

Estrategias de afrontamiento utilizadas por las enfermeras durante la pandemia COVID-19: revisión integrativa



Coping strategies used by nurses during the COVID-19 pandemic: an integrative review

Barrios Barrios, Delia; Escudero Vaca, Irma

 **Delia Barrios Barrios**
delia.barrios@up.ac.pa
Universidad de Panamá, Panamá

 **Irma Escudero Vaca**
irma.escudero@up.ac.pa
Universidad de Panamá, Panamá

Visión Antataura
Universidad de Panamá, Panamá
ISSN: 2309-6373
ISSN-e: 2520-9892
Periodicidad: Semestral
vol. 6, núm. 2, 2022
Luis.rodriguez@up.ac.pa

Recepción: 19 Septiembre 2022
Aprobación: 26 Noviembre 2022

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/225/2254099005/>

Resumen: En el contexto mundial de la pandemia del COVID-19, las enfermeras/os han estado presente en el cuidado de enfermería, por tanto, se ha hecho imprescindible las estrategias de afrontamiento para lidiar con la situación. Esta investigación, identifica las estrategias de afrontamiento utilizadas por las enfermeras y los beneficios de dichas estrategias, durante la pandemia COVID-19. Se trata de una revisión integrativa de estudios originales publicados de marzo 2020 a junio de 2022 en idioma español e inglés. Partimos de la pregunta estructurada ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas por las enfermeras durante la pandemia del COVID-19 y qué beneficios aportaron? La línea de investigación: Práctica en Enfermería. Bases de datos utilizadas, PUBMED, EBSCO Host, LILACS, SCIENCE DIRECT, BVS, SCIELO, MENDELEY y REDALYC. La estrategia que más beneficios aportó a las enfermeras fue la autoeficacia, ya que les permitía evaluar la capacidad con la que contaban para enfrentar los altos niveles de estrés, luego, las centradas en el problema (PFC), centradas en la emoción (EFC) y el desarrollo de la resiliencia.

Palabras clave: adaptación psicológica, comportamiento de afrontamiento, estrategias de afrontamiento, estrés relacionado a la pandemia COVID-19, personal de enfermería hospitalario y no hospitalario.

Abstract: Nurses have been present in nursing care during the global context of the COVID-19 pandemic, therefore, coping strategies to deal with the situation have become essential. This research identifies the coping strategies used by nurses and the benefits of these strategies during the COVID-19 pandemic. It is an integrative review of original studies published from March 2020 to June 2022, both in Spanish and English. We start the structured questions: What are the coping strategies used by nurses during the COVID-19 pandemic? What benefits did they bring? Line of research: Nursing Practice. Databases used, PUBMED, EBSCO Host, LILACS, SCIENCE DIRECT, BVS, SCIELO, MENDELEY and REDALYC. The strategy that provided the most benefits to the nurses was self-efficacy, as it allowed them to assess their ability to cope with high levels of stress, followed by problem-focused (PFC), emotion-focused (EFC) and resilience development.

Keywords: psychological adjustment, coping behavior, coping strategies, COVID-19 pandemic-related stress, hospital nurses and non-hospital nurses.

1. INTRODUCCIÓN

La salud es el bien máspreciado de todos los seres humanos, sin embargo, con el brote de coronavirus (COVID-19) y la declaración de pandemia por la OMS el 11 de marzo 2020, hubo que hacer cambios radicales en muchos aspectos del cuidado de la salud. El cuidado de la salud es fundamental, todos hemos cuidado y se nos ha cuidado en algún momento de nuestras vidas, en estos momentos de pandemia todos debemos cuidarnos y cuidar a los demás. El objetivo de esta investigación está centrado en identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por las enfermeras y los beneficios de dichas estrategias, durante la pandemia COVID-19.

Los profesionales de salud tuvieron que cambiar las estrategias que utilizaban para brindar la atención de salud, el aprender y mantener nuevas rutinas para mantener su seguridad y protección. El aumento acelerado de las personas infectadas por el virus trajo consigo muchas horas de trabajo extra, usando el equipo de protección personal (EPP) por largas horas de trabajo, que, en ocasiones por la falta del mismo, debía usarse por seis horas laborales, donde el personal no podía tomar ni eliminar líquidos.

Por otro lado, durante la pandemia, las noticias acerca de la transmisión del virus, el número de contagios, los muertos, etc., divulgado por las autoridades trajeron mucho temor para toda la población, la forma de comunicar según Sontag, (1979) citado por Bueno Ferran y Barrientos-Trigo (2021), advertía que la forma de expresarnos en torno a la enfermedad como una guerra tiene un efecto negativo doble, por una parte, porque desvirtúa el rigor científico y, por otra parte, degrada a los enfermos; pero especialmente, hacía alusión al desasosiego y el desánimo de enfermos y profesionales. La presión a la cual se enfrentaba el personal de salud hacía que, en ocasiones, las estrategias de afrontamiento les ayudasen a manejar los temores. El afrontamiento acorde a Condori Chambi y Feliciano Cauna (2020) se define como: “un proceso multidimensional, definido a su vez como los esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza el sujeto para poder controlar las demandas externas como algunos factores estresantes” (p.10). Vemos entonces que, el afrontamiento es un factor protector que ayuda a las personas a afrontar las experiencias difíciles de la vida, como lo es el trabajo de enfermería en esta pandemia.

2. MATERIALES Y MÉTODOS

Revisión integrativa de estudios originales publicados de marzo 2020 a junio de 2022 en español e inglés. Se utilizaron bases de datos tales como, PUBMED, EBSCO Host, LILACS, SCIENCE DIRECT, BVS, SCIELO, MENDELEY y REDALYC. La pesquisa de

información estuvo dada por especificidad restringida a términos indexados en Medical Subject Heading (MeSH) y Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y ampliada la búsqueda utilizando los motores booleanos, (ver tabla 1). Luego de identificar los artículos y eliminar los duplicados realizamos la preselección a través de una lectura crítica. Está desarrollado en tres (3) fases a saber: formulación de la pregunta de investigación, estrategia de búsqueda y elección de los artículos y, por último, la lectura crítica de los estudios incluidos.

Fase I. Formulación de la pregunta de investigación

En la tabla 1 presentamos la formulación de la pregunta de investigación, los descriptores claves planteados con la estrategia PICO y las bases de datos utilizadas.

TABLA 1.
Pregunta de investigación y descriptores claves planteados con la estrategia PICO.

Pregunta de investigación	¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas por las enfermeras durante la pandemia del COVID-19? ¿Qué beneficios aportaron las estrategias de afrontamiento para las enfermeras durante la pandemia del Covid-19?
P	Enfermeras de áreas hospitalarias y no hospitalarias
I	Estrategias de afrontamiento
C	No hay comparador
O	Beneficios para las enfermeras.
Descriptores claves	Adaptation, Psychological, AND Nursing Staff OR Nursing Staff, Hospital OR Nursing Staff, No Hospital, AND Coping Behavior OR Coping Strategies AND Nursing Care Management AND Pandemic, COVID-19.
Bases de datos	PUBMED, EBSCO Host, LILACS, SCIENCE DIRECT, BVS, SCIELO, MENDELEY y REDALYC.

elaboración propia.

Fase II. Estrategia de búsqueda y selección de los artículos

La búsqueda de la información fue desarrollada por ambas investigadoras y se tomaron en cuenta los artículos publicados entre marzo del 2020 hasta junio 2022. Se utilizaron (8) ocho bases de datos: PUBMED, EBSCO Host, LILACS, SCIENCE DIRECT, BVS, SCIELO, MENDELEY y REDALYC, y se amplía la búsqueda utilizando los motores booleanos (ver tabla 1).

Criterios de inclusión y exclusión

A fin de elaborar los criterios para la inclusión y exclusión de las investigaciones sin sesgos y de forma completa se utilizó la estrategia **PICO** (ver tabla 1) (Methley et al., 2014), citado por Díaz-Camacho, et al. (2021). Los estudios elegibles para la inclusión fueron todos aquellos que se referían a las y los enfermera/os, tanto a nivel hospitalario y no hospitalario que presentaban las estrategias de afrontamiento utilizadas y los beneficios durante la pandemia del COVID-19. Se tomaron estudios con resumen o abstracto disponibles tanto en español como en inglés que habían sido publicados entre marzo 2020 a junio 2022 y conducidos de forma simultánea por las dos (2) investigadoras.

En cuanto a los estudios no elegibles, es decir, con criterios de exclusión, fueron los estudios con personal no sanitario. Estudios que abordan las estrategias de afrontamiento, pero no relacionadas al ámbito laboral de las enfermeras durante la pandemia del COVID-19 y libros, protocolos, revisiones, editoriales, comunicaciones que no respondan a una investigación relacionada con el tema.

Aspectos éticos

La presente investigación consta de estudios cuantitativos y cualitativos que han sido publicados en las bases de datos y que cumplen con los principios éticos establecidas en el Informe de Belmont.

Fase III. Lectura y análisis crítico de los estudios incluidos

Para sistematizar los estudios seleccionados siguiendo los criterios de inclusión utilizamos una matriz que tomó en cuenta: autores, fecha y país del estudio, objetivos, diseño, muestra y principales resultados (que

involucraran las estrategias de afrontamiento y los beneficios para las enfermeras durante la pandemia del COVID-19). En esta revisión integrativa solo se tomaron en cuenta las publicaciones en el idioma inglés (en su gran mayoría) y español. Se revisaron los estudios para eliminar los

duplicados, además de aplicarles los criterios de inclusión y exclusión, la muestra final fue (27) artículos.

Se identificaron 1237 estudios, de los cuales 589 fueron revisados por tener los descriptores claves en su título o resumen, luego (27) de ellos describe de forma clara las estrategias de afrontamiento utilizadas por las enfermeras en áreas del cuidado de enfermería para luego identificar los beneficios o no de dichas estrategias.

De los veintisiete estudios incluidos en la revisión veintidós estudios (81.5 %) fueron estudios cuantitativos, descriptivos y de corte transversal, y (5) cinco estudios (18.5 %) cualitativos, siendo muy utilizados en la aplicación de instrumentos en línea dada la situación de la pandemia del COVID-19 y realizados en diversos países en el mundo como Jordania, Arabia Saudita, Brasil, España, Ecuador, Sur de África, Polonia, Australia, Madrid, México, Jiangsu: China, Irán, Guayaquil, Taiwán, Perú, Venezuela. Es importante indicar que la mayoría de las investigaciones encontradas fueron realizadas en el contexto hospitalario, es decir, enfermeras hospitalarias (62.3% incluyendo 11.8% en unidades de COVID-19) y en contexto no hospitalario, es decir, atención primaria (37.7%);

En la tabla 2 se puede observar un resumen de los estudios incluidos en la narrativa. Se codifican de manera consecutiva con números arábigos y una letra (A-01- A-27), de igual forma, se cataloga de acuerdo con bases de datos de origen y se designan datos relevantes tales como, título, autor, país, año de publicación y diseño del estudio.

TABLA 2.
Caracterización de los artículos incluidos en la revisión integrativa
según estrategia de búsqueda, marzo 2020 – julio 2022.

N°	Título y Base de Datos	Autor	País y Año	Diseño
A-01	Acute stress disorder, coping self-efficacy and subsequent psychological distress among nurses amid COVID-19. PUBMED	Shahrour, G., & Dardas, L. A.	Jordania, 2020	Diseño cuantitativo, transversal, descriptivo y comparativo.
A-02	Nurses' stressors and psychological distress during the COVID-19 pandemic: The mediating role of coping and resilience. PUBMED	Lorente, L., Vera, M., & Peiró, T.	39 provincias españolas. 2021	Análisis transversal y cuantitativo
A-03	Exploring the Psychological Stress,	Ali, S., Diab, S., & Elmahallawy, E. K.	Arabia Saudita,	Transversal, y cuantitativo.

	Anxiety Factors, and Coping Mechanisms of Critical Care Unit Nurses During the COVID-19 Outbreak. PUBMED		2021	
A-04		Engelbrecht, M. C., Heunis, J. C., & Kigozi, N. G.	Sur de Sudáfrica, 2021	Transversal y cuantitativo.
A-05	The Severity of Traumatic Stress Associated with COVID-19 Pandemic, Perception of Support, Sense of Security, and Sense of Meaning In Life among Nurses: Research Protocol and Preliminary Results. PUBMED	Nowicki, G. J., Ślusarska, B., Tucholska, K., Naylor, K., Chrzan-Rodak, A., & Niedorys, B.	Polonia, 2020	Estudio cualitativo.
A-06	The COVID-19 pandemic - A focus on nurse managers' mental health, coping behaviours and organisational commitment. PUBMED	Middleton, R., Loveday, C., Hobbs, C., Almasi, E., Moxham, L., Green, H., Halcomb, E., & Fernandez, R.	Australia, 2021	Estudio transversal
A-07	Stress and Coping Strategies of Nurses Working with Patients Infected with and Not Infected with SARS-CoV-2 Virus. PUBMED	Puto, G., Jurzec, M., Leja-Szpak, A., Bonior, J., Muszalk, M., & Gniadek, A.	Polonia, 2021	Estudio cualitativo
A-08	Stress and quality of life of Intensive care nurses during the COVID-19 pandemic: Self-efficacy and resilience as resources Nursing in critical care. PUBMED	Peñacoba, C., Catala, P., Velasco, L., Carmona-Monge, F. J., Garcia-Hedreia, F. J., & Gil-Almagro, F.	Madrid, 2021	Cuantitativo transversal.
A-09	Strategies for Coping with Stress Used by Nurses in Poland and Belarus During the COVID-19 Pandemic. PUBMED	Kowalczyk, K., Shpakou, A., Hermanowicz, J. M., Krajewska-Kulak, E., & Sobolewski, M.	Polonia y Bielorrusia, 2022	Cuantitativo y transversal
A-10	Stress among nurses from countries variously affected by the COVID-19 pandemic - results collected in Poland and Iran. Medycyna pracy. PUBMED	Piotrowski, A., Nikkhan-Farkhani, Z., & Makarowski, R.	Polonia e Iran, 2021	Transversal, descriptivo.
A-11	Stress coping strategies used by nurses during the COVID-19 pandemic. PUBMED	Sierakowska, M., & Doroszkiewicz, H.	Noreste de Polonia, 2022	Estudio descriptivo transversal.

TABLA 2.A
 Caracterización de los artículos incluidos en la revisión integrativa según estrategia de búsqueda, marzo 2020 – julio 2022.
 Elaboración propia. Registro de los estudios incluidos en la revisión integrativa.

TABLA 2.B
 Caracterización de los artículos incluidos en la revisión integrativa según estrategia de búsqueda, marzo 2020 – julio 2022.

	con covid-19 cusco Perú. MENDELEY.	Arce, B., Gallegos Laguna, Y., Trineño Huamán, J.		
A-21	Estrés laboral en enfermeras de un hospital público de la zona fronteriza de México, en el contexto de la pandemia covid-19. MENDELEY.	Garca García, P.; Jiménez Martínez, A., Hinojosa García, L., Gracia Castillo, G., Cano Fajardo, L., Abeldaflo Zúñiga, R.	México 2020	Estudio con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, transversal
A-22	Impacto psicológico, resiliencia y afrontamiento del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. REDALYC	Peñafiel-León J., Ramirez-Coronel, A., Mesa-Cano et al.	Venezuela 2021	Enfoque de tipo descriptivo-correlacional de corte transversal.
A-23	Preocupación por el contagio de la COVID-19, apoyo social en el trabajo y ansiedad como predictores de la depresión en enfermeras peruanas. REDALYC.	Carranza E., Maman-Benito, D., Quinteros-Zúñiga, D., Caycho-Rodríguez, T., Blanco Shocosh, D.	Perú 2020	Estudio predictivo de corte transversal
A-24	Sentimientos, estrés y estrategias de adaptación de las enfermeras frente al COVID-19 en Guayaquil, SCIELO.	Franco Coffré, Joley A., & Levi Aguirre, P.	2020 ECUADOR	Estudio cuantitativo descriptivo transversal
A-25	Experiencias de vida y soporte percibido por las enfermeras de las unidades de hemodíalisis hospitalaria durante la pandemia de COVID-19 en España. SCIELO.	Andreu-Peris, D., Ochoando-García, A., Limón-Cáceres, E.	España 2020	Estudio cualitativo fenomenológico
A-26	El trabajo de enfermería en la provincia de Madrid durante el confinamiento por la Covid-19: contexto y experiencias. LILACS.	Peiró Salvador, T., Vera Perea, M., Lorente Prieto, L.	España 2021	Estudio cualitativo.
A-27	Panorama del estrés en personal de enfermería durante la pandemia por SARS-CoV-2. LILACS.	Valencia Gutiérrez, N.; Sánchez Silva, A.	México 2021	Estudio transversal descriptivo

Pubmed |n=15/55.6%| LILACS |n=3/11.1%| REDALYC |n=2/7.4%| MENDELEY |n=5/18.9%| SCIELO |n=2/7.4%|

Elaboración propia. Registro de los estudios incluidos en la revisión integrativa.

TABLA 2.C
 Caracterización de los artículos incluidos en la revisión integrativa según estrategia de búsqueda, marzo 2020 – julio 2022.

A-12	Feelings, Stress, and Adaptation Strategies of Nurses against COVID-19. LILACS	Franco Coffré, J.A. & Levi Aguirre, P. de los Ángeles.	Guayaquil, 2020	Estudio cuantitativo, descriptivo, de corte transversal
A-13	Predictors of Depression In Nurses During COVID-19 Health Emergency: the Mediating Role of Resilience: A Cross-Sectional Study. PUBMED	Chura, S., Saintila, J., Maman, R., Ruiz Maman, P. G., & Morales-García, W. C.	Perú, 2022	Estudio transversal-predictivo.
A-14	Protective Behaviors for COVID-19 Were Associated with Fewer Psychological Impacts on Nurses: A Cross-Sectional Study In Taiwan. PUBMED	Yen, C. C., Chan, M. H., Lin, W. C., & Yeh, S. J.	Taiwan, 2022	Estudio cuantitativo y transversal.
A-15	Psychological Impact on care professionals due to the SARS-Cov-2. PUBMED	Santolalla-Arnedo, I., Pozo-Herce, P. D., De Viñaspre-Hernandez, R. R., Gea-Caballero, V., Juárez-Vela, R., Gil-Fernandez, G., Garrido-García, R., Echantz-Serrano, E., Czapia, M., & Rodríguez-Velasco, F. J.	España, 2022.	Estudio observacional, descriptivo, transversal.
A-16	Impact of COVID-19 on Anxiety, Stress, and Coping Styles In Nurses In Emergency Departments and Fever Clinics: A Cross-Sectional Survey. PUBMED	Cui, S., Jiang, Y., Shi, Q., Zhang, L., Kong, D., Qian, M., & Chu, J.	Jiangsu: China, 2021	Estudio transversal cuantitativo.
A-17	Un estudio cualitativo sobre la experiencia psicológica de los cuidadores de pacientes con COVID-19. MENDELEY	Sun MW, Li SH, Shi Jiao D, Song R, Ma L, Wang H, Wang C, Wang Z, You Y, Liu S, Wang H	China 2020	Cualitativo Enfoque fenomenológico
A-18	Estrés y Afrontamiento en enfermeras del Servicio De Emergencia Covid-19, Hospital Marino Molina. MENDELEY	Becerra Canales, B. D., Camiloagas Vargas, M.E.	Perú 2020	Cuantitativo, diseño no experimental.
A-19	Fortalezas percibidas por las enfermeras durante la crisis de la COVID-19 ¿Dónde está nuestro Llévate razón? MENDELEY	González López, C., Conejo Pérez, N., Amezcua Sánchez, A.	España 2020	Estudio descriptivo transversal.
A-20	Estrés ansiedad y depresión con estilos de afrontamiento en enfermeras en contacto	Virto Concha, C., Virto Farfán, C., Conejo Calderón, A., Loayza Balro, W., Álvarez	Perú 2020	Estudio correlacional, transversal

Elaboración propia. Registro de los estudios incluidos en la revisión integrativa.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para la síntesis y el análisis de la información presentamos a continuación la narrativa de los estudios relacionados con las estrategias de afrontamiento utilizadas por las enfermeras durante la atención en tiempos del COVID-19, haciendo énfasis en los beneficios obtenidos.

En el estudio, trastorno de estrés agudo, autoeficacia de afrontamiento y angustia psicológica posterior entre enfermeras en medio de COVID-19, encontramos que, la autoeficacia tomada en cuenta en la práctica del cuidado como estrategia de afrontamiento reduce la reacción de estrés a través de una evaluación positiva de la capacidad para hacer frente al evento traumático que sería en este caso el cuidado de enfermería en medio de la pandemia. Casi el 65% de la variabilidad en la angustia psicológica de las enfermeras se debió a su sexo, edad, ingresos, antecedentes de trastornos mentales, estrés agudo y autoeficacia para afrontarlo. Las enfermeras más jóvenes tuvieron más propensas a experimentar angustia psicológica que las mayores, por lo que la autoeficacia como estrategia de afrontamiento, se convierte en un factor protector; y brinda un beneficio a las enfermeras de más años de experiencia (Shahrour, G., y Dardas, L. A., 2020).

La investigación sobre, estresores y malestar psicológico de las enfermeras durante la pandemia de COVID-19: El papel mediador del afrontamiento y la resiliencia, analizó el efecto transversal de las fuentes de estrés durante el pico de la pandemia en el malestar psicológico de las enfermeras, centrándose en el papel mediador de las estrategias de afrontamiento: centradas en el problema como en la emoción y la resiliencia. La angustia psicológica (Goldberg, D., 1978), se refiere a los síntomas psicológicos que un individuo ha experimentado en las últimas semanas que implican interrupciones en el funcionamiento normal o saludable. Los resultados ponen en evidencia que todos los estresores tienen una relación significativa, directa y negativa con el malestar psicológico de las enfermeras. Las estrategias centradas en la emoción se relacionan negativamente con el malestar psicológico de las enfermeras de forma directa e indirecta a través de la resiliencia; y las estrategias centradas en el problema se relacionan positivamente con el malestar psicológico de las enfermeras y, negativa e indirectamente, a través de las estrategias centradas en la emoción (Lorente, L. et al., 2021).

La investigación, exploración del estrés psicológico, los factores de ansiedad y los mecanismos de afrontamiento de las enfermeras de la unidad de cuidados intensivos durante el brote de COVID-19 en Arabia Saudita, señala que, los factores que más ansiedad causaron fue el brindar atención a sus colegas infectados y preocuparse por infectar a sus familias. Más de la mitad de los participantes tenían mecanismos de afrontamiento bajos (53,7%) y una cuarta parte tenían mecanismos de afrontamiento moderados (25,4%) y el (20,9%) tenían mecanismos de afrontamiento altos. Además, hubo una fuerte correlación positiva entre la ansiedad y los niveles de estrés, y una, fuerte correlación negativa entre los mecanismos de afrontamiento y los niveles de estrés y ansiedad (Ali, S. et al., 2021).

Por otro lado, el estudio sobre, estrés postraumático y estrategias de afrontamiento de las enfermeras sudafricanas durante la segunda ola de la pandemia de COVID-19 revela que cuatro (4) de cada diez (10) enfermeras dieron positivo para niveles más altos de trastorno de estrés postraumático (TEPT). El riesgo auto informado de contraer COVID-19 se centró principalmente en el incumplimiento de las pautas de prevención de infecciones por parte de los pacientes. La falta de preparación para manejar a los pacientes con COVID-19, la peor salud y el afrontamiento evitativo se asociaron con el TEPT. Las enfermeras expresaron la necesidad de apoyo emocional y empatía por parte de los gerentes (Engelbrecht, M. C., Heunis, J. C., y Kigozi, N. G. 2021). Podemos ver que la estrategia de afrontamiento, evitativa, no proporciona beneficios para las enfermeras, ya que presentaron altos índices de (TEPT), tal como lo señala la investigación dado que los estilos de afrontamiento evitativos incluyen la autodistracción, la negación, el uso de sustancias, la desconexión del comportamiento y la autculabilidad; lo que nos permite comprender, que son estrategias disfuncionales y que se explican claramente por el hecho de tener que enfrentarse al cuidado de enfermería durante la pandemia.

La investigación realizada en Polonia, sobre la gravedad del estrés traumático asociado con la pandemia de COVID-19, la percepción de apoyo, la sensación de seguridad y el sentido de la vida entre las enfermeras, revela que entre las dimensiones del estrés traumático, la puntuación más alta se obtuvo en la dimensión evitación con $1,86 \pm 0,73$, luego en las dimensiones Hiper excitación $1,8 \pm 0,78$ e Intrusión $1,74 \pm 0,83$. En este sentido, el resultado global y los resultados de cada dimensión son superiores a

1,5 en el grupo de estudio, por lo que se pueden reconocer síntomas de estrés traumático (TEPT). Entre las enfermeras participantes, las personas significativas proporcionaron las tasas de apoyo más altas ($22,58 \pm 5,22$). Las enfermeras encuestadas recibieron apoyo individual principalmente de otras personas significativas, es decir, además de familiares y amigos (Nowicki, G. J. et al., 2020).

En la investigación, la pandemia de COVID-19: un enfoque en la salud mental de los gerentes de enfermería, los comportamientos de afrontamiento y el compromiso organizacional que tuvo como objetivo investigar sobre la salud mental, los comportamientos de afrontamiento y el compromiso organizacional entre los gerentes de enfermería demostró que aproximadamente las tres cuartas partes de las enfermeras gerentes tenían puntajes altos de ansiedad. Los gerentes que habían trabajado más tiempo como enfermeros tenían puntajes más altos en estrategias de afrontamiento adaptativo y el (41 %) de los gerentes de enfermería consideraron dejar sus trabajos (Middleton, R. et al., 2021)

Las puntuaciones medias para las estrategias adaptativas fueron 35,9 (DE 7,9) y para las estrategias desadaptativas fueron 19,34 (DE 5,6). Los gerentes que habían trabajado más tiempo como enfermeras tenían puntuaciones más altas para las estrategias de adaptación ($r = 0,265$; $p = 0,43$). Los Gerentes de enfermería con altos niveles de ansiedad tuvieron puntajes más altos para las estrategias desadaptativas ($r = 0,626$; $p = 0,000$), es decir, negación, abuso de sustancias, desahogo, autoinculpación o desconexión conductual (Middleton, R. et al., 2021).

En el estudio, estrés y estrategias de afrontamiento de las enfermeras que trabajan con pacientes infectados y no infectados por el virus SARS-CoV-2, encontraron, de 151 enfermeros encuestados, más de la mitad (52,3%) trabajaban con pacientes infectados y los restantes (47,7%) trabajaban con pacientes no infectados. El nivel de estrés percibido por las enfermeras que trabajan con pacientes infectados fue mayor que entre las enfermeras que trabajan con pacientes sin infección por SARS-CoV-2 ($22,22 \pm 5,94$ vs. $20,21 \pm 5,68$, $p = 0,03$). Las enfermeras que trabajan con pacientes infectados son las que más eligen estrategias de afrontamiento centradas en el problema ($2,00 \pm 0,62$) y las emociones ($2,01 \pm 0,69$), mientras que las que trabajan con pacientes no infectados suelen elegir estrategias centradas solo en el problema ($2,11 \pm 0,58$) (Puto, G. et al., 2021).

La investigación, sentimientos, estrés y estrategias de adaptación de las enfermeras frente al COVID-19, cuyo objetivo fue explorar los sentimientos, factores de estrés y estrategias de adaptación de los enfermeros durante la pandemia del COVID- 19, reveló que la prioridad de los sentimientos humanistas y del deber profesional para estos enfermeros, en su mayoría jóvenes, (59% menores de 35 años y con ejercicio profesional de tres y menos años), frente al temor al contagio y al estrés de un trabajo extenuante. Revelaron, además, la gran importancia que tiene para ellos el soporte institucional, el reconocimiento al personal y la estricta organización de una prestación segura, como estrategias para el afrontamiento de esta difícil experiencia (Franco Coffré, J.A. y Leví Aguirre, P. de los A. 2020).

La investigación sobre, estrés y calidad de vida de enfermeros de cuidados intensivos durante la pandemia de COVID-19: Autoeficacia y resiliencia como recursos para las enfermeras de cuidado crítico, reveló que hubo un efecto indirecto significativo de los niveles de estrés percibido en los componentes de salud física y mental a través de la autoeficacia y la resiliencia. En concreto, una mayor percepción de autoeficacia se asoció con una menor percepción de estrés y una mayor resiliencia, mientras que una mayor resiliencia se asoció con una mayor salud física y mental. Se observó que la autoeficacia por sí sola también media la relación de la percepción del estrés sobre los componentes de la salud física y mental, respectivamente). Sin embargo, la resiliencia por sí sola no fue un mediador significativo de estas asociaciones (Peñacoba, C. et al., 2021).

En el estudio, estrategias para hacer frente al estrés utilizadas por las enfermeras en Polonia y Bielorrusia durante la pandemia de COVID-19, encontraron que el 17,5 % de las enfermeras bielorrusas se sometieron a pruebas para detectar la presencia del virus y solo el 4,8 % se infectaron, mientras que en Polonia fue el 50,6 y el 31,0 %, respectivamente. Las estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron las estrategias activas (afrontamiento activo, planificación) y las menos utilizadas las estrategias de evitación (desvinculación

conductual, consumo de sustancias), en ambos países. Las enfermeras polacas utilizaron significativamente más a menudo que las bielorrusas estrategias de búsqueda de apoyo/orientadas a la emoción, así como estrategias de evitación. No se encontraron diferencias en las estrategias de afrontamiento activo entre ambos grupos. Permanecer en cuarentena o aislamiento domiciliario favoreció

estrategias de afrontamiento más activas, especialmente en el caso de las enfermeras bielorrusas. Hacer una prueba de SARS-CoV-2 no diferenció estadísticamente la elección de estrategias de afrontamiento en el grupo bielorruso. En el grupo polaco, las enfermeras con un resultado positivo en la prueba de SARS-CoV-2 usaron estrategias como apoyo instrumental y apoyo emocional. La infección por el virus SARS-CoV-2 no diferenció estadísticamente cómo se manejaron las situaciones estresantes en el grupo polaco (Kowalczyk, K. et al., 2022).

El estudio, estrés entre enfermeras de países afectados de diversas formas por la pandemia de COVID-19: resultados recopilados en Polonia e Irán, nos señala que las enfermeras polacas e iraníes informaron niveles similares de exceso de trabajo, pero diferían con respecto al nivel de estrés experimentado subjetivamente y utilizaron diferentes estrategias de afrontamiento en diversos grados. El contacto con pacientes infectados con COVID-19 y el trabajo en instalaciones dedicadas a dichos pacientes también moderaron la relación entre el clima de exceso de trabajo y la resiliencia (Piotrowski, A. et al., 2021).

La investigación, estrategias de afrontamiento del estrés utilizadas por las enfermeras durante la pandemia de COVID-19, nos indica que los encuestados presentaron un alto nivel de estrés (PSS-10 - 20,9), relacionado con su experiencia laboral como enfermera (β -0,250, $p = 0,014$), el número de horas trabajadas al mes (β 0,156, $p = 0,015$), y estado de salud autoevaluado (β -0,145, $p = 0,037$). Declararon un sentido de autoeficacia medio (GSES - 29,1) que dependía significativamente de los lugares de actuación de las enfermeras ($p = 0,044$). Fuera de las estrategias de afrontamiento del estrés (Mini-COPE), las enfermeras más jóvenes mencionaron desahogo ($p = 0,010$), apoyo instrumental ($p = 0,011$), sentido del humor ($p = 0,013$) y autoculpabilización (0,031). Las enfermeras de práctica también eligieron la estrategia de desvinculación conductual ($p = 0,032$) y las enfermeras gestoras eligieron la estrategia de planificación ($p = 0,018$) (Sierakowska, M. y Doroszkiewicz, H. 2022).

La investigación de Chura, S. et al. (2022), sobre predictores de depresión en enfermeros durante la emergencia sanitaria por COVID-19; el papel mediador de la resiliencia tuvo como objetivo examinar el papel mediador de la resiliencia en la relación entre el miedo, el estrés y la depresión de las enfermeras, nos revela que las variables estaban significativamente relacionadas ($P < 0,01$). Además, un análisis confirmatorio del modelo hipotético y que utilizó modelos de ecuaciones estructurales muestra que el miedo y el estrés son predictores de depresión, y que la resiliencia desempeña un papel en la mediación del efecto del miedo sobre el estrés.

En este sentido, Chura, S. et al. (2022) en su estudio sobre el impacto psicológico en las enfermeras durante el COVID-19 en un hospital comunitario en Taiwán, determinaron que las estrategias conductuales de afrontamiento tuvieron efectos negativos significativos sobre el PTS (estrés postraumático) y el pesimismo; sin embargo, las estrategias de afrontamiento emocional o centradas en las emociones tuvieron efectos significativamente positivos sobre el PTS y el pesimismo. La alteración del sueño se asoció significativamente con un aumento de MDD (trastorno depresivo mayor) y pesimismo. PCS-12 (trastornos del sueño, resumen del componente físico) tuvo un efecto negativo significativo en PTS, mientras que MCS-12 (trastornos del sueño, resumen del componente mental) no se asoció significativamente con ninguno de los

(3) impactos psicológicos: estrés postraumático, el pesimismo y el trastorno depresivo mayor.

La investigación sobre impacto psicológico en los profesionales asistenciales por el virus SARS-Cov-2 en España, teniendo como objetivo, analizar el impacto psicológico de la pandemia por SARS-Cov-2 en enfermeras en España en tres dimensiones diferentes: exposición a estresores, emociones percibidas y afrontamiento del estrés, revela que la variable sexo en relación a las dimensiones de estudio (estresores, emociones percibidas y estrategias de afrontamiento) presentó una media de estresores de $62,2 \pm 10,5$ en

mujeres y $59,8 \pm 12,5$ en hombres ($p = 0,010$), mostrando diferencias estadísticamente significativas. La edad fue un factor protector para todas las dimensiones ($p < 0,001$). El tiempo de experiencia mostró diferencias estadísticamente significativas para estresores y estrategias de afrontamiento en profesionales con más de 15 años de experiencia (Santolalla-Arnedo, I. et al., 2022).

Cui, S. et al. (2021) en su estudio, impacto de COVID-19 en la ansiedad, el estrés y los estilos de afrontamiento en enfermeras en departamentos de emergencia y clínicas de fiebre (EDFC), reflejó que el (50,55 %) de la muestra, tenían más probabilidades de responder positivamente al estrés, mientras que el (49,45 %) tenían más probabilidades de responder negativamente. Los comportamientos de afrontamiento negativos, como la fantasía, la evitación, la autoinculpación y la indulgencia, tienen un impacto negativo en el bienestar psicológico. Casi la mitad de las enfermeras del (EDFC) respondieron negativamente al estrés, lo que sugiere la necesidad de intervenciones adecuadas para mejorar los estilos de afrontamiento.

En el estudio sobre, la experiencia psicológica de los cuidadores de pacientes con COVID-19, se exploró los beneficios de las estrategias psicológicas que utilizaron las enfermeras, haciendo referencia que tanto las emociones negativas como el miedo, la ansiedad y la preocupación por los pacientes y las emociones positivas como el auto afrontamiento, los ajustes psicológicos, actos altruistas, apoyo de equipo y cognición racional, encontrándose que las emociones positivas ocurrieron simultáneamente con las emociones negativas. Además, que las emociones positivas aparecieron muy lentamente ayudando a mantener la salud mental de las enfermeras (Sun, N. et al., 2020).

Ahora bien, la investigación, estrés y afrontamiento en enfermeras del servicio de emergencia Covid-19, Hospital Marino Molina, señala que, durante la pandemia, entre los enfermeros el 48% presentó estrés alto y el 52% de nivel medio. El 88% de los enfermeros presentaron afrontamiento regular, 8% afrontamiento bueno y 4% malo. Las medidas de afrontamiento estuvieron limitadas como las distracciones que antes de la pandemia se podían utilizar (viajar, salir, ir de compras, etc.), las enfermeras señalaban que utilizaban la lectura, internet y otros medios necesarios para cubrir las carencias y lograr afrontar el estrés a que estuvieron sometidas (Becerra Canales y Camiloagas Vargas, 2020).

Por otro lado, en el estudio, fortalezas percibidas por las enfermeras durante la crisis de la COVID-19 ¿Dónde está nuestro Liderazgo?, se recogieron un total de 1209 fortalezas, siendo las más mencionadas el trabajo en equipo (10,89%) y la perseverancia (10,26%), y las menos mencionadas el liderazgo (0,49%) y la igualdad de oportunidades (0,49%). El trabajo en equipo fue una estrategia que reportó beneficios, ya que el mantener un adecuado ambiente laboral, favoreció la creación de un sistema de apoyo como estrategia que respalda las capacidades psicológicas de las enfermeras. Además, el estudio señala que la toma de conciencia, el fomento del equilibrio de las virtudes y fortalezas del carácter por parte de las enfermeras, fueron estrategias que sirvieron para aumentar la resiliencia en ellas (González López et al., 2020).

Así mismo, la investigación, sentimientos, estrés y estrategias de adaptación de las enfermeras frente al COVID-19, participaron 155 enfermeros. Identificaron como factores que los estresaba: el (99%) la posibilidad de contagiar a su familia, (94%) el contagiarse al manejar a los pacientes, (91%) la falta de equipo de protección. Las estrategias de afrontamiento más utilizadas: seguir estrictas medidas de protección personal en el trabajo y domicilio, el aislamiento social (evitando salir a la calle y los lugares públicos), y adquirir activamente mayores conocimientos sobre el COVID-19 y su manejo similar a las de otros profesionales en epidemias. Además, de estrategias como conversar con familiares y amigos les aliviaba el estrés, así como renovar pensamientos y motivarse positivamente les servía de apoyo (Franco Coffré y Leví Aguirre, 2020).

Estrategias similares se encontraron en el estudio, experiencias de vida y soporte percibido por las enfermeras de las unidades de hemodiálisis hospitalaria durante la pandemia de COVID-19. Se realizaron 10 entrevistas, por audio y video con el programa Skype, se utilizó el método fenomenológico de Colaizzi. Las enfermeras refieren que afrontaron una presión asistencial muy grande, que lo pudieron afrontar con las siguientes estrategias el contar con un sistema de apoyo, el contar con suministros adecuados para brindar los

cuidados a los pacientes del COVID-19, buena distribución de los recursos humanos, tener conocimiento acerca de la enfermedad que enfrentan y tener buenas relaciones interpersonales en el equipo de trabajo. Sentían bienestar contar con una organización para proteger a los miembros del equipo de salud y que fue fundamental fomentar el apoyo entre unos a otros cuando los ánimos fallaban. Además, la solidaridad que sintieron de la sociedad les llenaba de esperanza (Andreu-Periz et al., 2020).

Algo similar a lo anterior fue encontrado en el estudio, sentimientos, estrés y estrategias de adaptación de las enfermeras frente al COVID-19 en Guayaquil. Participaron ciento cincuenta y cinco enfermeros que laboraron durante el pico de la pandemia en los meses de marzo a mayo de 2020, identificándose como estrategias de afrontamiento más usadas, seguir de forma estricta las medidas de protección personal (100%), mantener la ropa separada para la calle y para el trabajo, (100%), adquirir mayores conocimientos sobre la enfermedad, (100%), y evitar salir a lugares públicos, (100%). Las estrategias de comunicación con sus familiares y amigos, los pensamientos

y actitudes positivas, el cuidado de su alimentación, frecuencia de realización de ejercicio físico y actividades de recreación. Todas las estrategias utilizadas por los enfermeros beneficiaban en las dimensiones físicas y emocionales de los enfermeros (Franco Coffré y Leví Aguirre 2020).

En la investigación, experiencias de vida y soporte percibido por las enfermeras de las unidades de hemodiálisis hospitalaria durante la pandemia de COVID-19, participaron diez enfermeras/o de hospitales públicos de España que habían dializado a pacientes con COVID-19. Estudio exploratorio mediante análisis de contenido cualitativo, utilizando el método fenomenológico de Colazzi, recogida de datos a través de entrevistas semiestructuradas a través del programa Skype. Identificaron situaciones como fatiga física, aumento de las cargas de trabajo, falta de material protector y cambios en las indicaciones de los protocolos que generaron mucha ansiedad y estrés. Las enfermeras adoptaron estrategias para gestionar el estrés y la sobrecarga del trabajo con optimismo y apoyándose unas a otras, lo que favoreció una mejor adaptación a la situación (Andreu-Periz et al., 2020).

Por otro lado, en el estudio, el trabajo de enfermería en la provincia de Madrid durante el confinamiento por la COVID-19: contexto y experiencias tuvo como muestra

124 enfermeros/as que trabajaron en las semanas de contagios del COVID-19. Identificaron como estrategias de afrontamiento que les favorecía, planificar lo que iban a hacer 74,2%, la más usada, seguida de, actuar para resolver el problema y aceptar la situación. Por otro lado, conseguir apoyo instrumental, contar con apoyo emocional de otros y por último tratar de ver la situación en positiva, ya que les permite gestionar las propias emociones (Peiró Salvador et al., 2021).

4. CONCLUSIONES

- La autoeficacia como estrategia de afrontamiento proporciona beneficios a las enfermeras de más años de servicio y, se refiere a la capacidad o la confianza del individuo para hacer frente con eficacia a un evento estresante o traumático (Chesney, M.A. et al., 2006), en este caso el cuidado de enfermería en el contexto de la pandemia. Sin embargo, a las enfermeras más jóvenes, la autoeficacia no les ofreció beneficios, toda vez que, de acuerdo a Bandura (1997) la autoeficacia permite a los individuos evaluar su propia capacidad para manejar una situación

amenazante; lo que en este sentido sería la experiencia en el cuidado que aún no tenían las enfermeras. Importante señalar acorde a la investigación que solo la edad, el TEA (trastorno de estrés agudo) y la autoeficacia fueron predictores significativos de angustia psicológica para las enfermeras más jóvenes (Shahrour, G. y Dardas, L. A. 2020).

- Otras, son las estrategias de afrontamiento centradas en el problema PFC (resolver el problema) y centradas en la emoción EFC (regular las emociones) y la resiliencia, en las que media la relación de las enfermeras con el entorno y en este caso el cuidado de enfermería frente al COVID-19, brindan beneficios

positivos a las enfermeras, ya que, hubo una concurrencia simultánea entre ambos tipos de afrontamiento y la resiliencia, mostrando efectivamente un papel adaptativo entre los factores estresantes y la salud mental, a través de la mediación secuencial de PFC-EFC y la resiliencia. De este modo, los datos mostraron que el afrontamiento centrado en la emoción (EFC) es el mediador que transmite todos los efectos positivos del afrontamiento de la angustia psicológica, ya sea directamente o a través de la resiliencia (Lorente, L. et al., 2021).

· Por otro lado, las enfermeras durante esta pandemia han utilizado otras estrategias de afrontamiento tales como, hablar consigo mismo y motivarse para combatir el brote de COVID-19 con una actitud positiva, conversar con familiares y amigos para aliviar el estrés, elegir modos de transporte en solitario, como evitar el transporte público, realizar algunas actividades de ocio en tu tiempo libre y aprendiendo más sobre el COVID-19, su prevención y mecanismo de transmisión (Ali, S. et al., 2021). Si vemos, son estrategias que parten del propio yo: inteligencia emocional, motivación intrínseca, sumado al hecho de poder con otras personas: familia y amigos y al autocuidado como forma de protegerse a sí misma y a los demás; como se explica en el modo de desplazamiento.

· Finalmente, el carácter de las/os enfermeras/os unidos a las estrategias de afrontamiento fue primordial para poder mantener el bienestar y el equilibrio personal para el afrontamiento de esta difícil experiencia (González, López et al., 2020) y (Franco, C. y Leví A. 2020).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andreu-Periz, D., Ochando-García, A., y Limón-Cáceres, E. (2020). Experiencias de vida y soporte percibido por las enfermeras de las unidades de hemodiálisis hospitalaria durante la pandemia de COVID-19 en España. *Enfermería Nefrológica*, 23 (2), 148- 159. <https://doi.org/10.37551/S2254-28842020022>
- Ali, S., Diab, S., y Elmahallawy, E. K. (2021). Exploring the Psychological Stress, Anxiety Factors, and Coping Mechanisms of Critical Care Unit Nurses During the COVID-19 Outbreak in Saudi Arabia. *Frontiers in public health*, 9, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.767517>
- Bandura, A. (1997). *Autoeficacia: el ejercicio del control*. Nueva York: WH Freeman. ISBN978-0-7167-2850-4. OCLC 36074515
- Becerra Canales, B.D., y Camiloaga Vargas, M.E., (2020). *Estrés y Afrontamiento en enfermeras del Servicio De Emergencia Covid-19, Hospital Marino Molina Scippa de Comas, Lima-2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de ICA]. <http://repositorio.autonomaica.edu.pe/bitstream/autonomaica/688/1/Maria%20Estela%20Camiloaga%20Vargas.pdf>
- Bosmans, MWG, van der Knaap, LM y van der Velden, PG (2016). El valor predictivo de la autoeficacia de afrontamiento relacionado con el trauma para los síntomas de estrés postraumático: diferencias entre las víctimas que buscan tratamiento y las que no buscan tratamiento. *Trauma psicológico: teoría, investigación, práctica y política*, 8 (2), 241 – 248. <https://doi.org/10.1037/tra0000088>
- Bueno Ferrán y Barrientos-Trigo (2021) Cuidar al que cuida: el impacto emocional de la epidemia de coronavirus en las enfermeras y otros profesionales de la salud. *Enfermería Clínica*, 31(535-539). <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.05.006>
- Carranza Esteban, Mamani-Benito, Quinteros-Zúñiga, Caycho-Rodríguez, y Blanco Shocosh, (2021). Preocupación por el contagio de la COVID-19, apoyo social en el trabajo y ansiedad como predictores de la depresión en enfermeras peruanas. *Revista Salud Uninorte*, 37(3), 539-552. <https://doi.org/10.14482/sun.37.3.614.5921>
- Chesney, M. A., Neilands, T. B., Chambers, D. B., Taylor, J. M., y Folkman, S. (2006). Un estudio de validez y fiabilidad de la escala de autoeficacia de afrontamiento. *Revista británica de psicología de la salud*, 11(3), 421–437. <https://doi.org/10.1348/135910705X53155>
- Chura, S., Saintila, J., Mamani, R., Ruiz Mamani, P. G., y Morales-García, W. C. (2022). Predictors of Depression in Nurses During COVID-19 Health Emergency; the Mediating Role of Resilience: A Cross-Sectional Study. *Journal of primary care & community health*, 13. <https://doi.org/10.1177/21501319221097075>

- González López, C., Conejo Pérez, N., y Amezcua Sánchez, A. (2020). Fortalezas percibidas por las enfermeras durante la crisis de la COVID-19 ¿Dónde está nuestro Liderazgo?. *Garnata* 23. <http://ciberindex.com/c/g91/e202317>
- Cui, S., Jiang, Y., Shi, Q., Zhang, L., Kong, D., Qian, M., y Chu, J. (2021). Impact of COVID-19 on Anxiety, Stress, and Coping Styles in Nurses in Emergency Departments and Fever Clinics: A Cross-Sectional Survey. *Risk management and healthcare policy*, 14, 585–594. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S289782>
- Díaz-Camacho, R. F., Rivera Muñoz, J. L., Encalada Díaz, I. Ángel, y Romani Miranda, U. I. (2021). La satisfacción estudiantil en la educación virtual: una revisión sistemática internacional. *Chakiñan, Revista De Ciencias Sociales Y Humanidades*, (16), 177–193. <https://doi.org/10.37135/chk.002.16.11>
- Engelbrecht, M. C., Heunis, J. C., y Kigozi, N. G. (2021). Post-Traumatic Stress and Coping Strategies of South African Nurses during the Second Wave of the COVID-19 Pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 18(15), 7919. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157919>
- Condori Chambi y Feliciano Cauna (2020). Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad estado en trabajadores de un Centro de salud en cuarentena por covid-19, Juliaca. [Tesis Licenciatura, Universidad Autónoma de INCA]. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/728/1/Maritzza%20Condori%20Chambi.pdf>
- Franco Coffré, Joicy Anabel y Leví Aguirre, Patricia de los Ángeles. (2020). Sentimientos, Estrés y Estrategias de Adaptación de las Enfermeras frente al COVID-19 en Guayaquil. *Investigación y Educación en Enfermería*, 38 (39). <https://doi.org/10.17533/udea.ice.v38n3e07>
- García García, P., Jiménez Martínez, AA, Hinojosa García, L., Gracia Castillo, GN, Cano Fajardo, LE, y Abeldaño Zuñiga, RA (2020). Estrés laboral en enfermeras de un hospital público de la zona fronteriza de México, en el contexto de la pandemia por COVID-19. *Revista de Salud Pública, edición especial*. 65-73. <https://doi.org/10.31052/1853.1180.v0.v0.31332>
- Hill, N. y Ritt, M. (2019) Las claves del pensamiento positivo. Diez pasos para conseguir más salud, abundancia y éxito. Editorial Taller del éxito. <https://editorialtallerdelexito.com/wp-content/uploads/2019/09/Adelanto-Las-claves-del-pensamiento-positivo.pdf>
- Kowalczyk, K., Shpakou, A., Hermanowicz, J. M., Krajewska-Kułak, E., y Sobolewski, M. (2022). Strategies for Coping with Stress Used by Nurses in Poland and Belarus During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in psychiatry*, 2(13), 867148. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.867148>
- Lorente, L., Vera, M., y Peiró, T. (2021). Nurses' stressors and psychological distress during the COVID-19 pandemic: The mediating role of coping and resilience. *Journal of advanced nursing*, 77(3), 1335–1344. <https://doi.org/10.1111/jan.14695>
- Methley, A. M., Campbell, S., Chew-Graham, C., McNally, R., y Cheraghi-Sohi, S. (2014). PICO, PICOS and SPIDER: a comparison study of specificity and sensitivity in three search tools for qualitative systematic reviews. *BMC health services research*, 14, 579. <https://doi.org/10.1186/s12913-014-0579-0>
- Middleton, R., Loveday, C., Hobbs, C., Almasi, E., Moxham, L., Green, H., Halcomb, E., y Fernandez, R. (2021). The COVID-19 pandemic - A focus on nurse managers' mental health, coping behaviours and organisational commitment. *Collegian*, 28(6), 703–708. <https://doi.org/10.1016/j.colegn.2021.10.006>
- Nowicki, G. J., Ślusarska, B., Tucholska, K., Naylor, K., Chrzan-Rodak, A., y Niedorys, B. (2020). The Severity of Traumatic Stress Associated with COVID-19 Pandemic, Perception of Support, Sense of Security, and Sense of Meaning in Life among Nurses: Research Protocol and Preliminary Results from Poland. *International journal of environmental research and public health*, 17(18), 6491. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186491>
- Peiró Salvador, T., Vera Perea, M., y Lorente Prieto, L. (2021). El trabajo de enfermería en la provincia de Madrid durante el confinamiento por la Covid-19: contexto y experiencias. *Conocimiento Enfermero*, 4(12), 70-82. <https://www.conocimientoenfermero.es/index.php/ce/article/view/148>
- Peñacoba, C., Catala, P., Velasco, L., Carmona-Monge, F. J., Garcia-Hedra, F. J., y Gil-Almagro, F. (2021). Stress and quality of life of intensive care nurses during the COVID-19 pandemic: Self-efficacy and resilience as resources. *Nursing in critical care*, 26(6), 493–500. <https://doi.org/10.1111/nicc.12690>

- Peñafiel-León, J., Ramírez-Coronel, A., Mesa-Cano, I., Martínez-Suárez, P., (2021). Impacto psicológico, resiliencia y afrontamiento del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(3). <https://www.redalyc.org/journal/559/55969712001/>
- Piotrowski, A., Nikkhah-Farkhani, Z., & Makarowski, R. (2021). Stress among nurses from countries variously affected by the COVID-19 pandemic - results collected in Poland and Iran. *Medycyna Pracy*, 72(5), 457–465. <https://doi.org/10.13075/mp.5893.01119>
- Puto, G., Jurzec, M., Leja-Szpak, A., Bonior, J., Muszalik, M., & Gniadek, A. (2021). Stress and Coping Strategies of Nurses Working with Patients Infected with and Not Infected with SARS-CoV-2 Virus. *International journal of environmental research and public health*, 19(1), 195. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010195>
- Santolalla-Arnedo, I., Pozo-Herce, P. D., De Viñaspre-Hernandez, R. R., Gea-Caballero, V., Juarez-Vela, R., Gil-Fernandez, G., Garrido-Garcia, R., Echaniz-Serrano, E., Czapla, M., & Rodriguez-Velasco, F. J. (2022). Psychological impact on care professionals due to the SARS-Cov-2 virus in Spain. *International nursing review*, 69(4), Advance online publication, 520-558. <https://doi.org/10.1111/inr.12748>
- Sierakowska, M., y Doroszkiewicz, H. (2022). Stress coping strategies used by nurses during the COVID-19 pandemic. *PeerJ*, 10, 1-19. <https://doi.org/10.7717/peerj.13288>
- Shahrour, G., & Dardas, L. A. (2020). Acute stress disorder, coping self-efficacy and subsequent psychological distress among nurses amid COVID-19. *Journal of nursing management*, 28(7), 1686–1695. <https://doi.org/10.1111/jonm.13124>
- Sun, N., Wei, L., Shi, S., Jiao, D., Song, R., Ma, L., ... Wang, H. (2020). Un estudio cualitativo sobre la experiencia psicológica de los cuidadores de pacientes con COVID-19. *Revista americana de control de infecciones*, 48(6).592-598. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0196655320302017#bib0007>
- Valencia Gutiérrez, Norma Verónica; Sánchez Silva, A. (2021) Panorama del estrés en personal de enfermería durante la pandemia por SARS-CoV-2. *Revista de enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social*. 29(4), 191-197. LILACSBDEF. http://revistaenfermeria.imss.gob.mx/editorial/index.php/revista_enfermeria/article/view/1208/1171
- Virto, C., Virto, C., Cornejo, A., Loayza, W., Álvarez, B., Gallegos, Y., y Triveño, J. (2020). Estrés ansiedad y depresión con estilos de afrontamiento en enfermeras en contacto con covid-19 cusco Perú. *Rev. Científica de Enfermería-RECIEN.*, 9, 50–60. https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_1477b15d49fc79752aa23504b1341330
- Yen, C. C., Chan, M. H., Lin, W. C., & Yeh, S. J. (2022). Protective Behaviors for COVID-19 Were Associated with Fewer Psychological Impacts on Nurses: A Cross-Sectional Study in Taiwan. *Inquiry: The journal of medical care organization, provision and financing*, 59, 1-12. <https://doi.org/10.1177/00469580221096278>