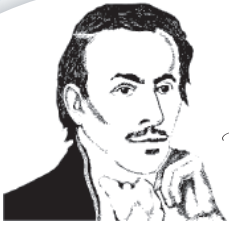
Sin embargo, no se encontró una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de ansiedad o depresión, lo que sugiere que estos aspectos pueden estar influenciados por otros factores externos o internos no evaluados en este estudio. Esto aporta evidencia sobre la importancia del estudio de las estrategias de afrontamiento en la gestión del estrés entre los profesionales de enfermería, resaltando la relevancia de las intervenciones dirigidas a mejorar la salud mental en contextos críticos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Declaración sobre la pandemia de COVID-19. [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2020 [citado 10 Ago 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es>.
2. Pardos J, Miret C, Godoy P. Impacto psicosocial de la COVID-19 en los profesionales de los Servicios de Vigilancia Epidemiológica de Cataluña. Rev Esp Salud Pública [Internet]. 2023 [citado 10 Ago 2024]; 97(22):1-22. Disponible en: https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/resp/v97/1135-5727-resp-97-e202311094.pdf.
3. De La Cruz-Vargas J. Protegiendo al personal de la salud en la pandemia COVID-19. Rev. Fac. Med. Hum. [Internet]. 2020 [citado 1 Sep 2024]; 20(2): 173-174. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9569758>.
4. Organización Mundial de la Salud. Estado de la enfermería en el mundo 2020: invertir en educación, empleos y liderazgo. [Internet]. 2020 [citado 20 Ago 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240003279>.
5. Chew NWS, Lee GKH, Tan BYQ, et al. A multinational, multicentre study on the psychological outcomes and associated physical symptoms amongst healthcare workers during COVID-19. [Internet]. 2020 [citado 1 Sep 2024]. Brain Behav Immun; 88:559-565. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32330593/>.
6. Lai J, Ma S, Wang Y, et al. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. JAMA Netw [Internet]. 2020 [citado 1 Sep 2024]. 3(3): e203976. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32202646/>.



7. Moyano M, Tello A, Zalamea S. Diagnóstico de los niveles de burnout de los decanos, subdecanos, directores de carrera y miembros de las juntas académicas de la Universidad del Azuay y su relación con las estrategias de afrontamiento [tesis en Internet]. Azuay: Universidad del Azuay; 2024. [citado 3 Sep 2024]. Disponible en: <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/6567>.
8. Becerra A, López M, Pérez R. Conocimiento de la COVID-19, afrontamiento y resiliencia en mujeres mexicanas: comparación por niveles de estrés. *Interacciones. Advances in Clinical Psychology*. [Internet] 2022 [citado 3 Sep 2024]; 2(1):76-76. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2413-44652022000100001&script=sci_arttext&tlng=en.
9. Narváez H, Obando-Guerrero L, Hernández-Ordoñez K, Cruz-Gordon E. Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. *Univ. Salud*. [Internet] 2021 [citado 3 Sep 2024]; 23(3):207-216. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-71072021000300207&script=sci_arttext.
10. Zhang C, Yang L, Liu S, et al. Survey of Insomnia and Related Social Psychological Factors Among Medical Staff Involved in the 2019 Novel Coronavirus Disease Outbreak. *Front Psychiatry*[Internet] 2020 [citado 6 Sep 2024]; 11 (1): 306. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7171048/>.
11. Ortiz BF. Propiedades psicométricas de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M) en población adulta residente en Yopal-Casanare. [Tesis en Internet]. Colombia: Universidad Autónoma de Bucaramanga; 2021 [citado 8 Sep 2024]. Disponible en: <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/15709>.
12. Alфонsson S, Wallin E, Maathz P. Factor structure and validity of the Depression, Anxiety and Stress Scale-21 in Swedish translation. *J Psychiatr Res*. [Internet] 2017 [citado 15 Sep 2024]; 144:334-339. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28124410/>.
13. Palomino KM. Síndrome de Burnout y desempeño laboral en el personal de enfermería del servicio médico de la Refinería Conchan de Petroperú durante la pandemia Covid-19, Lima 2022 [tesis en Internet]. Lima: Universidad César Vallejo; 2021 [citado 15 Sep 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/85ff1fb3-9060-4a7f-a6b0-b2f272dbb111>.
14. Noguera H. Fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento en relación al estrés laboral: una experiencia de sistematización. *Enfermería Actual de Costa Rica. Rev. Enf. Act. Costa Rica* [Internet] 2021 [citado 20 Sep 2024]; 40 (1):8. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-45682021000100008&script=sci_arttext.
15. Moreno M. Importancia de los modelos conceptuales y teorías de enfermería: experiencia de la Facultad de Enfermería de la Universidad de La Sabana. *Aquichan* [Internet]. 2005 [citado 30



Oct 2024];5(1):28-37.Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972005000100005&lng=en.

16. Hernández A, González J, Garza R, Valdés K, Pérez B. Ansiedad, desesperanza y afrontamiento ante el COVID-19 en usuarios de atención psicológica. *Actas Españ Psiquiatría*. [Internet]. 2022 [citado 30 Oct 2024]; 36(132):17-28. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972005000100005&lng=en.
17. Baca D, Aiquipa J, Barboza M, Ibáñez J, Oré L. Impacto psicológico y estrategias de afrontamiento en adultos peruanos durante la pandemia del Covid-19. *Index Enferm*. 2022 [citado 31 Oct 2024]; 31(2):61-65. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962022000200003.
18. Smith MA, Alloy LB, Lazarus RS. El proceso de gestión de situaciones estresantes. Nueva York: Guilford Press; 2018.
19. Taylor SE. *Health Psychology*. 9th ed. New York: McGraw-Hill; 2014.