



# Carga laboral y calidad de vida en profesionales de enfermería de un servicio de emergencia de un hospital público peruano

Workload and quality of life in nursing professionals in an emergency service of a Peruvian public hospital

Tatiana Flores-Serván <sup>1\*</sup>, Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes <sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidad Nacional de San Martín, Tarapoto, Perú

**Recibido:** 28 Nov. 2025 | **Aceptado:** 05 Ene. 2026 | **Publicado:** 20 Ene. 2026

**Autor de correspondencia:** tafloress@alumno.unsm.edu.pe

**Cómo citar este artículo:** Flores-Serván, T. & Del-Aguila-Paredes, D. N. (2026). Carga laboral y calidad de vida en profesionales de enfermería de un servicio de emergencia de un hospital público peruano. *Revista Salud Amazónica y Bienestar*, 5(1), e1315. <https://doi.org/10.51252/rsayb.v5i1.1315>

## RESUMEN

En enfermería, la carga laboral y la calidad de vida expresan el equilibrio entre las demandas físicas, cognitivas y emocionales del trabajo. Se tuvo como finalidad examinar la correlación entre la carga laboral y la calidad de vida en profesionales de enfermería del servicio de emergencia Hospital II - 1 Moyobamba, 2025. Los objetivos específicos fueron: identificar el nivel de carga laboral y calidad de vida del personal, y determinar qué dimensión de la carga laboral se relaciona más con la calidad de vida. Siendo un estudio no experimental, descriptivo-correlacional con 93 enfermeros, usando instrumentos validados y análisis en SPSS v25 (Spearman y regresión lineal múltiple). Los hallazgos evidenciaron niveles medios de carga laboral en dimensiones física (64,5%), mental (50,5%) y psicoafectiva (62,4%), y una calidad de vida regular en dimensiones física (51,6%), material (54,8%), social (52,7%), emocional (50,5%) y de desarrollo/actividad (66,7%). Además, la carga mental mostró mayor asociación con la calidad de vida ( $\beta = 0,435$ ;  $p = 0,001$ ), y la correlación entre carga laboral y la calidad de vida fue negativa y significativa ( $\rho = -0,482$ ;  $p = 0,000$ ). Se concluye que mayor carga laboral reduce el bienestar de los enfermeros, requiriendo fortalecer la gestión hospitalaria.

**Palabras clave:** emergencias; enfermería; entorno laboral; salud ocupacional

## ABSTRACT

In nursing, workload and quality of life reflect the balance between the physical, cognitive, and emotional demands of the job. This study aimed to examine the relationship between workload and quality of life among nursing professionals in the emergency department of Hospital II-1 Moyobamba in 2025. The specific objectives were to identify the level of workload and quality of life of the staff and to determine which dimension of workload is most closely related to quality of life. This was a non-experimental, descriptive-correlational study with 93 nurses, using validated instruments and SPSS v25 analysis (Spearman scale and multiple linear regression). The findings revealed moderate levels of workload in the physical (64.5%), mental (50.5%), and psycho-affective (62.4%) dimensions, and a moderate quality of life in the physical (51.6%), material (54.8%), social (52.7%), emotional (50.5%), and developmental/activity (66.7%) dimensions. Furthermore, mental workload showed a stronger association with quality of life ( $\beta = 0.435$ ;  $p = 0.001$ ), and the correlation between workload and quality of life was negative and significant ( $\rho = -0.482$ ;  $p = 0.000$ ). It is concluded that a heavier workload reduces nurses' well-being, necessitating improvements in hospital management.

**Keywords:** emergencies; nursing; work environment; occupational health



## 1. INTRODUCCIÓN

La calidad de vida de los laburadores sanitarios constituye un componente esencial para garantizar bienestar físico y emocional, así como una atención clínica efectiva (1). Mundialmente, el personal de salud presenta elevados niveles de estrés y afectación emocional vinculados a la carga laboral. En India, el 89,5 % de los laburadores reporta baja calidad de vida y más del 90 % presenta síntomas de ansiedad y depresión asociados al aumento de carga asistencial (2). En Estados Unidos, el personal de salud reporta que el 33 % manifiesta ansiedad clínica, el 17 % depresión moderada a severa, y el 14 % padece estrés postraumático afectando su desempeño profesional (3).

En Latinoamérica, el desgaste físico y emocional es una constante debido a condiciones laborales exigentes. En Chile, el 46,7 % de enfermeras presenta agotamiento relacionado con carga laboral, el 72 % culmina la jornada exhausta y el 44,7 % considera su trabajo excesivo (4). En Brasil, el 22,5 % percibe mala calidad de vida y el 27,5 % expresa insatisfacción con su salud, siendo la vitalidad la dimensión más afectada (5). Estos resultados evidencian sobrecarga asistencial y deterioro del bienestar profesional en la región.

En Perú, el 73 % del personal sanitario trabaja entre una y cinco horas adicionales; sin embargo, el 84,5 % no recibe retribución económica proporcional, lo que afecta el equilibrio ocupacional y la vida personal (6). En Lima, el 81,6 % del personal asistencial reporta calidad de vida deficiente debido a sobrecarga laboral y condiciones institucionales desfavorables (7). Y en Moyobamba, según datos internos del hospital, la asistencia de emergencia del Hospital II-1 asigna entre 40 y 50 pacientes por turno a cada enfermera, lo que representa un incremento del 30 % respecto a la carga laboral recomendada por el Ministerio de Salud.

Es así que, este estudio es relevante porque la carga laboral afecta el bienestar corporal, mental, sentimental y social de los laburadores, repercutiendo en la calidad del servicio hospitalario. Analizar esta relación permite sustentar estrategias institucionales orientadas a la delegación del bienestar ocupacional y la mejora del desempeño profesional.

Siendo así que, en estudios internacionales, Cueva (8) en el año 2022 en Quito analiza la vinculación entre calidad de vida laboral y estrés en enfermeras, reportando calidad de vida baja con media de 182,8 y desviación estándar de 35,1; además, el 80,6 % presenta estrés muy alto y el 79,2 % evidencia síntomas fisiológicos. Y Perguachi et al. (9) en el año 2021 en Cuenca reportan bienestar subjetivo adecuado con media 107,07 (P75=120), bienestar laboral con media 38,88 (P75=42) y carga laboral moderada con media 11,12 (P75=13); el 85 % atiende entre uno y cuatro pacientes por turno, y el 57 % indicó que trabajaba en equipos de cinco a nueve enfermeros.

En los estudios nacionales, Rincón (10) en el año 2021 en Lima demuestra una asociación negativa entre carga laboral y competencia profesional ( $\rho = -0,748^{**}$ ). Panta (11) en el año 2021 en Lima identifica que la carga física, mental y emocional afecta el bienestar integral del personal, siendo las dimensiones psicológica y emocional las más comprometidas. Córdova (12) en el año 2023 en Tarapoto determinó que los turnos exigentes y la organización del trabajo afectan la calidad de vida. Huamán et al. (13) en el año 2021 en Tarapoto hallan asociación con significancia entre seguridad en el labor y desempeño laboral, con correlación positiva media ( $\rho=0,628$ ;  $p=0,010$ ).

El sustento teórico de la carga laboral se basa en la Teoría de Demandas y Recursos Laborales, mencionando que altas exigencias con escasos recursos institucionales generan deterioro emocional y disminución del rendimiento, mientras que recursos personales fortalecen la motivación y productividad (14). Por otro lado, el Modelo Demanda-Control menciona que el estrés surge en el momento que se presentan demandas elevadas y baja independencia al tomar disposiciones, ocasionando agotamiento y menor desempeño profesional (15). Y el Modelo de Ajuste Persona-Ambiente, plantea que el bienestar depende del equilibrio entre exigencias del entorno y capacidades individuales (16).

Por otro lado, la teoría de las necesidades humanas de Maslow propone que la calidad de vida se construye de acuerdo a la satisfacción escalonada de exigencias fisiológicas, de seguridad, sociales y de autorrealización, donde al cubrir adecuadamente las más básicas es posible aspirar al desarrollo personal pleno (17). De forma complementaria, la Calidad de Vida Relacionada con la Salud entiende el bienestar como el resultado de la interacción entre el estado físico, psicológico y social y la perspectiva subjetiva que el individuo tiene de su propia salud (18).

Aunque existen estudios relacionados con estrés, competencia profesional y condiciones laborales, no se identifican investigaciones que analicen específicamente la vinculación entre carga laboral y calidad de vida en profesionales del Hospital II-1 de Moyobamba, lo que limita el diseño de intervenciones contextualizadas basadas en evidencia.

El propósito del estudio es determinar la relación entre la carga laboral y la calidad de vida en los profesionales de enfermería del servicio de emergencia del Hospital II-1 Moyobamba en el año 2025, con el fin de aportar evidencia científica para fortalecer la salud ocupacional y mejorar el desempeño asistencial.

## 2. MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio se ejecutó en el Hospital II-1 Moyobamba, ubicado en la Av. Grau, cuadra 4, Barrio Calvario, en la provincia de Moyobamba, departamento de San Martín, Perú, institución perteneciente a la red pública administrada por el Ministerio de Salud.

La indagación fue de tipo básico, debido a que sus variables se sustentaron en teorías científicas orientadas a la comprensión del fenómeno laboral en un contexto hospitalario. Fue descriptivo-correlacional, orientado a describir la vinculación existente entre la carga laboral y la calidad de vida sin establecer causalidad directa. Y el diseño fue no experimental, ya que no se maniobraron variables, limitándose a observar los fenómenos tal como ocurrieron en el entorno asistencial. La población estuvo compuesta por 93 enfermeros del servicio de emergencia del Hospital II-1 Moyobamba en 2025, quienes conformaron también la muestra censal.

La variable carga laboral se definió como la relación entre demandas del trabajo y capacidades del trabajador, medida mediante cuestionario estructurado en 3 dimensiones: carga física, mental y psicoafectiva (19). Por otro lado, la calidad de vida se entendió como la apreciación general de condiciones de vida, evaluada mediante cuestionario con 5 dimensiones: bienestar físico, material, social, emocional y desarrollo/actividad (20).

La carga laboral se midió con el cuestionario de Nieto (21), compuesto por 26 ítems agrupados en 3 dimensiones, y su aplicación original reportó alfa de Cronbach de 0.87. Mientras que la calidad de vida se estableció con el cuestionario de Capuñay (22), compuesto por 24 ítems agrupados en 5 dimensiones, y su confiabilidad obtuvo alfa de Cronbach de 0.840. Ambos instrumentos fueron previamente validados por juicios de expertos y en estudios peruanos sobre población hospitalaria, garantizando pertinencia contextual y consistencia.

En el estudio actual, la confiabilidad se verificó mediante alfa de Cronbach para asegurar estabilidad en la medición, reportándose valores aceptables para los cuestionarios de carga laboral y calidad de vida de 0,871 y 0,964 respectivamente.

En el procedimiento, tras obtener el permiso institucional, se aplicó el consentimiento informado. Luego, se administraron los cuestionarios al personal de enfermería en horarios laborales, evitando interferir con actividades asistenciales.

Se examinó la normalidad de los datos mediante prueba de Shapiro-Wilk. Para análisis descriptivo se usaron tablas de frecuencia, porcentajes y clasificación ordinal de niveles. Posteriormente, se aplicaron pruebas inferenciales (regresión lineal múltiple y el coeficiente de Spearman), para establecer la vinculación entre dimensiones de carga laboral y calidad de vida utilizando SPSS v25.

En las consideraciones éticas, se aplicaron los principios de integridad, respeto, beneficencia y justicia; la participación fue voluntaria, con consentimiento informado y confidencialidad garantizada.

### 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

**Objetivo General.** Evaluar la relación de carga laboral y calidad de vida de los profesionales de enfermería del servicio de emergencia Hospital II - 1 Moyobamba 2025

El análisis correlacional mediante rho de Spearman demostró una asociación negativa y con significancia entre ambas variables ( $\rho = -0,482$ ;  $p = 0,000$ ). Un mayor nivel de carga laboral se asoció con una menor calidad de vida. Los puntajes medios mostraron que el grupo con carga baja presentó mayor calidad de vida ( $86,2 \pm 12,5$ ), mientras que quienes reportaron carga alta presentaron los valores más bajos ( $65,4 \pm 14,7$ ).

**Tabla 1.**

*Relación entre carga laboral y calidad de vida en enfermeros*

	Nivel	f	%	Calidad de vida: Media ( $\pm$ DE)	$\rho$ de Spearman	p-valor
<b>Carga laboral</b>	Bajo	18	19,4	86,2 ( $\pm 12,5$ )	$\rho = -0,482$	0,00
	Medio	47	50,5	74,8 ( $\pm 15,3$ )		
	Alto	28	30,1	65,4 ( $\pm 14,7$ )		
<b>Total</b>		93	100			

Los resultados coinciden con Cueva (8), Panta (11) y Perguachi et al. (9), quienes destacan que factores como el estrés y la sobrecarga afectan el bienestar subjetivo y profesional de los enfermeros. No obstante, difiere de lo planteado por Rincón (10), quien atribuye mayor impacto a la carga física, así como de Huamán et al. (13), quienes señalan que el desempeño se vincula principalmente con condiciones estructurales del entorno laboral; en este estudio, las dimensiones individuales de la carga laboral (física, mental y psicoafectiva) se presentaron como los factores más responsables en el descreimiento de la calidad de vida.

**Objetivo Específico 1.** Identificar el nivel de carga laboral de los profesionales de enfermería del servicio de emergencia Hospital II - 1 Moyobamba 2025

Los hallazgos mostraron que gran parte de los laburadores presentó niveles medios de carga laboral en las 3 dimensiones evaluadas: carga física (64,5 %), carga mental (50,5 %) y carga psicoafectiva (62,4 %). Además, se observó un porcentaje relevante en niveles altos de carga física (22,6%), carga mental (35,5%) y psicoafectiva (28 %), lo que evidenció que un grupo considerable experimentó una demanda laboral significativa en tareas cognitivas y emocionales vinculadas al servicio de emergencia.

**Tabla 2.**

*Nivel de carga laboral en los profesionales de enfermería*

Dimensiones	Criterios	Frecuencia (f) n=93	Porcentaje (%)
<b>D1: Carga física</b>	Bajo (26-43 puntos)	12	12,9
	Medio (44-65 puntos)	60	64,5
	Alto (62-78 puntos)	21	22,6
		13	14,0

<b>D2: Carga mental</b>	47	50,5
	33	35,5
	9	9,7
<b>D3: Carga psicoafectiva</b>	58	62,4
	26	28,0

Los resultados del presente estudio guardan relación con lo hallado por Panta (11), quien evidenció que estas dimensiones influyen directamente en la calidad de vida de los enfermeros, generando un impacto tanto físico como emocional. Asimismo, Perguachi et al. (9), encontró que la carga laboral fue moderada en personal de áreas críticas, con un compromiso constante en la práctica pese a la exigencia de sus funciones. También coinciden con Rincón (10) en Lima, que comprobó que la carga física y mental se relacionan de manera inversa con la competencia profesional, lo cual evidencia que un nivel intermedio de carga puede repercutir en el desempeño.

**Objetivo específico 2.** Analizar el nivel de calidad de vida en profesionales de enfermería del servicio de emergencia Hospital II - 1 Moyobamba 2025

Los hallazgos indicaron que la calidad de vida se ubicó predominantemente en nivel regular en cuatro de sus dimensiones: bienestar físico (51,6 %), bienestar material (54,8 %), bienestar social (52,7 %) y desarrollo/actividad (66,7 %), mientras que el bienestar emocional mostró un comportamiento más parejo, con predominio del nivel regular (50,5 %) y un porcentaje considerable en nivel alto (39,8 %).

**Tabla 3.**

*Nivel de calidad de vida en profesionales de enfermería*

Dimensiones	Criterios	Frecuencia (f) n=93	Porcentaje (%)
D1: Bienestar físico		32	34,4
		48	51,6
		13	14,0
		28	30,1
D2: Bienestar material		51	54,8
		14	15,1
D3: Bienestar social	Malo (0-16 puntos)	27	29,0
	Regular (17-32 puntos)	49	52,7
	Bueno (33-48 puntos)	17	18,3
		9	9,7
D4: Bienestar emocional		47	50,5
		37	39,8
		13	14,0
D5: Desarrollo y actividad		62	66,7
		18	19,4

Estos resultados fueron consistentes con lo señalado por Panta (11), quien atribuye niveles intermedios de bienestar a las exigencias físicas, mentales y emocionales de la labor asistencial. Así como con Perguachi et al. (9), quienes señalan que el personal mantiene compromiso laboral pese a no alcanzar un bienestar óptimo. Y con Córdoba (12), quien señala que los turnos y la organización del trabajo condicionan directamente la calidad de vida. Sin embargo, se difieren con Cueva (8), quien encontró elevados niveles de estrés y desgaste indicador de la calidad de vida, y los de Rincón (10), que planteó una relación inversa más severa entre carga laboral y desempeño profesional.

**Objetivo específico 3.** Examinar la dimensión de carga laboral que tiene la mayor relación con la calidad de vida de los profesionales de enfermería del servicio de emergencia Hospital II - 1 Moyobamba 2025

Para determinar la asociación entre dimensiones de la carga laboral y calidad de vida, se aplicó una regresión lineal múltiple (SPSS v25). Los hallazgos mostraron que la carga mental fue la dimensión con mayor relación con la calidad de vida, particularmente con el bienestar emocional ( $\beta = -0,435$ ;  $p = 0,001$ ), seguida por la carga psicoafectiva ( $\beta = -0,401$ ;  $p = 0,004$ ) y la carga física ( $\beta = -0,312$ ;  $p = 0,015$ ).

**Tabla 4.**

*Dimensión de carga laboral con mayor relación con la calidad de vida del personal*

	Dimensiones calidad de vida					Prueba estadística (Regresión lineal múltiple-SPSS v25)
	Bienestar físico	Bienestar material	Bienestar social	Bienestar emocional	Desarrollo y actividad	
Carga física	f=18 (19,3%)	f=21 (22,5%)	f=15 (16,1%)	f=17 (18,3%)	f=22 (23,6%)	( $\beta = 0,312$ , $p = 0,015$ )
Carga mental	f=25 (26,9%)	f=23 (24,7%)	f=19 (20,4%)	f=27 (29,0%)	f=24 (25,8%)	( $\beta = 0,435$ , $p = 0,001$ )
Carga Psicoafectiva	f=20 (21,5%)	f=19 (20,4%)	f=17 (18,3%)	f=22 (23,6%)	f=15 (16,1%)	( $\beta = 0,401$ , $p = 0,004$ )

Estos hallazgos coincidieron con Simonetti et al. (7), que destacó la influencia de la multitarea en la satisfacción profesional. Asimismo, los resultados se alinearon con Huamán et al. (13), quienes sostuvieron que entornos con alta exigencia técnica y escasez de recursos afectan la estabilidad emocional del personal.

## CONCLUSIONES

El estudio demostró que hay una relación negativa y con significancia entre la carga laboral y la calidad de vida ( $p = -0,482$ ;  $p = 0,000$ ), concluyendo que un incremento en las exigencias laborales disminuye el bienestar integral del personal. Además, los profesionales evaluados presentan predominantemente una carga laboral de nivel medio en sus dimensiones física (64,5 %), mental (50,5 %) y psicoafectiva (62,4 %), determinando parcialmente la persistencia de demandas laborales intensas. Asimismo, la calidad de vida se mantuvo mayoritariamente en nivel regular en las dimensiones física (51,6 %), material (54,8 %), social (52,7 %), emocional (50,5 %) y de desarrollo/actividad (66,7 %), lo que sugiere que aún no se evidencia en totalidad un ambiente laboral beneficioso. Además, la carga mental tuvo mayor relación con la calidad de vida ( $\beta = 0,435$ ;  $p = 0,001$ ), consolidando la influencia de factores cognitivos y emocionales sobre la salud laboral de los enfermeros.

Se recomienda mejorar la organización de turnos y distribuir equitativamente las funciones para reducir la sobrecarga mental y psicoafectiva del personal. La jefatura debe implementar programas de bienestar y autocuidado que incluyan manejo del estrés, pausas activas y soporte emocional, con el fin de preservar la salud del equipo. Asimismo, se recomienda ofrecer capacitación continua en manejo del tiempo y desenlace de problemas, dado el impacto predominante de la carga mental. Finalmente, se plantea establecer estrategias de prevención del desgaste laboral y sistemas de monitoreo permanente de la carga y el bienestar, asegurando condiciones laborales saludables y mejorando la calidad del servicio.

## FINANCIAMIENTO

La presente investigación recibió el apoyo financiero de la Universidad Nacional de San Martín, concurso para la subvención de tesis de pregrado sustentada y aprobada para la obtención del título profesional de la UNSM, periodo 2025, con Resolución N° 1506-2025-UNSM/CU-R.

## CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaramos no tener conflictos de interés.

## CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

1. Conceptualización: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
2. Curación de datos: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
3. Análisis formal: (Tatiana Flores-Serván)
4. Investigación: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
5. Metodología: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
6. Administración del proyecto: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
7. Recursos: (Universidad Nacional de San Martín)
8. Software: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
9. Supervisión: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
10. Validación: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
11. Visualización: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes)
12. Redacción - borrador original: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)
13. Redacción - revisión y edición: (Delicia Nicole Del-Aguila-Paredes; Tatiana Flores-Serván)

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Po-An S, Mu-Chen L, Chiao-Ling W, Ping-Chen Y, Chiao-I C, Meng-Chuan H, et al. The correlation between professional quality of life and mental health outcomes among hospital personnel during the Covid-19 pandemic in Taiwan. *J Multidiscip Healthc*. 2021;14:3485–95. Available from: <https://doi.org/10.2147/jmdh.s330533>
2. Suryavanshi N, Kadam A, Dhumal G, Nimkar S, Mave V, Gupta A, et al. Mental health and quality of life among healthcare professionals during the COVID-19 pandemic in India. *Brain Behav*. 2020;10(11):1837. Available from: <https://doi.org/10.1002/brb3.1837>
3. Young KP, Kolcz DL, O'Sullivan DM, Ferrand J, Fried J, Robinson K. Health Care Workers' Mental Health and Quality of Life During COVID-19: Results From a Mid-Pandemic, National Survey. *Psychiatr Serv*. 2020;72(2):122–8. Available from: <https://doi.org/10.1176/appi.ps.202000424>
4. Simonetti M, Vásquez AM, Alejandra M. Ambiente, carga laboral y burnout en enfermeras de hospitales públicos de Chile. *Rev da Esc Enferm*. 2021;(55):1–9. Available from: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2020-0521>
5. Canova-Barrios C, Oviedo-Santamaría P. Calidad de vida relacionada con la salud en trabajadores de unidades de cuidados intensivos. *Enfermería Intensiva*. 2021;32(4):181–8. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.enfi.2020.11.002>
6. Redacción RPP. Un 73% de trabajadores labora entre 1 y 5 horas diarias más con el teletrabajo. *RPP Noticias [Internet]*. 2021 [cited 2024 Jun 20]; Available from: <https://rpp.pe/economia/economia/un-73-de-trabajadores-labora-entre-1-y-5-horas-diarias-mas-con-el-teletrabajo-empleo-empresas-noticia->

- 1336640#:~:text=Un%2073%25%20de%20los%20trabajadores,un%20a%C3%B1o%20de%20la%20pandemia
7. Llerena AA, López OE. Medidas de bioseguridad y miedo a la COVID-19 asociado a calidad de vida en el trabajo en personal asistencial de salud de un hospital. *Rev Médica Basadrina*. 2022;15(4):16-26. Available from: <https://doi.org/10.33326/26176068.2021.4.1250>
  8. Cueva Pila GC. Calidad de vida en el trabajo y estrés laboral en enfermeras de tres hospitales publicos de Quito, Ecuador 2021-2022 [Internet]. Tesis de dcotorado, Universidad de Concepción; 2022. Available from: <https://repositorio.udec.cl/handle/11594/10089>
  9. Perguachi Vicuña VDP, Ramírez Coronel AA, Mesa Cano IC, Suárez M. Carga laboral como causa de alteración del bienestar psicológico en el personal de enfermería. *Pro Sci* [Internet]. 2021;5(39):1-13. Available from: <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/367>
  10. Rincón Pantoja B. Carga laboral y Competencia profesional del Personal de Enfermería en un Hospital de Lima, 2021 [Internet]. Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo; 2021. Available from: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/84734>
  11. Panta M. Carga laboral y calidad de vida en profesionales de Enfermería de la Unidad de Cuidados intensivos en un Hospital de Lima, 2022 [Internet]. Tesis de posgrado, Universidad María Auxiliadora; 2023. Available from: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1558/TRABAJO%20ACADEMICO%20-%20PANTA%20MORE%20MAGDA%20FRANCISCA-.pdf?sequence=11&isAllowed=y>
  12. Córdova E. Flores K. Estrés laboral y calidad de atención del profesional de enfermería que labora en el servicio de emergencia de un hospital de Tarapoto, 2023 [Internet]. Trabajo académico de segunda especialidad, Universidad Peruana Unión; 2023. Available from: <https://hdl.handle.net/20.500.12840/6343>
  13. Huamán Alva R, Ríos Angulo J. Calidad de vida en el trabajo y desempeño laboral en los colaboradores de la constructora inmobiliaria río Huallaga S.A.C. de la ciudad de Tarapoto, año 2019 [Internet]. Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión; 2021. Available from: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4375>
  14. Bakker AB, Demerouti E. La teoría de las demandas y los recursos laborales [Job demands-resources model]. *Rev Psicol del Trab y las Organ*. 2013;29(3):107-15. Available from: <https://dx.doi.org/10.5093/tr2013a16>
  15. Díez V. Factores de riesgo psicosociales, estrés y sus consecuencias individuales y organizacionales: modelo demanda-control de karasek (1979). Tesis Postgrado, Universidad Nacional De Educación A Distancia; 2015. Available from: <https://hdl.handle.net/20.500.14468/19008>
  16. Berrios MP, García JM. El estado actual de la investigación sobre la congruencia persona-ambiente. Propuesta de aplicación de un diseño experimental. *Apunt Psicol*. 2004;22(2):27-245. Available from: <https://doi.org/10.55414/4953yr90>
  17. Maslow A. A theory of human motivation. Revisión psicológica [Internet]. 1943 [cited 2023 Mar 24];50(4):370–96. Available from: <https://psycnet.apa.org/record/1943-03751-001>
  18. Lizán L. La calidad de vida relacionada con la salud. *Atención Primaria*. 2009;41(7):411-416. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2008.10.019>
  19. Buselli R, Corsi M, Baldanzi S, Chiumiento M, Lupo E Del, Dell'oste V, et al. Professional Quality of Life and Mental Health Outcomes among Health Care Workers Exposed to Sars-Cov-2 (Covid-19).

Int J Environ Res Public Health. 2020;17(17):6180. Available from:  
<https://doi.org/10.3390/ijerph17176180>

20. Jensen N, Lund C, Abrahams Z. Exploring effort-reward imbalance and professional quality of life among health workers in Cape Town, South Africa: A mixed-methods study. Glob Heal Res Policy. 2022;7(1):1-16. Available from: <https://doi.org/10.1186/s41256-022-00242-6>
21. Nieto M. Sobrecarga laboral y satisfacción del personal del Hospital I Pacasmayo, 2018. [Tesis de Maestría] Lima: Universidad César Vallejo; 2019 [citado de 10 de Junio 2021] Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31075/nieto\\_ps.%20pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31075/nieto_ps.%20pdf?sequence=1)
22. Capuñay RE. Sobrecarga laboral y calidad de vida de los profesionales de salud Red 1, Dirección de Redes Integradas de Salud Lima Centro-2018 [Internet]. Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo; 2018. Available from: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/110343/Capuñay\\_CRE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/110343/Capuñay_CRE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)