



Rasgos de personalidad y afrontamiento del estrés en el personal sanitario: revisión bibliográfica

Irina Irasema Intriago Pitti

<https://orcid.org/0009-0003-2569-2592>

Hospital Materno Infantil José Domingo De Obaldía, Panamá

irina.intriago@obaldia.sld.pa

Elizabeth Caro Montero

<https://orcid.org/0000-0003-4516-2495>

Universidad Europea del Atlántico, España

Fecha de recepción: 28 de mayo de 2026

Fecha de aceptación: 27 de junio de 2026

Fecha de publicación: 31 de julio de 2026

DOI: <https://doi.org/10.59722/riic.v3i2.1225>

Cómo citar: Intriago Pitti, I. I., & Caro Montero, E. C. M. (2026). Rasgos de personalidad y afrontamiento del estrés en el personal sanitario: revisión bibliográfica. *Revista Iberoamericana de Innovación Científica JA TUAIDA*, 3(2), 85–126. <https://doi.org/10.59722/riic.v3i2.1225>

RESUMEN

En el personal de salud se identifican múltiples estresores laborales, que pueden perjudicar su salud mental y desempeño profesional. En diversos estudios se sugiere que los rasgos de personalidad influyen en la forma en que estos profesionales afrontan las demandas del entorno clínico. El objetivo de este artículo fue realizar una revisión bibliográfica de estudios empíricos sobre la asociación entre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento al estrés en profesionales de salud. Para ello, se seleccionaron 35 investigaciones publicadas entre 2020 y 2025, centradas en la relación entre los Cinco Grandes Rasgos de Personalidad y la efectividad de estrategias de afrontamiento en contextos sanitarios. La búsqueda bibliográfica se realizó en Google Scholar, SciELO, PubMed, Redalyc y revistas científicas indexadas, con una ecuación booleana documentada, utilizando palabras clave como rasgos de personalidad, cinco grandes, estrés, estrategias de afrontamiento, personal de salud. Se evidencia un predominio de estudios desarrollados en Europa y Asia, en comparación con América Latina. En los resultados se indica que rasgos como el neuroticismo se asocian con las estrategias evitativas y un mayor riesgo del síndrome de burnout; por otro lado, la responsabilidad junto con la extraversión tiene más relación con el afrontamiento activo y con la búsqueda de apoyo social. Los hallazgos permiten identificar áreas de oportunidad para fortalecer las acciones institucionales dirigidas a la prevención del desgaste emocional y al cuidado de la salud mental del personal sanitario. En conclusión, los rasgos de personalidad se asocian



de manera relevante con la adaptación psicológica del personal de salud frente al estrés laboral, lo que sugiere su posible utilidad para la prevención del desgaste emocional y la promoción del bienestar laboral. No obstante, se requieren estudios longitudinales en el contexto latinoamericano.

Palabras clave:

afrentamiento psicológico; agotamiento profesional; estrés laboral; personal de salud; personalidad.

Personality Traits and Coping with Stress among Healthcare Professionals: A Literature Review

ABSTRACT

Healthcare personnel are exposed to multiple work-related stressors that may adversely affect their mental health and professional performance. Previous studies suggest that personality traits influence how these professionals cope with the demands of the clinical environment. The objective of this article was to conduct a literature review of empirical studies examining the association between personality traits and strategies for coping with stress among healthcare professionals. A total of 35 studies published between 2020 and 2025 were selected, focusing on the relationship between the Big Five personality traits and the effectiveness of coping strategies in healthcare settings. The literature search was conducted in Google Scholar, SciELO, PubMed, Redalyc, and indexed scientific journals using a documented Boolean search strategy and keywords such as personality traits, Big Five, stress, coping strategies, and healthcare personnel. The findings reveal a predominance of studies conducted in Europe and Asia compared with Latin America. The results indicate that neuroticism is associated with avoidant coping strategies and a greater risk of burnout, whereas conscientiousness and extraversion are more closely associated with active coping and seeking social support. These findings identify opportunities to strengthen institutional initiatives aimed at preventing emotional exhaustion and protecting and promoting the mental health of healthcare personnel. In conclusion, personality traits are closely associated with the psychological adaptation of healthcare personnel to occupational stress, suggesting their potential usefulness in preventing emotional exhaustion and promoting workplace well-being. Nevertheless, longitudinal studies in the Latin American context are needed.

Keywords:

psychological coping; professional burnout; occupational stress; healthcare professionals; personality



Traços de personalidade e enfrentamento do estresse em profissionais de saúde: revisão bibliográfica

RESUMO

Os profissionais de saúde estão expostos a múltiplos estressores ocupacionais, que podem prejudicar sua saúde mental e seu desempenho profissional. Diversos estudos sugerem que os traços de personalidade influenciam a maneira como esses profissionais enfrentam as demandas do ambiente clínico. O objetivo deste artigo foi realizar uma revisão bibliográfica de estudos empíricos sobre a associação entre os traços de personalidade e as estratégias de enfrentamento do estresse em profissionais de saúde. Para tanto, foram selecionados 35 estudos publicados entre 2020 e 2025, centrados na relação entre os Cinco Grandes Traços de Personalidade e a efetividade das estratégias de enfrentamento em contextos de saúde. A busca bibliográfica foi realizada no Google Scholar, SciELO, PubMed, Redalyc e em periódicos científicos indexados, mediante uma estratégia de busca booleana documentada, utilizando palavras-chave como traços de personalidade, Cinco Grandes, estresse, estratégias de enfrentamento e profissionais de saúde. Evidenciou-se uma predominância de estudos desenvolvidos na Europa e na Ásia, em comparação com a América Latina. Os resultados indicam que traços como o neuroticismo estão associados a estratégias de enfrentamento evitativas e a um maior risco de síndrome de burnout. Por outro lado, a conscienciosidade e a extroversão apresentam maior relação com o enfrentamento ativo e com a busca de apoio social. Os achados permitem identificar oportunidades para fortalecer as ações institucionais voltadas à prevenção do desgaste emocional e ao cuidado da saúde mental dos profissionais de saúde. Conclui-se que os traços de personalidade estão significativamente associados à adaptação psicológica dos profissionais de saúde diante do estresse ocupacional, o que sugere sua possível utilidade para a prevenção do desgaste emocional e a promoção do bem-estar no trabalho. No entanto, são necessários estudos longitudinais no contexto latino-americano.

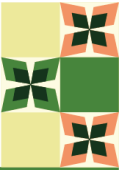
Palavras-chave:

enfrentamento psicológico; esgotamento profissional; estresse ocupacional; profissionais de saúde; personalidade.

Introducción

El trabajo en los servicios de salud implica una exposición continua a situaciones complejas que demandan una elevada carga emocional, cognitiva y organizacional. Este tipo de exposición puede afectar significativamente tanto la salud mental como el desempeño profesional, y favorecer la aparición de ansiedad, depresión y síndrome de burnout. En este contexto, resulta fundamental comprender los factores individuales que influyen en la forma en que los profesionales de la salud afrontan dichas demandas laborales.





Entre los factores psicológicos asociados al afrontamiento del estrés, los rasgos de personalidad han sido ampliamente estudiados debido a su influencia sobre los patrones de conducta, regulación emocional y adaptación al entorno laboral. Morris y Maisto (2009) definen la personalidad como un conjunto relativamente estable de pensamientos, emociones y comportamientos que identifican a un individuo a lo largo del tiempo y en diferentes escenarios. El modelo de los Cinco Grandes Factores, desarrollado por Costa y McCrae (2003), es uno de los modelos más relevantes para el estudio de la personalidad, el cual está compuesto por cinco dimensiones: neuroticismo, extraversión, amabilidad, responsabilidad y apertura a la experiencia. La evidencia ha demostrado que estos rasgos se asocian con la selección de estrategias de afrontamiento y el manejo del estrés laboral. Este último se entiende como la respuesta que experimenta una persona cuando las demandas del entorno sobrepasan sus capacidades o los recursos disponibles para afrontarlas (Vidal Lacosta, 2019). Frente a ello, las estrategias de afrontamiento son mecanismos cognitivos y conductuales que se utilizan para manejar aquellas situaciones que son percibidas como factores que producen estrés (Carver, 1997). Las estrategias de afrontamiento se clasifican en dos grandes grupos: las centradas en el problema y las centradas en la emoción (Lazarus y Folkman, 1984).

En el contexto sanitario, el uso de las estrategias eficaces de afrontamiento resulta crucial para disminuir el impacto negativo del estrés laboral y contribuir a prevenir el síndrome de burnout o síndrome del quemado, el cual se caracteriza por el agotamiento o cansancio emocional, la despersonalización y la baja realización personal (Teixeira et al., 2016). Diversas investigaciones plantean que, por las diferentes exigencias laborales, sobre todo en aquellas áreas de emergencia y atención permanente, los profesionales de la salud suelen ser uno de los grupos más vulnerables a los riesgos psicosociales (Castañeda-Aguilera y García de Alba-García, 2020; Correa Cruzado, 2023; El Bayoumy et al., 2024; Peñafiel-León et al., 2021; Valle Dávila et al., 2023).

Investigaciones empíricas han encontrado asociaciones entre rasgos de personalidad y los estilos de afrontamiento utilizados por el personal de salud. Por ejemplo, la responsabilidad,



la apertura a la experiencia y la amabilidad se han relacionado con estrategias adaptativas centradas en el problema, mientras que el neuroticismo se relaciona con mayor probabilidad de presentar estrés, agotamiento emocional y afrontamiento desadaptativo (Cerda Baltodano et al., 2024; Marcisz-Dyla et al., 2022; Wang et al., 2025). Del mismo modo, factores como la resiliencia y el apoyo social han mostrado efectos protectores sobre el bienestar psicológico y la adaptación ocupacional (Labrague y De Los Santos, 2020; Lee et al., 2025; López García et al., 2024).

Los resultados publicados muestran la existencia de una heterogeneidad que se puede atribuir a diferencias en las metodologías e instrumentos, el contexto (áreas de urgencias, cuidados intensivos, atención primaria) y la población (enfermeras, médicos, técnicos, entre otros). Por ejemplo, en algunos estudios se identifica la extraversión como principal predictor de apoyo social (Marcisz-Dyla et al., 2022), mientras que en otros se otorga mayor peso a la responsabilidad (Ye et al., 2025).

El objetivo de esta revisión bibliográfica es identificar y describir los principales hallazgos empíricos sobre la asociación entre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento del estrés laboral en el personal de salud.

Metodología

La presente investigación corresponde a una revisión bibliográfica de alcance descriptivo, orientada a identificar, organizar y analizar la evidencia empírica para relacionar los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento del estrés en profesionales de la salud. Aunque el estudio no se desarrolla como una revisión sistemática, se trabaja bajo criterios formales de transparencia, trazabilidad y reproducibilidad. Asimismo, se toma como referencia el diagrama de flujo PRISMA para transparentar la selección de fuentes (Yepes-Núñez et al., 2021).

La búsqueda se realizó del 14 de marzo al 5 de junio de 2026 en las siguientes bases de



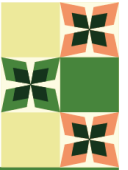
datos: Google Scholar, PubMed, SciELO, Redalyc y revistas científicas indexadas; de tal manera que se realiza una mayor cobertura regional e internacional. La búsqueda se inició a partir de tres bloques conceptuales básicos: la personalidad, el afrontamiento y el personal sanitario. En el área de la personalidad se incluyeron términos relacionados con los rasgos de personalidad y el modelo Big Five o de los Cinco grandes. En el bloque correspondiente al afrontamiento se incorporaron palabras relacionadas al afrontamiento psicológico, afrontamiento del estrés y las estrategias de afrontamiento. Y, por último, se delimitó al personal de salud con profesiones como enfermeras, médicos y trabajadores de la salud. Se incluyó combinaciones de términos tanto en español como en inglés.

Se utilizó la siguiente ecuación de búsqueda que se adapta a cada base de datos: ("personality traits" OR "Big Five" OR "extraversion" OR "openness" OR "agreeableness" OR "conscientiousness" OR "rasgos de personalidad" OR "cinco grandes" OR "neuroticismo" OR "extraversión" OR "apertura" OR "afabilidad") AND ("coping strategies" OR "coping" OR "stress coping" OR "afrontamiento" OR "afrontamiento al estrés" OR "estrategias de afrontamiento") AND ("health personnel" OR "healthcare workers" OR "nurse" OR "physicians" OR "personal de salud" OR "trabajadores de la salud" OR "enfermeras" OR "médicos" OR "profesionales de la salud").

La búsqueda se adapta a cada base de datos, según los siguientes criterios:

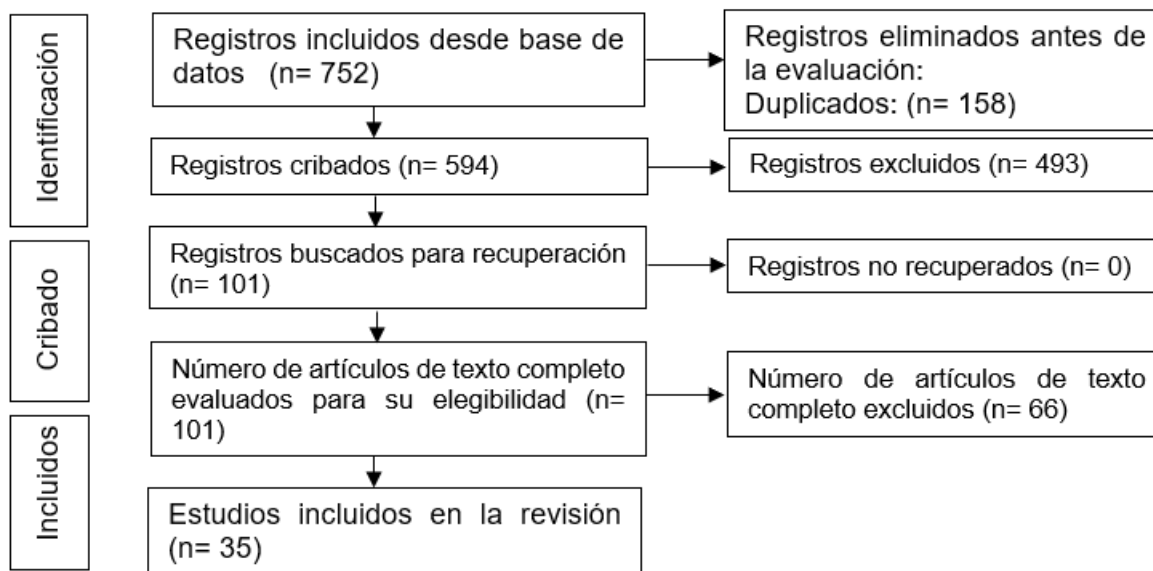
- PubMed: se utilizan términos MeSH y el uso de palabras clave libres combinados con los operadores booleanos.
- SciELO y Redalyc: se utilizan los descriptores en español e inglés en los campos del título, resumen y las palabras clave.
- Google Scholar y revistas científicas: se utilizan combinaciones de términos principales y los filtros considerados relevantes.

Además, se aplicaron los siguientes filtros: artículos publicados entre enero de 2020 y diciembre de 2025, en inglés y español, y estudios empíricos originales, tanto cuantitativos como mixtos. De igual forma, se revisaron las referencias cruzadas de artículos relevantes.



- Criterios de inclusión:
 - Estudios empíricos originales.
 - Profesionales de la salud y estudiantes de formación clínica.
 - Instrumentos validados para la medición de los rasgos de personalidad.
 - Instrumentos validados para la medición de las estrategias de afrontamiento.
 - Publicaciones realizadas entre los periodos 2020 y 2025.
- Criterios de exclusión:
 - Estudios con poblaciones que no eran del sector salud.
 - Artículos de opinión y revisiones narrativas.
 - Instrumentos sin la debida validez o fiabilidad.
 - Publicaciones fuera del periodo 2020-2025.

La búsqueda inicial permitió identificar 752 registros. Después de eliminar 158 duplicados, se conservaron 594 registros para la fase de cribado. En esta etapa, se revisaron 594 títulos y resúmenes, se excluyeron 493 artículos por cumplir criterios de exclusión, principalmente por corresponder a la población no sanitaria, presentar diseño no empírico o no incluir mediciones de personalidad o afrontamiento. Posteriormente, se evaluaron los 101 artículos restantes a texto completo, de los cuales se excluyeron 66: 25 no incluyen una medida válida de afrontamiento, 13 no separan resultados por profesiones sanitarias, 18 corresponden a revisiones no originales y 10 no se encuentran en texto completo. Finalmente, se incluyeron 35 estudios en la revisión. El proceso de selección se resume en el diagrama de flujo presentado en la Figura 1.


Figura 1
Flujo de selección de estudios incluidos en la revisión bibliográfica


Dado que este estudio corresponde a una revisión bibliográfica descriptiva, no se realizó evaluación sistemática del riesgo de sesgo. Sin embargo, se excluyeron aquellos estudios que empleaban instrumentos no validados. La información de los artículos seleccionados se organiza en una matriz analítica presentada en la Tabla 1, que incluye autor/año, país, diseño metodológico, muestra, instrumentos de medición, hallazgos, limitaciones y pertinencia para el estudio. Esto permite identificar patrones consistentes, contrastes entre los estudios analizados y los vacíos de investigación, especialmente, en relación con la escasez de estudios longitudinales y estudios empíricos en América Latina.

Se lleva a cabo un análisis mediante síntesis narrativa y agrupación de los temas. Los resultados se organizan según los rasgos de los Cinco Grandes y variables psicosociales asociadas, como el neuroticismo y afrontamiento evitativo, responsabilidad y afrontamiento centrado en el problema, extraversión y apoyo social, amabilidad y afrontamiento cooperativo, apertura a la experiencia y reevaluación positiva. Además, se incluyeron burnout, resiliencia y bienestar ocupacional para robustecer los hallazgos. La organización temática de los estudios permite pasar de una simple recopilación de investigaciones a desarrollar un análisis comprensivo de la evidencia, en la que se resaltan no sólo los rasgos



relacionados con ciertas estrategias de afrontamiento, sino también la importancia que esta relación puede tener para la salud mental laboral del personal sanitario.

Aunque la presente investigación corresponde a una revisión bibliográfica y no implica la participación directa de seres humanos, se mantienen criterios de integridad académica durante todo el proceso. Para ello, se verifica la correcta citación de las fuentes consultadas, se eliminan registros duplicados y se realiza la revisión de los textos completos seleccionados. Esta transparencia metodológica permite comprender el proceso de selección de los estudios y que se pueda valorar adecuadamente el alcance de las conclusiones derivadas de la evidencia analizada.

La metodología empleada no solo brinda un marco para la selección y organización de la evidencia, sino que también facilita la comprensión de la utilidad práctica de la revisión al identificar diferencias individuales en los rasgos de personalidad asociadas con estrategias adaptativas de afrontamiento del estrés en el entorno sanitario. En este sentido, los hallazgos pueden orientar futuras investigaciones longitudinales y contribuir al diseño de programas dirigidos a prevenir el síndrome de burnout, fortalecer la resiliencia y promover el bienestar psicológico del personal de salud.

Si bien esta revisión no incluye una revisión formal del riesgo de sesgo propia de las revisiones sistemáticas, los estudios seleccionados son valorados según criterios de pertinencia metodológica previamente establecidos. Para ello, se considera su relación directa con los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento, la inclusión de población sanitaria o estudiantes de formación clínica, el uso de instrumentos con validación científica, la claridad de los diseños metodológicos, la consistencia de los hallazgos reportados, las limitaciones reconocidas de los autores y la contribución al objetivo de la presente revisión. Con base en estos criterios, se distinguen estudios centrales, que evalúan de manera directa los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento; además de estudios complementarios, que aportan evidencia sobre burnout, resiliencia, ansiedad, regulación emocional y bienestar ocupacional relacionados con el estrés laboral en el ámbito sanitario.



En consecuencia, la interpretación de los hallazgos se realizó considerando las fortalezas y las limitaciones metodológicas de cada estudio, y así evitar el establecimiento de niveles de evidencia que pudieran corresponder a los de una revisión sistemática.

A continuación, en la Tabla 1, se presenta la matriz analítica resumida de dichos estudios, en donde se incluyeron: autor/año, país, diseño y hallazgos principales. En los anexos, se presenta el cuadro completo con los indicadores ya señalados y se incorporó la muestra, instrumentos, limitaciones y la pertinencia para el artículo.

Tabla 1
Matriz analítica resumida de los estudios

Autor/Año	País	Diseño	Hallazgos principales
Alcaraz et al. (2023)	Paraguay	Transversal	Prevalencia del síndrome de burnout 46.5 % en residentes, evidencia necesidad de prevención en formación médica
Alomoto Alomoto y Mena Freire (2022)	Ecuador	Transversal	Correlación positiva entre el estrés laboral y e impulsividad en personal sanitario
Armenta Osuna y García Flores (2022)	México	Transversal correlacional	32 % presentó altos niveles de desgaste profesional, 63.4 % se ubicó en riesgo, se identificaron trastornos internalizantes
Attar et al. (2025)	Marruecos	Transversal	Se evidenció la necesidad de brindar capacitación en técnicas de afrontamiento efectivas para manejar reacciones emocionales ante situaciones críticas
Ayala et al. (2021)	Panamá	Transversal	Se observó aumento de burnout asociado a la pandemia COVID-19 en personal de salud



Carbajal Malpartida y Alania Accilio (2025)	Perú	Transversal	Las estrategias de afrontamiento se vincularon con salud mental en enfermeros durante la pandemia
Carranza-Lira y Toribio-Cortés (2020)	México	Transversal	La depresión se correlacionó con burnout en residentes.
Castelo-Rivas et al. (2023)	Cuba	Transversal	La regulación emocional y la atención plena se relacionan con estrés percibido en personal de salud.
Castañeda-Aguilera y García de Alba-García (2020)	México	Transversal	Prevalencia de burnout de 45.9 %, requieren medidas preventivas e intervenciones institucionales.
Cerda Baltodano et al. (2024)	Nicaragua	Longitudinal con curva de crecimiento	Psicoticismo presentó las puntuaciones más altas, se evaluó el efecto predictor de dimensiones de personalidad sobre estrés laboral en enfermería.
Correa Cruzado (2023)	Perú	Transversal	Implementar estrategias de afrontamiento puede reducir el estrés en enfermería de emergencia.
Croghan et al. (2021)	Estados Unidos	Transversal	Las enfermeras presentaron mayor estrés, los médicos mayor resiliencia. La resiliencia protegió frente al estrés percibido.
El Bayoumy et al. (2024)	Egipto	Observacion al	Estrés y ansiedad relacionados con mecanismos de afrontamiento centrado en el problema y emoción, unido con los rasgos de personalidad.
Hebel et al. (2025)	Polonia	Transversal	La resiliencia correlacionó positivamente



con afrontamiento orientado a tareas y satisfacción vital.

Janicka et al. (2020)	Polonia	Transversal	Relación entre rasgos seleccionados y flexibilidad de afrontamiento fue baja, edad y antigüedad actuaron como posibles moderadores.
Labrague y De Los Santos (2020)	Filipinas	Transversal	La resiliencia redujo la ansiedad, el apoyo social funcionó como factor protector.
Lee et al. (2025)	China	Transversal	Alto agotamiento y despersonalización; la resiliencia, familia y amigos se asociaron con mejor afrontamiento.
López García et al. (2024)	México	Correlacional	La resiliencia y la realización personal actuaron como factores protectores frente al burnout.
Marcisz-Dyla et al. (2022)	Polonia	Transversal	La extraversión permitió una predicción de búsqueda de apoyo emocional; la responsabilidad y la resiliencia presentaron relación con afrontamiento más adaptativo y manejo del estrés.
Monterrosa-Castro et al. (2020)	Colombia	Transversal	Síntomas de ansiedad y estrés laboral se asociaron al contexto COVID-19.
Pakou et al. (2024)	Grecia	Transversal	Neuroticismo incrementó el riesgo de burnout en personal de UCI, las diferencias de vulnerabilidad emocional se explican a través de los rasgos de personalidad.
Papakiriacopulos y Preuss (2023)	Argentina	Correlacional	La resiliencia se asoció con menores niveles de burnout en el personal de emergencias.



Peñafiel-León et al. (2021)	Ecuador	Transversal	Aproximadamente un tercio presentó malestares psicológicos, resiliencia y afrontamiento se vincularon con adaptación ante COVID-19.
Pozos-Radillo et al. (2022)	México	Transversal	La valoración positiva disminuyó percepción negativa y amenazas, afrontamiento como recurso protector.
Puia et al. (2025)	Rumanía	Transversal	Los médicos usaron más el afrontamiento centrado en el problema, las enfermeras usan más las estrategias centradas en la emoción, apoyo social sirve como protector.
Puig-Lagunes et al. (2021)	México	Transversal	Ansiedad estado y rasgo en nivel medio al término de la licenciatura, relación con burnout.
Reynaldos-Grandón y Pedrero (2020)	Chile	Exploratorio	La intervención basada en atención plena mostró utilidad para reducir burnout en enfermería.
Rodríguez-Aguirre et al. (2023)	México	Transversal	El agotamiento emocional se asoció con problemas de control de impulsos y factores psicosociales
Sharma et al. (2024)	India	Comparativo	Los estudiantes con personalidad introvertida reportaron mayor nivel de estrés; se comparó capacidad de afrontamiento según rasgos de personalidad.
Ta'an et al. (2024)	Jordania	Transversal	Estrés y afrontamiento predijeron calidad de vida, se requiere intervención de gestores para fortalecer estrategias adaptativas.



Traverso Zumaeta et al. (2023)	Perú	Transversal	La inteligencia emocional se correlacionó positivamente con el afrontamiento al estrés, destacaron planificación, reinterpretación positiva y afrontamiento religioso.
Valle Dávila et al. (2023)	Ecuador	Correlacional	Nivel medio de estrés y relevancia de los procesos de afrontamiento-adaptación en enfermería durante COVID-19.
Velepucha Gualan et al. (2024)	Ecuador	Transversal	Las estrategias más utilizadas fueron evitación del problema, revaloración positiva y focalización en solución de problemas, se recomienda apoyo social institucional.
Wang et al. (2025)	China	Transversal	El afrontamiento sirve como mediador en la relación entre rasgos de personalidad y bienestar laboral. La responsabilidad se vinculó con el uso de estrategias más adaptativas.
Ye et al. (2025)	China	Transversal	Responsabilidad se asoció con afrontamiento positivo y menor estrés, reforzando el papel de factor protector.

Resultados

En los 35 estudios incluidos en la presente revisión se evidencia que el modelo de los Cinco Grandes Rasgos de Personalidad constituye el principal marco teórico utilizado para analizar la relación entre personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés en profesionales de la salud. Los hallazgos se organizaron en categorías temáticas según los rasgos de personalidad y variables psicosociales asociadas.



Neuroticismo y afrontamiento evitativo

En los siete estudios (Alomoto Alomoto y Mena Freire, 2022; Armenta Osuna y García Flores, 2022; Cerda Baltodano et al., 2024; Marcisz-Dyla et al., 2022; Monterrosa-Castro et al., 2020; Pakou et al., 2024; Rodríguez-Aguirre et al., 2023) se reporta que el neuroticismo se asocia consistentemente con estrategias de afrontamiento evitativo y centradas en la emoción, caracterizadas por la negación, la rumiación y la dificultad para la regulación emocional. En el personal de enfermería de Nicaragua. Según el estudio de Cerda Baltodano et al. (2024) se encontró una correlación positiva entre el estrés laboral y el neuroticismo ($r = 0.52$, $p < 0.01$). Asimismo, en Pakou et al. (2024) observaron en profesionales de las Unidades de Cuidados Intensivos que el neuroticismo incrementaba el riesgo de burnout ($OR = 2.34$).

Responsabilidad y afrontamiento centrado en el problema

En nueve estudios (Carbajal Malpartida y Alania Accilio, 2025; Hebel et al., 2025; Janicka et al., 2020; Lee et al., 2025; Marcisz-Dyla et al., 2022; Sharma et al., 2024; Ta'an et al., 2024; Wang et al., 2025; Ye et al., 2025) se coincide en que la responsabilidad o consciencia se relaciona de manera positiva con el afrontamiento activo, caracterizado por la planificación, la organización y la toma de decisiones orientadas a la solución de situaciones estresantes. Este rasgo se asocia con menores niveles de agotamiento emocional, mayor desempeño laboral y mayor satisfacción profesional, especialmente cuando coexiste con bajos niveles de neuroticismo. En Ye et al. (2025) hallaron, en una muestra de 424 enfermeras en China hallaron que la consciencia mediaba la relación entre el bienestar y el estrés (efecto indirecto $\beta = 0.31$, IC 95% [0.22, 0.40]).

Extraversión y apoyo social

En seis estudios (Croghan et al., 2021; Labrague y De Los Santos, 2020; Marcisz-Dyla et al., 2022; Puia et al., 2025; Velepucha Gualan et al., 2024; Wang et al., 2025) se indica que la extraversión se vincula principalmente con la búsqueda de apoyo social como estrategia de afrontamiento, lo que facilita la interacción interpersonal y el uso de redes de apoyo emocional e instrumental. Esta característica favorece una mejor adaptación psicológica al entorno laboral, al permitir la expresión emocional y la reducción del impacto del estrés



ocupacional. En médicos polacos, Marcisz-Dyla et al. (2022) encontraron que la extraversión predecía el uso de apoyo emocional ($\beta = 0.42$, $p < 0.001$).

Amabilidad y afrontamiento cooperativo

En tres (3) estudios (Cerdeira Baltodano et al., 2024; Puia et al., 2025; Wang et al., 2025) se reporta una fuerte relación entre la amabilidad y las estrategias de afrontamiento cooperativas orientadas al apoyo emocional, las cuales permiten desarrollar relaciones interpersonales positivas en el ambiente laboral.

Apertura a la experiencia y reevaluación positiva

En nueve estudios (Attar et al., 2025; Carranza-Lira y Toribio-Cortés, 2020; Castelo-Rivas et al., 2023; Lee et al., 2025; Pozos-Radillo et al., 2022; Puia et al., 2025; Reynaldós-Grandón y Pedrero, 2020; Traverso Zumaeta et al., 2023; Wang et al., 2025) se asocia la apertura a la experiencia con el uso de estrategias de afrontamiento más flexibles, con adaptabilidad cognitiva y orientadas a una reevaluación positiva ante factores estresantes. De igual manera, este rasgo se relaciona con mayor creatividad cognitiva, adaptación al cambio y la reinterpretación constructiva de los eventos estresores, lo que favorece una adaptación psicológica más estable. En profesionales de cuidados críticos, en Lee et al. (2025) se encuentra que la apertura se correlacionaba con un mayor nivel de resiliencia ($r = 0.38$).

Burnout, resiliencia y bienestar ocupacional

De manera transversal, en siete de los estudios analizados se evidencia que la estabilidad emocional, la responsabilidad y la extraversión se asociaron con mayores niveles de resiliencia y bienestar psicológico. En cambio, el neuroticismo se relaciona de forma directa con el síndrome de burnout, el cual se caracteriza por el agotamiento o cansancio emocional, la despersonalización y disminución de la realización personal (Alcaraz et al., 2023; Ayala et al., 2021; Pakou et al., 2024; Papakiriapoulos y Preuss, 2023; Puig-Lagunes et al., 2021). Por su parte, se encuentra que la resiliencia actúa como ese factor protector relevante frente al impacto del estrés laboral, lo que permite la adaptación ocupacional en profesionales sanitarios (Croghan et al., 2021; Hebel et al., 2025; Lee et al., 2025).



En conjunto, los resultados indican que los rasgos de personalidad se relacionan significativamente con la selección de estrategias de afrontamiento. Mientras que la estabilidad emocional, la responsabilidad y la extraversión favorecen estrategias adaptativas, el neuroticismo incrementa la vulnerabilidad al estrés y al desarrollo de burnout en el personal de salud.

Discusión

Más allá de las asociaciones que se observaron entre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento, la evidencia que se revisa permite identificar patrones relativamente consistentes y algunas discrepancias de consideración. En los estudios se sugiere que la personalidad constituye un factor relevante en la forma en que los profesionales responden al estrés laboral; sin embargo, dicho efecto parece estar condicionado por variables contextuales como la carga de trabajo, la especialidad, la experiencia y los recursos de apoyo disponibles. Esta interacción ayuda a explicar las diferencias encontradas entre los estudios realizados en distintos países y contextos asistenciales.

En particular, el neuroticismo se asocia de manera recurrente con mayores niveles de estrés, burnout y el uso de estrategias evitativas, lo cual coincide con los hallazgos reportados en Pakou et al. (2024), identificaron este rasgo como un factor de vulnerabilidad psicológica en contextos de alta demanda laboral. Los resultados observados en los diferentes contextos culturales y de las áreas de salud, sugieren que el neuroticismo es una característica importante para entender las respuestas que se dan ante el estrés laboral por parte del personal de salud.

Sin embargo, mientras algunos estudios como los de Wang et al. (2025) y Ye et al. (2025) destacan la responsabilidad como el principal predictor de afrontamiento adaptativo otros, como el de Marcisz-Dyla et al. (2022) se sugiere que la extraversión tiene un peso igual o incluso mayor en la utilización de estrategias centradas en el apoyo, lo que evidencia una falta de consenso en la literatura. Estas discrepancias pueden relacionarse con la utilización



de diferentes modelos de personalidad como el Big Five, Eysenck y MMPI; además del uso de distintos instrumentos para evaluar el comportamiento (COPE, Brief COPE y MiniCOPE) y las poblaciones con características ocupacionales heterogéneas (médicos, enfermeras, entre otros). Estas diferencias en las metodologías de investigación dificultan realizar una comparación directa entre los estudios y podrían servir como explicación para la variabilidad observada en los hallazgos.

Asimismo, se observa coincidencia entre las investigaciones revisadas respecto al papel protector de la resiliencia, la cual parece desempeñar un papel mediador entre los rasgos de personalidad y el bienestar psicológico (Lee et al., 2025). No obstante, la heterogeneidad metodológica observada y el predominio de diseños transversales limitan el establecimiento de relaciones causales entre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento. Por ejemplo, Wang et al. (2025) identifican la responsabilidad como uno de los principales predictores de afrontamiento activo, mientras que Marcisz-Dyla et al. (2022) otorgan un papel relevante a la extraversión.

Estas diferencias sugieren que la relación entre la personalidad y afrontamiento no puede explicarse únicamente desde características individuales, sino que debe analizarse junto con los recursos psicológicos susceptibles de fortalecerse mediante intervenciones de reforzamiento.

Adicionalmente, se evidencian vacíos metodológicos importantes en los estudios revisados. De los treinta y cinco estudios incluidos, veintinueve presentan un diseño transversal; lo cual limita la generalización de los hallazgos. Esta observación coincide con lo señalado en Croghan et al. (2021) y Hebel et al. (2025), se destaca la necesidad de desarrollar estudios multicéntricos y longitudinales.

A pesar de estas limitaciones, a partir de los resultados se identifican implicaciones prácticas, siendo las más relevantes las intervenciones psicoeducativas que sirvan para fortalecer el afrontamiento activo y de las cuales se pueden adquirir beneficios al realizar una evaluación inicial para conocer las diferencias individuales en los rasgos de



personalidad, sobre todo identificar a los profesionales con puntuaciones elevadas en neuroticismo.

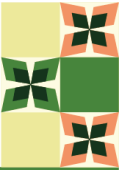
También, resulta pertinente promover programas de apoyo social y entrenamiento en reevaluación positiva, debido a la contribución del fortalecimiento de la resiliencia y a la prevención del desgaste emocional, como se sugiere en Papakiriapoulos y Preuss (2023).

Desde una perspectiva epistemológica, la evidencia encontrada está centrada en asociaciones correlacionales entre personalidad y afrontamiento, con una mínima integración de modelos explicativos que incorporen variables culturales, ocupacionales y organizacionales. De igual forma, se presenta una limitada evidencia longitudinal que permita comprender la dirección temporal de dichas relaciones, especialmente en contextos latinoamericanos.

Por ello, en las futuras investigaciones se debe priorizar el desarrollo de estudios longitudinales en escenarios latinoamericanos, emplear instrumentos de medición estandarizados y explorar el papel mediador de la resiliencia y el apoyo social en la relación entre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento. Este nuevo enfoque permite adquirir un entendimiento más completo de los procesos que influyen en cómo el personal de salud enfrenta el estrés laboral.

Conclusión

Sobre la base de los 35 estudios revisados, se identifica una tendencia consistente que vincula al neuroticismo con el uso de estrategias de afrontamiento evitativas y con una mayor vulnerabilidad al agotamiento emocional (Cerdeña Baltodano et al., 2024; Pakou et al., 2024). En contraste, se observa una asociación más favorable entre la responsabilidad, la estabilidad emocional y las estrategias emocionales con aquellas estrategias de afrontamiento centradas en el problema, lo que se asocia con una mejor adaptación al estrés laboral (Wang et al., 2025; Ye et al., 2025).



Asimismo, la extraversion se relaciona con la búsqueda de apoyo social como estrategia de afrontamiento, aunque la magnitud de esta asociación parece variar según el contexto organizacional y las condiciones laborales (Marcisz-Dyla et al., 2022). A pesar de estos resultados, es necesario interpretar los hallazgos con cautela debido al predominio de diseños transversales, la heterogeneidad de los instrumentos utilizados y la limitada cantidad de estudios longitudinales desarrollados en América Latina.

A partir de la evidencia disponible, se sugiere que los rasgos de personalidad constituyen variables relevantes para comprender las diferencias individuales en el afrontamiento del estrés; sin embargo, su influencia debe analizarse junto con factores organizacionales, laborales y psicosociales.

En consecuencia, se reconoce la necesidad de continuar con el desarrollo de investigaciones longitudinales a nivel general y reforzar las estrategias institucionales orientadas a la promoción del bienestar psicológico del personal de salud.

RECOMENDACIONES

Para futuras investigaciones

Se recomienda desarrollar estudios longitudinales que permitan establecer la dirección temporal entre los rasgos de personalidad, las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout.

Se sugiere abarcar muestras representativas del personal de salud en Latinoamérica, en las cuales se comparen los distintos niveles de atención (primaria, urgencias, cuidados intensivos).

Se propone utilizar instrumentos de medición de personalidad y estrategias de afrontamiento que estén estandarizados y validados en la región. Estos instrumentos deben aplicarse con consentimiento informado y confidencialidad, con finalidad preventiva y de promoción de la salud ocupacional, evitando el uso discriminatorio en cualquier proceso de selección o evaluación del personal.



Para la gestión institucional

Se exhorta a considerar evaluaciones psicológicas validadas como una herramienta complementaria para orientar intervenciones preventivas de bienestar laboral, mediante instrumentos validados, consentimiento informado, confidencialidad e interpretación profesional.

Se aconseja desarrollar protocolos de apoyo diferenciado; por ejemplo: el personal de salud que presente mayores niveles de vulnerabilidad emocional, identificados mediante instrumentos validados e interpretados profesionalmente, podría beneficiarse con intervenciones de autorregulación emocional; mientras que los que se caracterizan por baja extraversión, pueden recibir apoyo mediante programas de mentoría.

Para la salud ocupacional del personal sanitario

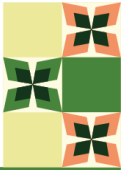
Se sugiere incluir talleres continuos dirigidos al personal de salud, relacionados con el afrontamiento centrado en el problema.

Se recomienda promover la creación de espacios de apoyo social entre pares, utilizando pausas activas supervisadas.

Tabla 2

Síntesis de aportes

¿Qué se sabe sobre el tema?	Qué añade el estudio realizado y sus implicaciones
El personal de salud enfrenta altos niveles de estrés laboral por las demandas físicas, emocionales y cognitivas, lo que afecta su salud mental y desempeño, favoreciendo el desarrollo de ansiedad, depresión, insomnio y burnout. La evidencia científica demuestra que no todos responden igual,	Esta revisión bibliográfica sintetiza y analiza la evidencia disponible, identificando patrones consistentes en la relación entre rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento en personal de salud. Aportando una visión integradora que



llevando al estudio de los rasgos de personalidad.

El modelo de los Cinco Grandes Factores muestra que el neuroticismo incrementa la vulnerabilidad al estrés, mayor inestabilidad emocional y estrategias de afrontamiento desadaptativas. Por otro lado, la extraversión, amabilidad y la apertura a las experiencias se asocian con afrontamiento más efectivo. El afrontamiento proactivo, la resiliencia y el apoyo social, se relacionan con la regulación emocional y el centrarse en el problema, mejorando el bienestar psicológico.

Sin embargo, en los hallazgos se muestra cierta heterogeneidad, sugiriendo la influencia de factores contextuales, metodológicos y poblacionales en relación entre personalidad, afrontamiento y estrés laboral.

permite comprender mejor estas asociaciones en distintos contextos.

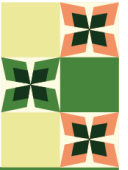
Sus implicaciones incluyen la posibilidad de diseñar intervenciones preventivas y programas de apoyo emocional adaptados a las necesidades psicosociales identificadas, con el fin de mejorar la gestión del estrés laboral, reducir el burnout, fortaleciendo el bienestar psicológico y el desempeño profesional en los entornos sanitarios. Esto incluye programas de manejo de estrés, fortalecimiento de la resiliencia y la promoción de habilidades de afrontamiento adaptativo.

Declaraciones Éticas

El presente estudio es una revisión de literatura y no implicó la recolección de datos de sujetos humanos. Se declara la adhesión a los principios éticos de investigación científica y la correcta citación de fuentes según los estándares internacionales vigentes.

Declaración de uso de inteligencia artificial

Se declara el uso de la herramienta ChatGPT-4 (OpenAI) como apoyo para la corrección gramatical, mejora en la redacción en español y la organización de ideas preliminares. Todo el contenido sustantivo (selección de estudios, análisis de resultados, interpretaciones y conclusiones) fue realizado y validado por las autoras, quienes asumen la responsabilidad integral del manuscrito final.



Contribución de los autores

Irina Irasema Intriago Pitti: conceptualización, investigación, análisis formal, redacción del borrador original y edición.

Elizabeth Caro Montero: metodología, validación, supervisión y revisión.

Financiamiento

Se declara que no se recibe financiación externa para la realización de esta revisión bibliográfica.

Conflictos de Interés

No se reporta conflictos de interés de carácter personal, institucional o financiero relacionados con este trabajo.

Referencias

- Alcaraz Britez, A. G., Alderete Kosian, A. W., Álvarez Brizuela, M. A., Pérez Escurra, E. D., Franco González, L. M., y Sosa González, S. J. (2023). Síndrome de burnout en médicos residentes de medicina interna. *Revista Virtual de la Sociedad Paraguaya de Medicina Interna*, 10(1), 57–66. <https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2023.10.01.57>
- Alomoto Alomoto, J. P., y Mena Freire, M. A. (2022). El estrés laboral y su relación con la impulsividad en el personal sanitario de un hospital. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 9017–9034. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4055
- Armenta Osuna, K. L., y García Flores, R. (2022). Desgaste profesional y trastornos internalizantes en médicos residentes. *Revista de Medicina e Investigación UAEMéx*, 10(1), 20–35. <https://doi.org/10.36677/medicinainvestigacion.v10i1.18738>
- Attar, I., Hadrya, F., Senhaji, M., Cigarroa, I., Bendriss, A., y Sfindla, A. (2025). Comprender las reacciones emocionales y las estrategias de afrontamiento en enfermeros y estudiantes de enfermería marroquíes durante la COVID-19. *Enfermería Clínica*, 36(3), Artículo 502309. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2025.502309>



- Ayala, A., Campos, M., y Fong, J. (2021). El síndrome de burnout en el personal de salud asociado a la pandemia COVID-19. *Saluta*, 3(3), 10–23.
<https://doi.org/10.37594/saluta.v1i3.594>
- Carbajal Malpartida, O. L., y Alania Accilio, I. L. (2025). Estrategias de afrontamiento y estado de salud mental en enfermeros durante la pandemia. *Revista Eugenio Espejo*, 19(2), 61–72. <https://doi.org/10.37135/ee.04.23.05>
- Carranza-Lira, S., y Toribio-Cortés, N. (2020). Frecuencia de depresión y síndrome de burnout en residentes de Ginecología y Obstetricia. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 58(1), 28–36.
https://revistamedica.imss.gob.mx/index.php/revista_medica/article/view/2086
- Castelo-Rivas, W. P., Naranjo-Armijo, F. G., Lucas-Zambrano, M. G., Pinzón-Zambrano, A. M., Pazmiño-Intriago, K. Y., y Quiroga-Encalada, J. L. (2023). Regulación emocional en la relación del mindfulness con el estrés percibido en el personal de salud. *Revista Información Científica*, 102(e4177), 1–10.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.8061618>
- Castañeda-Aguilera, E., y García de Alba-García, J. E. (2020). Prevalencia del síndrome de desgaste profesional (burnout) en médicos especialistas y factores de riesgo. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 58(2), 161–173.
<https://doi.org/10.24875/RMIMSS.M20000014>
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92–100.
https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Cerda Baltodano, J. A., Herrera Calero, O. F., y Amador Jiménez, D. E. (2024). Dimensiones de la personalidad y estrés laboral en los profesionales de enfermería. *Revista Torreón Universitario*, 13(36), 116–125.
<https://doi.org/10.5377/rtu.v13i36.17622>
- Correa Cruzado, W. M. (2023). Factores de estrés y estrategias de afrontamiento en enfermeros del servicio de emergencia. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 3358–3370.
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.840>
- Costa, P. T., y McCrae, R. R. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory*

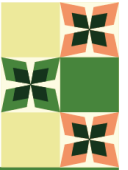


perspective (2nd ed.). Guilford Press.

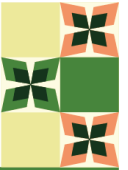
- Croghan, I. T., Chesak, S. S., Adusumalli, J., Fischer, K. M., Beck, E. W., Patel, S. R., Ghosh, K., Schroeder, D. R., y Bhagra, A. (2021). Stress and coping in healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Journal of Primary Care y Community Health*, 12. <https://doi.org/10.1177/21501327211008448>
- El Bayoumy, S. R., Elsheikh, M., Elserafi, D. M., y Elsehrawy, T. M. (2024). Impact of COVID-19 on mental health among healthcare workers in relation to personality and coping mechanisms. *QJM: An International Journal of Medicine*, 117(2), hcae175.541. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcae175.541>
- Hebel, K., Jaltuszezowska, S., Steliga, A., Klosiewicz, T., Slezak, D., y Glowinski, S. (2025). Resilience and coping styles in paramedic students: A cross-sectional analysis of a paramedic student cohort. *Journal of Clinical Medicine*, 14(6), 1879. <https://doi.org/10.3390/jcm14061878>
- Janicka, M. J., Basinska, M. A., y Soltys, M. (2020). Selected personality traits of nurses and flexibility in coping with stress – a moderating role of age and seniority (Rasgos de personalidad seleccionados de las enfermeras y flexibilidad para afrontar al estrés: un papel moderador de edad y antigüedad). *Medycyna Pracy/Workers' Health and Safety*, 71(4), 451–459. <https://doi.org/10.13075/mp.5893.00966>
- Labrague, L. J., y De Los Santos, J. A. (2020). COVID-19 anxiety among front-line nurses. Predictive role of organizational support, personal resilience and social support. *Journal of Nursing Management*, 28(7), 1653–1661. <https://doi.org/10.1111/jonm.13121>
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lee, Y. L., Dai, J. W., Li, X. W., Lin, Y. C., y Wang, C. H. (2025). Exploring burnout, resilience and coping strategies among critical healthcare professionals. *Scientific Reports*, 15, 33144. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-18545-2>
- López García, M. C., Pascacio Lugo, A., y Pérez Soto, E. (2024). Realización personal y resiliencia, factores protectores contra burnout en trabajadores de la salud mexicanos durante la pandemia. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 14(1), e-11208. <https://doi.org/10.18041/2322-634X/rcso.1.2024.11208>



- Marcisz-Dyla, E., Dabek, J., Irzyniec, T., y Marcisz, C. (2022). Personality traits and coping strategies among physicians. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1646. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031646>
- Monterrosa-Castro, A., Dávila-Ruiz, R., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., y Flores-Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195–213. <https://doi.org/10.29375/01237047.3890>
- Morris, C. G., y Maisto, A. A. (2009). *Psicología*. Pearson Educación.
- Pakou, V., Tsartsalis, D., Papathanakos, G., Dragioti, E., Gouva, M., y Koulouras, V. (2024). Personality traits and burnout in ICU professionals. *Healthcare*, 12(5), 587. <https://doi.org/10.3390/healthcare12050587>
- Papakiriapoulos, L. M. C., y Preuss, M. G. (2023). Resiliencia y síndrome de burnout en personal de salud de emergencias de hospitales de zona oeste del Gran Buenos Aires. *Psicología del desarrollo*, 4(3), 51–71. <https://doi.org/10.59471/psicologia202370>
- Peñafiel-León, J. E., Ramírez-Coronel, A. A., Mesa-Cano, I. C., y Martínez-Suárez, P. C. (2021). Impacto psicológico, resiliencia y afrontamiento del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(5), 495–503. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55969712001>
- Pozos-Radillo, B. E., Preciado Serrano, M. L., Plascencia-Campos, A. R., Acosta-Fernández, M., y Aguilera Velasco, M. A. (2022). Estrategias de afrontamiento ante el estrés de estudiantes de medicina. *Investigación en Educación Médica*, 11(41), 18–25. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2022.41.21379>
- Puia, A., Pop, S. R., Manzat, B. O. C., Pinte, S., Puia, I. C., y Fadgyas-Stanculete, M. (2025). Coping strategies among healthcare workers during COVID-19. *Medicina*, 61(2), 311. <https://doi.org/10.3390/medicina61020311>
- Puig-Lagunes, A. A., Ricaño-Santos, K. A., Quiroz-Rojas, E., González-Gutiérrez, R. D., y Puig-Nolasco, A. (2021). Sintomatología de ansiedad y burnout al término de la licenciatura de médico cirujano. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de Córdoba*, 78(1), 25–28. <https://doi.org/10.31053/1853.0605.v78.n1.28447>
- Reynaldós-Grandón, K., y Pedrero, V. (2020). Efectos de una intervención basada en



- atención plena para reducir el nivel de burnout en enfermeras. *Salud Uninorte*, 37(1), 129–138. <https://doi.org/10.14482/sun.37.1.158.72>
- Rodríguez-Aguirre, C. A., García-Flores, R., Sotelo-Castillo, M. A., y Meza-Peña, C. (2023). Factores psicosociales y sociodemográficos asociados con el desgaste profesional en médicos residentes de Sonora México. *Revista Ciencias de la Salud*, 21(3), 1–17. <https://doi.org/10.12804/revista.urosario.edu.co/revsalud/a.11451>
- Sharma, S., Devi, M., y Kan, A. (2024). Un estudio comparativo para evaluar el nivel de estrés y la capacidad de afrontamiento entre estudiantes de enfermería introvertidos y extrovertidos. *Indian Journal of Psychiatric Nursing*, 21(1), 35–43. https://doi.org/10.4103/iopn.iopn_58_23
- Ta'an, W., Yasin, Y., Al-Hammouri, M. M., Aljabali, M., Jaradat, D., Suliman, M., Albashtawy, M., Oweidat, I., y Al-Hamarneh, Y. (2024). Mediating roles of coping in stress and quality of life. *The Scientific World Journal*, 2024(1). <https://doi.org/10.1155/2024/4434406>
- Teixeira, C. a. B., Gherardi-Donato, E. C. da S., Pereira, S. S., Cardoso, L., & Reisdorfer, E. (2016). Estrés laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria. *Enfermería Global*, 15(44), 288-298. <https://www.um.es/eglobal/>
- Traverso Zumaeta, R., Aguirre Mollehuanca, J. P., Talavera, J., y Palomino Baldeon, J. C. (2023). Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en personal de salud. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 23(3), 46–56. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v23i3.5659>
- Valle Dávila, M. F., Acosta Balseca, S. L., Flores Grijalva, M. del C., Hidrobo Guzmán, J. F., y Guerrón Enríquez, S. X. (2023). Estrés y afrontamiento en profesionales ecuatorianos de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Eugenio Espejo*, 17(3), 32–41. <https://doi.org/10.37135/ee.04.18.04>
- Velepucha Gualan, C. A., García Guajala, E. A., y Torres Celi, D. Y. (2024). Estrategias de afrontamiento al estrés laboral utilizadas por profesionales de enfermería. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 311–332. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12186
- Vidal Lacosta, V. (2019). *El estrés laboral: análisis y prevención*. Prensas de la Universidad



de Zaragoza. <https://elibro.net/es/ereader/ulatina/113362>

Wang, F., Li, S., Liu, W., Li, Y., Jia, Q., Wang, J., Zhang, H., Chen, X., Zhao, L., y Liu, Y. (2025). Coping styles as mediators between personality and job well-being. *Frontiers in Public Health*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1642906>

Ye, Q., Zhong, K., y Yuan, L. (2025). High stress, conscientiousness and positive coping: Analysis among nurses and midwives. *BMC Women's Health*, 25, Article 116. <https://doi.org/10.1186/s12905-025-03620-7>

Yepes-Nuñez, J. J., Urrútia, G., Romero-García, M., y Alonso-Fernández, S. (2021). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790–799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>

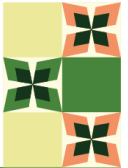
ANEXO

Matriz analítica completa de los estudios

Autor/ Año	País	Diseño	Muestra	Instrumentos	Hallazgos	Limitaciones	Pertinencia para el artículo
Alcaraz et al. (2023)	Paraguay	Transversal	60 residentes medicina interna	Maslach Burnout Inventory,	Prevalencia del síndrome de burnout 46.5% en residentes, evidencia necesidad de prevención en formación médica	Estudio monocéntrico	Central: aporta evidencia de burnout en residentes
Alomoto y Mena Freire (2022)	Ecuador	Transversal	100 médico, auxiliar de enfermería, enfermero, médico residente, fisioterapeuta, laboratorista, farmacia	Escala de estrés laboral OIT-OMS, escala de impulsividad Barrat	Correlación positiva entre el estrés laboral y e impulsividad personal sanitario	Heterogeneidad de profesiones sanitarias	Central: rasgo psicológico asociado al estrés
Armata Osuna	México	Transversal correl	52 médicos residentes	Escala de Desgaste Ocupacio	32% presentó altos niveles de desgaste	Estigma del médico	Central: personalidad clínica y



y	acion	nal,	profesional,	residente	desgaste		
García	al	Inventario	63.4% se ubicó	para	profesional		
Flores		Multifásic	en riesgo, se	solicitar			
(2022)		o de	identificaron	ayuda			
		Personali	trastornos				
		dad de	internalizantes				
		Minnesot					
		a (MMPI-					
		2)					
Attar et	Marru	Trans	118	Escala de	Se evidenció la	Contexto	Central:
al.	ecos	versal	enfermera	Afecto	necesidad de	postpand	aporta
(2025)			s y	Positivo y	brindar	emia, no	afrontamiento
			estudiante	Negativo,	capacitación en	mide	y respuesta
			s de	Cuestion	técnicas de	directame	emocional en
			enfermerí	ario de	afrontamiento	nte Big	salud
			a	afrontami	efectivas para	Five	
				ento del	manejar		
				estrés	reacciones		
				COPE	emocionales		
					ante situaciones		
					críticas		
Ayala	Pana	Trans	2,722	Maslach	Se observó	Variabilid	Central:
et al.	má	versal	médicos,	Burnout	aumento de	ad de	evidencia
(2021)			residentes	Inventory	burnout asociado	población	local/regional
			,		a la pandemia	y	sobre burnout
			enfermero		COVID-19 en	exposició	sanitario
			s		personal de	n	
					salud		
Carbaj	Perú	Trans	100	Escala de	Las estrategias	Ausencia	Central:
al		versal	enfermero	estrategia	de afrontamiento	o	aporta salud



Malpar s s de se vincularon con debilidad mental y
tida y afrontami salud mental en de afrontamiento
Alania ento enfermeros relación en
Accilio modificad durante la entre enfermería
(2025) a (EEC- pandemia algunas
M), estrategia
Escala de y
depresión ansiedad
,
ansiedad
y estrés
(DASS-
21)

Carran Méxic Trans 78 Inventario La depresión se No Central:
za-Lira o versal residentes de correlacionó con precisa relaciona
y de Depresió burnout en temporalidad entre salud mental
Toribio ginecologí n de residentes depresión y desgaste en
- a y Beck, y burnout residentes
Cortés obstetricia Maslach
(2020) Burnout Inventory,

Castel Cuba Trans 384 Mindful La regulación Limitacion Central:
o- versal médicos y Attention emocional y la es variable
Rivas enfermero Awarenes atención plena asociadas psicológica
et al. s Scale, se relacionan a asociada a
(2023) estrés con estrés burocraci regulación
percibido, percibido en a y del estrés.
regulació personal de contexto
n salud institucion
emociona al

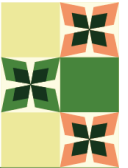


I

Castaño y García de Alba-García (2020) México Trans 196 Maslach Prevalencia de No Central: Burnout burnout de permite sostiene magnitud de Inventory, 45.9%, requieren causalidad, diseño burnout en medidas preventivas e transvers médicos intervenciones al institucionales

Cerda Baltodano et al. (2024) Nicara gua Longit 37 Maslach Psicoticismo Poca Central: Burnout presentó las colaboraci estudio en Inventory, puntuaciones ón del Latinoaméric Inventario más altas, se personal, a, vinculado de evaluó el efecto muestra directamente creci predictor de pequeña, con personalidad mient dimensiones de medicione y estrés o Eysenck personalidad s y estrés laboral sobre estrés limitadas laboral en enfermería

Correa Cruzado (2023) Perú Trans 60 Escala de Implementar Categoría Central: estrés de estrategias de de “otras afrontamiento enfermeros de enfermería afrontamiento estrategia en emergencia, a, puede reducir el s” poco enfermería Cuestion estrés en delimitada de ario de enfermería de emergencia estimació emergencia n de afrontami



				ento				
Crogh	Estad	Trans	302	Escala de	Las enfermeras	Diferencia	Central:	
an et	os	versal	médicos y	estrés	presentaron	s	complementa	
al.	Unido		enfermera	percibido,	mayor estrés, los	interprofe	resiliencia y	
(2021)	s		s	Escala	médicos mayor	sionales,	estrés en	
				Breve de	resiliencia. La	estudio	trabajadores	
				Resilienci	resiliencia	transvers	sanitarios	
				a	protegió frente al	al		
					estrés percibido			
El	Egipto	Obser	200	Escala de	Estrés	y	Muestra	Central:
Bayou		vacio	médicos y	estrés	ansiedad	de	de	integra
my et		nal	enfermera	Covid-19,	relacionados con	diversos	personalidad,	
al.			s	Inventario	mecanismos de	hospitales	estrés, salud	
(2024)				de	afrontamiento	, pero con	mental y	
				Depresió	centrado en el	heterogen	afrontamiento	
				n de	problema y	edad de		
				Beck,	emoción, unido	servicios		
				Inventario	con los rasgos de			
				de	personalidad			
				Personali				
				dad				
				Eysenck				
Hebel	Poloni	Trans	130	Escala de	La resiliencia	Requiere	Central:	
et al.	a	versal	Estudiant	resiliencia	correlacionó	estudios	relevante	
(2025)			es	, escala	positivamente	longitudin	para personal	
			paramédic	de	con	ales,	en formación	
			os	satisfacci	afrontamiento	muestra	clínica	
				ón de	orientado a	estudiantil		
				vida,	tareas y			
				Inventario	satisfacción vital			



de
afrontami
ento

Janick a et al. (2020)	Poloni a	Trans versal	137 enfermeras	Inventario de Personalidad Eysenck	Relación entre rasgos seleccionados y flexibilidad de afrontamiento fue baja, edad y antigüedad actuaron como posibles moderadores	Porcentaje e bajo en flexibilidad, alcance limitado a enfermería	Central: vincula personalidad y flexibilidad en el afrontamiento
Labrague y De Los Santos (2020)	Filipinas	Trans versal	325 enfermeras	Escala Breve de Resiliencia de Connor Davidson (CD-RISC), escala de ansiedad COVID-19, apoyo social	La resiliencia redujo la ansiedad, el apoyo social funcionó como factor protector	Generalización limitada a otras áreas y contextos	Central: aporta variables protectoras relacionadas con el afrontamiento
Lee et al. (2025)	China	Trans versal	254 profesionales sanitarios	Maslach Burnout Inventory, escala de	Alto agotamiento y despersonalización; la resiliencia,	Identificación contextual de la	Central: refuerza resiliencia como



			clínicos	resiliencia	familia y amigos	población,	mediadora/pr
				,	se asociaron con	estudio	otectora
				estrategia	mejor	transvers	
				s de	afrontamiento	al	
				afrontami			
				ento			
López	Méxic	Correl	69	Maslach	La resiliencia y la	Muestra	Central:
García	o	acion	médicos y	Burnout	realización	reducida,	sustenta
et al.		al	enfermera	Inventory,	personal	requiere	programas de
(2024)			s	escala de	actuaron como	ampliar	resiliencia y
				resiliencia	factores	investigac	bienestar
				ER-14	protectores	iones	
					frente al burnout		
Marcis	Poloni	Trans	655	Escala de	La extraversión	Autoinfor	Central:
z-Dyla	a	versal	médicos	resiliencia	permitió una	me puede	conecta los
et al.				, escala	predicción de	presentar	rasgos de
(2022)				de	búsqueda de	sesgo de	personalidad,
				personali	apoyo	respuesta	afrontamiento
				dad,	emocional; la	, diseño	y personal
				Cuestion	responsabilidad	transvers	médico
				ario de	y la resiliencia	al	
				afrontami	presentaron		
				ento del	relación con		
				estrés	afrontamiento		
				Mini	más adaptativo y		
				COPE	manejo del		
					estrés.		
Monter	Colom	Trans	548	Escala	Síntomas de	Contexto	Complement
rosa-	bia	versal	médicos	del	ansiedad y	pandémic	aria: salud
Castro				trastorno	estrés laboral se	o, no	mental y



et al.
(2020)

de asociaron al evalúa estrés laboral
ansiedad contexto COVID- personali en médicos
generaliz 19 dad ni
ada afrontami
(GAD-7), ento
Escala de
miedo
Covid-19,
Estrés
laboral

Pakou
et al.
(2024)

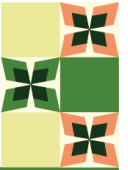
Grecia Trans 503 Maslach Neuroticismo Generaliz Central:
versal intensivist Burnout incrementó el ación relaciona
as, Inventory, riesgo de burnout limitada a personalidad
enfermero Inventario en personal de contextos con desgaste
s de UCI, las de emocional en
Personali diferencias de cuidados contexto
dad de vulnerabilidad intensivos sanitario
Eysenck emocional se crítico
explican a través
de los rasgos de
personalidad

Papaki
riacop
ulos y
Preuss
(2023)

Argent Correl 60 Escala de La resiliencia se Tamaño y Central:
ina acion médicos y resiliencia asoció con tipo de aporta
al enfermero Wagnild- menores niveles población evidencia
s Young, de burnout en el limitan latinoamerica
Maslach personal de generaliz na sobre
Burnout emergencias ación resiliencia y
Inventory burnout

Peñafi
el-

Ecuad Trans 90 Cuestion Aproximadament Mayor Central:
or versal médicos, ario de e un tercio proporción integra



León et al. (2021) enfermera ansiedad presentó n resiliencia, s y STAI, malestares femenina, afrontamiento auxiliares inventario psicológicos, sesgo de y malestar de resiliencia y muestra psicológico depresión afrontamiento se , escala vincularon con de miedo adaptación ante al COVID-19 coronavir us, escala de malestar subjetivo, Escala Breve de Resiliencia de Connor Davidson (CD-RISC), Brief COPE

Pozos-Radillo et al. (2022) México Trans 873 Inventario La valoración Influencia Central: o versal estudiante síntomas positiva de otros pertinente s de de estrés, disminuyó factores para medicina perfil de percepción no formación estrés de negativa y controlad médica Nowack amenazas, os afrontamiento



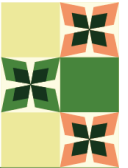
como recurso

protector

Puía et al. (2025) Ruma Trans 388 Cuestion Los médicos Mayor Central: útil
nía versal médicos y ario usaron más el porcentaj para
(2025) enfermera sociodem afrontamiento e comparar
s ográfico, centrado en el femenino, estrategias
escala problema, las contexto por profesión
estrés enfermeras usan COVID-
COVID- más las 19
19, estrategias
Inventario centradas en la
de emoción, apoyo
ansiedad social sirve como
STAI protector

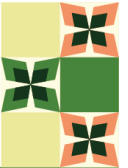
Puig-Lagunes et al. (2021) México Trans 72 Inventario Ansiedad estado Otras Complement
o versal estudiante de y rasgo en nivel variables aria:
es et s de ansiedad medio al término pueden formación
al. medicina estado de la licenciatura, influir en médica,
(2021) rasgo, relación con los ansiedad y
Maslach burnout resultado burnout
Burnout s
Inventory,

Reynaldos-Grandón y Pedrero (2020) Chile Explor 34 Cuestion La intervención Ausencia Central:
atorio enfermero ario de basada en de grupos intervención
s las cinco atención plena de control, de regulación
facetas mostró utilidad muestra emocional
de para reducir pequeña ante burnout
atención burnout en
plena enfermería
(FFMQ),

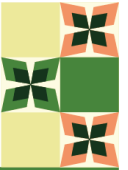


Cuestionario para la evaluación de quemarse en el trabajo (CESQT)

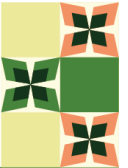
Rodríguez-Aguirre et al. (2023)	México	Transversal	47 médicos residentes	Inventario Multifásico de Personalidad de Minnesot (MMPI), Escala de Desgaste Ocupacional, cuestionario sociodemográfico	El agotamiento emocional se asoció con problemas de control de impulsos y factores psicosociales	Tamaño muestral reducido, análisis de limitado por año de residencia	Central: incluye rasgos/indicadores de personalidad y burnout
Sharma et al. (2024)	India	Comparativo	728 estudiantes de enfermería	Inventario de Personalidad Eysenck, escala de	Los estudiantes con personalidad introvertida reportaron mayor nivel de estrés; se comparó	Autoinforme, población estudiantil, no personal	Central: útil para formación clínica y personalidad afrontamiento



				estrés	capacidad	de	profesion	
				percibido,	afrontamiento	al	en	
				Cuestion	según rasgos de	ejercicio		
				ario de	personalidad			
				afrontami				
				ento del				
				estrés				
				COPE				
Ta'an	Jorda	Trans	203	Escala de	Estrés	y	Necesida	Central:
et al.	nia	versal	enfermera	Depresió	afrontamiento		d de	conecta
(2024)			s	n y Estrés	predijeron		intervenci	afrontamiento
				(DASS-	calidad de vida,	ones y	, estrés y	
				21),	se requiere	seguimien	calidad de	
				Cuestion	intervención de	to, estudio	vida	
				ario de	gestores para	transvers		
				calidad	fortalecer	al		
				de vida	estrategias			
				EUROHI	adaptativas			
				S-QOL				
Traver	Perú	Trans	290	Cuestion	La inteligencia	Muestreo	Central:	con
so		versal	trabajador	ario de	emocional se	no	variable	
Zumae			es	afrontami	correlacionó	probabilís	protectora	
ta et al.			asistencial	ento del	positivamente	tico por	vinculada al	
(2023)			es de	estrés	con	el	afrontamiento	
			hospital	COPE,	afrontamiento	al		
			de tercer	Inventario	estrés,	diseño		
			nivel	de	destacaron	transvers		
				inteligenci	planificación,	al		
				a	reinterpretación			
				emociona	positiva	y		



				I Bar-On afrontamiento religioso				
Valle Dávila et al. (2023)	Ecuador	Correlacional	240 enfermeros	Escalas de estresores laborales, escala de afrontamiento y adaptación en enfermería durante COVID-19	Nivel medio de estrés y relevancia de los procesos de afrontamiento- adaptación en enfermería durante COVID-19	Influencia de las características sociodemográficas, diseño transversal	Central: evidencia latinoamericana sobre estrés y afrontamiento	
Velepucha Gualan et al. (2024)	Ecuador	Transversal	50 profesionales de enfermería de áreas clínico-quirúrgicas	Encuesta de estrategia de afrontamiento	Las estrategias más utilizadas fueron evitación del problema, revaloración positiva y focalización en solución de problemas, se recomienda apoyo social institucional	Muestra pequeña de un solo hospital, no mide personalidad	Central: fortalece afrontamiento en enfermería	
Wang et al. (2025)	China	Transversal	9578 enfermeras	Big Five, estilos de afrontamiento, bienestar laboral	El afrontamiento sirve como mediador en la relación entre rasgos de personalidad y	Posible imposibilidad de inferir causalidad, diseño	Central: articula personalidad, afrontamiento y bienestar ocupacional	



bienestar laboral. transvers

La al

responsabilidad

se vinculó con el

uso de

estrategias más

adaptativas.

Ye	et	China	Trans	424	Big Five,	Responsabilidad	Exclusión	Central:
al.			versal	enfermera	escala de	se asoció con	de los	aporta
(2025)			s		estilos de	afrontamiento	enfermero	evidencia
					afrontami	positivo y menor	s varones,	reciente
					ento,	estrés,	alcance	sobre
					cuestiona	reforzando el	contextual	conciencia,
					rio	papel de factor	limitado	responsabilid
					sociodem	protector.		ad y
					ográfico			afrontamiento

El texto que se publica es de exclusiva responsabilidad de sus autores y no expresa necesariamente el pensamiento de la editorial de la Revista Iberoamericana de Innovación Científica JATUAIDA.



*Esta obra está bajo una Licencia internacional Creative Commons
Atribución – No Comercial – Compartir Igual 4.0*

