

## **Incidencia de la sobrecarga laboral en el desempeño de funciones en el área de la salud en Colombia**

**José Leonardo Rodas Niño**  
Código estudiantil: 20132219032

**Angélica Yulied Camacho Bermúdez**  
Código estudiantil: 2024115129604

**María Camila Reyes Sánchez**  
Código estudiantil: 2024120629773

**Yeiny Andrea Rodríguez Sánchez**  
Código estudiantil: 20122217741

Trabajo de Investigación presentado como requisito para optar el título de:  
**Especialista en Derecho Laboral y Seguridad Social**

**Tutor:**  
**Yurley Carolina Peinado Contreras**

### **RESUMEN**

Esta investigación fue desarrollada con el objetivo de analizar el impacto de la sobrecarga laboral en los trabajadores de la salud en Colombia, quienes son considerados como una población propensa a ese fenómeno y a situaciones de estrés permanente debido a la responsabilidad que tiene su profesión, la cual se centra en proteger la vida y la integridad de la ciudadanía. Con base en el enfoque cualitativo, la tipología explicativa y el método hermenéutico, se determinó que la sobrecarga laboral en Colombia es una consecuencia de problemas a nivel estructural, organizacional y económico, ya que la equivocada administración de muchos centros de salud provoca que su infraestructura sea insuficiente, no haya la cantidad debida de elementos materiales, no exista el dinero suficiente para cubrir los salarios de los profesionales de la salud y tampoco para contratar el personal que demanda cada área. Todo esto termina provocando que los trabajadores tengan que asumir más funciones y sacrificar el tiempo que es para su familia o su vida social, lo cual trae como consecuencia afectaciones en la salud física, problemas psicológicos, despersonalización y riesgo de síndrome de Burnout.

Sin duda alguna, los efectos de la sobrecarga laboral se agravan por la naturaleza de esta profesión, la cual se distingue por jornadas extensas y por tener bajo su cargo la protección de la integridad de los pacientes. La suma de todo esto genera una tensión a la hora de prestar el servicio, lo cual puede llegar a inferir en el desempeño laboral y repercutir gravemente si se tiene en cuenta que se está cuidando derechos fundamentales como lo son la salud y la vida, por lo que es importante que el Estado, en su rol de garante, brinde un ambiente armonioso para que los profesionales de la salud desempeñen esta labor y contribuyan con la sociedad, de tal modo que se protejan las garantías consagradas en la Constitución Política de 1991, en la Resolución 2646 de 2008, en la Ley 1562 del 2012, en el Decreto 1072 del 2015, entre otros elementos legales que son trascendentales en este ámbito.

Por último, se establecieron diversas estrategias para abordar esta dinámica e intentar erradicar la sobrecarga laboral, especialmente desde la reducción del estrés laboral, la fatiga y los riesgos del síndrome de Burnout. Entre estos mecanismos propuestos, se destaca la implementación de la medición de las cargas de trabajo de los profesionales de la salud, donde se estipula una contrastación entre lo que consagra el manual de funciones para su cargo y lo que realmente están cumpliendo en sus turnos, de tal modo que se pueda construir una solución mancomunada que sea equitativa para cada una de las partes. Allí también es relevante el uso del método NASA TLX, con el que se puede distinguir qué tan apto está el empleado a nivel emocional para los retos inherentes a su puesto de trabajo y ante las condiciones cambiantes que se producen en un centro de salud.

**Palabras clave:** Sobrecarga laboral, ambiente laboral, profesionales de la salud, síndrome de Burnout, manual de funciones.

## ABSTRACT

This research was developed with the objective of analyzing the impact of work overload on health workers in Colombia, who are considered a population prone to this phenomenon and to situations of permanent stress due to the responsibility of their profession, which focuses on protecting the life and integrity of citizens. Based on the qualitative approach, the explanatory typology and the hermeneutic method, it was determined that work overload in Colombia is a consequence of problems at a structural, organizational and economic level, since the incorrect administration of many health centers causes their infrastructure to be insufficient, there is not the proper amount of material elements, there is not enough money to cover the salaries of health professionals and not to hire the staff that each area demands. All this ends up causing workers to have to take on more functions and sacrifice time that is for their family or their social life, which results in physical health problems, psychological problems, depersonalization and risk of Burnout syndrome.

Without a doubt, the effects of work overload are aggravated by the nature of this profession, which is distinguished by long hours and by having the protection of the integrity of patients under its charge. The sum of all this generates tension when providing the service, which can affect job performance and have serious repercussions if one takes into account that fundamental rights such as health and life are being protected, so it is important that the State, in its role as guarantor, provides a harmonious environment for health professionals to carry out this work and contribute to society, in such a way that the guarantees enshrined in the Political Constitution of 1991, in Resolution 2646 of 2008, in Law 1562 of 2012, in Decree 1072 of 2015, among other legal elements that are transcendental in this area, are protected.

Finally, various strategies were established to address this dynamic and try to eradicate work overload, especially by reducing work stress, fatigue and the risks of burnout syndrome. Among these proposed mechanisms, the implementation of the measurement of the workloads of health professionals stands out, where a contrast is stipulated between what is established in the manual of functions for their position and what they are actually fulfilling in their shifts, so that a joint solution can be built that is equitable for each of the parties. The use of the NASA TLX method is also relevant here, with which it is possible to distinguish how emotionally fit the employee is for the challenges inherent to their job and the changing conditions that occur in a health center.

**Key Words:** Work overload, work environment, health professionals, Burnout syndrome, functions manual.

## REFERENCIAS

1. Acosta Vásquez, Y., Otero Castaño, A., & Zárate Carrillo, E. (2020). *Sobrecarga laboral en los profesionales de la salud y su relación con la seguridad del paciente en el Hospital San Rafael de Ciénaga de Oro en el departamento de Córdoba*. Corporación Universitaria del Caribe. Sincelejo: Corporación Universitaria del Caribe. Obtenido de <https://repositorio.cecar.edu.co/server/api/core/bitstreams/cba7c705-08cd-4796-9ddf-27227ea9f537/content>
2. Asamblea Nacional Constituyente. (1991). *Constitución Política de Colombia*. Asamblea Nacional Constituyente, Bogotá D.C. Obtenido de

[http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/constitucion\\_politica\\_1991.html](http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/constitucion_politica_1991.html)

3. Betancourt Marín, D., & Llanos Arias, C. (2017). *Diseño de un modelo de mejoramiento para la distribución de cargas laborales en una entidad prestadora de salud*. Universidad del Valle. Zarzal: Universidad del Valle. Obtenido de <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/server/api/core/bitstreams/d7bbbd1f-7394-4d10-a4ed-909010f29450/content>
4. Cano Buitrago, G., Suárez Cubillos, D., & Zuleta Arias, D. (2021). *La sobrecarga laboral en la vida personal y familiar de los trabajadores*. Universidad Pontificia Bolivariana. Montería: Universidad Pontificia Bolivariana. Obtenido de <https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/8180>
5. Congreso de la República de Colombia. (2012). *Ley 1562*. Congreso de la República de Colombia. Bogotá D.C.: Congreso de la República de Colombia. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/Ley-1562-de-2012.pdf>
6. Cortés Ruiz, C., Cruz Guavita, D., Rodríguez Martínez, D., & Ruiz Saavedra, L. (2019). *Como impacta el volumen de carga laboral en el personal de hospitalización respecto a la seguridad del paciente*. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá D.C.: Pontificia Universidad Javeriana. Obtenido de <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/46188?show=full>
7. Eraso Yela, Á., & Rivera Casas, P. (2022). *Carga laboral del personal de salud: revisión de alcance de la literatura del 2017 al 2022*. Universidad del Rosario. Bogotá D.C.: Universidad del Rosario. Obtenido de <https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/b17e7f2a-5166-4d16-aba8-d58be2d0cbd8/content>

8. Folkman, S., & Lazarus, R. (1988). *El afrontamiento como mediador de la emoción*. Journal of Personality and Social Psychology. Journal of Personality and Social Psychology. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/1988-16864-001>
9. Galeano Carvajal, N., & Cortés Jiménez, S. (2022). *La sobrecarga laboral y sus consecuencias en la salud de los trabajadores*. Universidad Cooperativa de Colombia. Cali: Universidad Cooperativa de Colombia. Obtenido de <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/3a837d7d-4f22-48cd-bbd9-12d0bca05304/content>
10. Garita Elizondo, L., & Herrera Salazar, J. (2019). *El Síndrome de Burnout según la teoría de Maslach y Jackson como factor estresor en el desempeño laboral del personal administrativo, caso Departamento de Registro de la Universidad Nacional de Costa Rica*. Universidad Nacional de Costa Rica. San José de Costa Rica: Universidad Nacional de Costa Rica. Obtenido de <https://repositorio.una.ac.cr/items/cf914f8c-551d-48ac-8ccf-53e0acd6bc60>
11. Gómez Espitia, D., Granada Rivera, M., & García Puerta, N. (2021). *Factores asociados a la sobrecarga laboral en personal de enfermería en hospital de tercer nivel en Cartagena*. Universidad de Cartagena. Cartagena: Universidad de Cartagena. Obtenido de <https://repositorio.unicartagena.edu.co/entities/publication/5ce467ca-a9a4-4c67-9fed-c1396e92b073>
12. Hernández García, A., & García Acosta, E. (2020). *Plan de mejoramiento de las cargas laborales de los auxiliares de enfermería en un turno diurno en el área de observación del servicio de urgencias de la Clínica Tolima S.A*. Universidad de Ibagué. Ibagué: Universidad de Ibagué. Obtenido de <https://repositorio.unibague.edu.co/server/api/core/bitstreams/b228735f-f223-4eb1-9677-723c54f657e1/content>
13. Hernández Sampieri, R., Collado Fernández, C., & Lucio Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación*. México DF, México: McGraw-Hill.

Obtenido de

[http://metodos-comunicacion.sociales.uba.ar/wp-](http://metodos-comunicacion.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/219/2014/04/Hernandez-Sampieri-Cap-1.pdf)

[content/uploads/sites/219/2014/04/Hernandez-Sampieri-Cap-1.pdf](http://metodos-comunicacion.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/219/2014/04/Hernandez-Sampieri-Cap-1.pdf)

14. Karasek, R. (1979). *Job demands, job decision latitude and mental strain: implication for job re-design*. Admin Sci Q. Admin Sci Q.
15. Karasek, R., & Theorell, T. (1990). *Healthy work: Stress, productivity, and the reconstruction of working life*. Basic Books. New York: Basic Books.
16. Kristensen, T. (1996). *Job stress and cardiovascular disease: a theoretic critical review*. J Occup Health Psychol. J Occup Health Psychol.
17. Martínez Miguelez, M. (2006). *La investigación cualitativa (síntesis conceptual)*. Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina: Instituto de Investigaciones Psicológicas. Obtenido de [https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion\\_psicologia/v09\\_n1/pdf/a09v9n1.pdf](https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion_psicologia/v09_n1/pdf/a09v9n1.pdf)
18. Martins, J. (2024). *¿Sobrecarga de trabajo? Estrategias para ayudar a equipos e individuos a recuperar el equilibrio*. Asana. Madrid: Asana. Obtenido de <https://asana.com/es/resources/overworked-signs>
19. Mercer Marsh. (2023). *4 de cada 10 latinoamericanos estresados diariamente*. Mercer Marsh. Bogotá D.C.: Mercer Marsh. Obtenido de <https://www.marsh.com/co/about/media/4-out-of-10-latin-americans-stressed-daily.html>
20. Ministerio de Protección Social. (2008). *Resolución 2646*. Ministerio de Protección Social. Bogotá D.C.: Ministerio de Protección Social. Obtenido de <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=31607>
21. Morales Dávila, J. (2023). *Metodología para la medición de la carga laboral en puestos con actividades diversificadas y no secuenciales*. Universidad Galileo de Guatemala. Revista Ciencia Multidisciplinaria. Obtenido de <https://revistacunori.com/index.php/cunori/article/view/206>
22. Organización Internacional del Trabajo -OIT-. (2020). *El estrés laboral: un problema global de la salud ocupacional*. Organización Internacional del Trabajo -OIT-. Ginebra: Organización Internacional del Trabajo -OIT-.

23. Ospina Restrepo, D., & Velásquez Caicedo, K. (2022). *Relación entre la sobrecarga de trabajo y la insatisfacción laboral del personal asistencial de cuidado intensivo de un hospital en Tuluá durante el año 2022*. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Tuluá: Corporación Universitaria Minuto de Dios. Obtenido de <https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/3a00ce63-9ec8-40c3-85fd-f4c0ccb3f1f6/content>
24. Pantoja Caicedo, M., Chamorro Salazar, N., Gavilanes Benavides, N., Romo Arboleda, A., & Oliva Guerrero, L. (2022). *Estudio de la sobrecarga laboral en el Centro Médico Valle de Atriz*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia -UNAD-. Pasto: Escuela de Ciencias Administrativas, Contables, Económicas y de Negocios -ECACEN-. Obtenido de <https://repository.unad.edu.co/jspui/bitstream/10596/54474/1/mvpantojac.pdf>
25. Presidencia de la República de Colombia. (2015). *Decreto 1072*. Presidencia de la República de Colombia. Bogotá D.C.: Presidencia de la República de Colombia. Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=72173>
26. Presidente de la República. (1994). *Decreto 1832*. Presidente de la República. Bogotá D.C.: Presidente de la República. Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=8802>
27. Rodríguez Castellanos, C. (2022). *Plan de mejora para disminuir el riesgo de estrés debido a la sobrecarga laboral en Medicina Integral S.A.* Universidad de Córdoba. Montería: Universidad de Córdoba. Obtenido de <https://repositorio.unicordoba.edu.co/server/api/core/bitstreams/94a6850e-e753-494f-94d1-63deb8eaa2e4/content>
28. Rodríguez, A. (2023). *El cumplimiento normativo en salud ocupacional: retos y oportunidades en Colombia*. Revista Jurídica de Riesgos Laborales. Bogotá D.C.: Revista Jurídica de Riesgos Laborales.
29. Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: Editorial McGraw-Hill.

30. Senovia Piña-

Ferrer, L. (2023). *El enfoque cualitativo: una alternativa compleja dentro del mundo de la investigación*. Santa Ana de Coro, Venezuela: Scielo. Obtenido de [https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2542-30882023000100001](https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2542-30882023000100001)