




## **Análisis De La Salud Laboral Del Personal Operativo De Ambulancia Dentro Del Benemérito Cuerpo De Bomberos Buena Fe.**

*Analysis of the Occupational Health of Ambulance Operational Personnel Within the Distinguished Buena Fe Fire Department.*

Rosa María Moncayo Yauripoma<sup>1</sup> 

rmmoncayo@itsoriente.edu.ec.

**Instituto Superior Tecnológico Oriente (ITSO)**

Riobamba, Ecuador

Benjamín Gabriel Quito Cortez<sup>2</sup> 

benjaminquito@bqc.com.ec

**Instituto Superior Tecnológico Oriente (ITSO)**

Riobamba, Ecuador

Daniela Fernanda Vásconez Duchicela<sup>3</sup> 

danielavasconez@bqc.com.ec

**Instituto Superior Tecnológico Oriente (ITSO)**

Riobamba, Ecuador

**Recepción: 05-01-2026**

**Aceptación: 09-02-2026**

**Publicación: 30-03-2026**

**Como citar este artículo:** Moncayo, Rosa. Quito, B. Vásconez, D. (2026). **Análisis De La Salud Laboral Del Personal Operativo De Ambulancia Dentro Del Benemérito Cuerpo De Bomberos Buena Fe.** *Metrópolis. Revista de Estudios Globales Universitarios*, 7 (1), pp. 2207-2248.

<sup>1</sup> Tecnóloga en Emergencias Médicas. Instituto Superior “Cruz Roja Ecuatoriana”; Tecnólogo en seguridad y salud ocupacional. Instituto Superior Tecnológico Oriente (ITSO); Maestrante en Herramientas de Seguridad Industrial y Salud en el Trabajo. (ITSO).

<sup>2</sup> Abogado, Magister en Educación (Universidad Bicentenario de Aragua) Venezuela, Magister en Ciencias Gerenciales (Universidad internacional del caribe y América latina) Curacao, Doctor en Ciencias de la Educación PHD (UBA) Venezuela, Doctor en Ciencias Gerenciales PHD (universidad internacional del caribe y América latina) Curacao, Postdoctorado en Ciencias de la Educación (UBA) Venezuela.

<sup>3</sup> Ingeniera Mecánica mención Automotriz (Universidad Tecnológica América), Magister en Talento Humano (Universidad Internacional SEK), Magister en Administración de Empresas (Universidad Internacional del Ecuador), Doctor en Ciencias de la Educación PHD por la Universidad Bicentenario de Aragua, Venezuela.





## Resumen

Trabajar bajo estrés constante puede resultar en agotamiento crónico, desórdenes musculoesqueléticos y problemas psicológicos que impactan negativamente la capacidad de concentración y el proceso de tomar decisiones. El objetivo principal fue analizar el estado de salud laboral del personal de ambulancia dentro del Benemérito Cuerpo de Bomberos del cantón Buena Fe. Los resultados más relevantes describen que, un alto nivel de estrés y deterioro emocional en los trabajadores de ambulancia, lo que confirma la correlación entre turnos rotativos, trastornos del sueño y reducción del bienestar psicológico. En conjunto, los cuatro autores analizados ofrecen un fundamento sólido que apoya la evidencia empírica hallada, lo cual posibilita entender que los riesgos del personal de ambulancia son multidimensionales y necesitan intervenciones integrales a nivel institucional. Las conclusiones señalan que, los factores organizacionales, emocionales y físicos inherentes al trabajo prehospitalario en condiciones extremadamente difíciles tienen un impacto significativo en la salud ocupacional de los paramédicos del Benemérito Cuerpo de Bomberos del Estado de Buena Fe. Como señalan organismos internacionales y estudios recientes, la exposición frecuente a emergencias, turnos de trabajo prolongados y circunstancias traumáticas siempre tienen un impacto negativo en la salud general de los trabajadores. **Palabras claves:** Salud laboral, personal de ambulancia, estrés laboral, riesgos psicosociales, bienestar ocupacional.

## Abstract

Working under constant stress can result in chronic exhaustion, musculoskeletal disorders, and psychological problems that negatively impact concentration and decision-making. The main objective was to analyze the occupational health status of ambulance personnel within the Buena Fe Fire Department. The most relevant results describe a high level of stress and emotional distress among ambulance workers, confirming the correlation between rotating shifts, sleep disorders, and reduced psychological well-being. Taken together, the four authors analyzed provide a solid foundation that supports the empirical evidence found, making it possible to understand that the risks faced by ambulance personnel are multidimensional and require comprehensive interventions at the institutional level. The findings indicate that the organizational, emotional, and physical factors inherent in prehospital work under extremely difficult conditions have a significant impact on the occupational health of paramedics at the Buena Fe State Fire Department. As international organizations and recent studies point out, frequent exposure to emergencies, prolonged work shifts, and traumatic circumstances always have a negative impact on the overall health of workers. **Keywords:** Occupational health, ambulance personnel, work-related stress, psychosocial risks, occupational well-being.





## **Introducción.**

La salud laboral es un elemento clave para asegurar la eficiencia y el bienestar del personal que trabaja en entornos de alta exigencia emocional y física, en el contexto de la gestión del talento humano y la prevención de riesgos (Guzmán y Novoa, 2024). Para los socorristas, el ambiente laboral se caracteriza por presión constante, turnos largos y exposición a situaciones críticas (Martínez et al., 2025).

La Organización Mundial de la Salud (2023) afirma que trabajar bajo estrés constante puede resultar en agotamiento crónico, desórdenes musculoesqueléticos y problemas psicológicos que impactan negativamente la capacidad de concentración y el proceso de tomar decisiones. La tarea del personal de ambulancia es esencial en el Benemérito Cuerpo de Bomberos del cantón Buena Fe para la atención inmediata de rescates, emergencias médicas y accidentes.

Es por esta razón que se plantea la siguiente interrogante ¿Que elementos influyen en la salud laboral del personal de ambulancia dentro del Benemérito Cuerpo de Bomberos del cantón Buena Fe? El objetivo de este estudio es analizar el estado de salud laboral del personal de ambulancia dentro del Benemérito Cuerpo de Bomberos del cantón Buena Fe. Por lo tanto, este estudio proporcionará la evidencia de la necesidad de fortalecer los programas de salud ocupacional para la creación de lugares de trabajo más seguros, saludables y sustentables que beneficien a las personas y el desempeño de los servicios.





## **Marco Teórico.**

La salud laboral es un componente esencial de la gestión organizacional actual, más aún en trabajos de riesgo como el que realizan los trabajadores de ambulancia. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), la salud laboral es el bienestar físico, mental y social de los trabajadores y se asegura evitando enfermedades y creando condiciones seguras en el trabajo. Esta orientación no solo previene accidentes, sino que también crea entornos laborales saludables que favorecen el rendimiento y la satisfacción laboral.

El personal de ambulancia afronta una de las tareas más exigentes en el campo de la salud pública, que exige resistencia física y mental por los casos de emergencia que atienden. Según López y Cedeño (2024), los trabajadores de este campo deben responder de inmediato a situaciones de vida o muerte, mantenerse alerta y agotarse mentalmente cada vez más. La exposición repetida a sucesos traumáticos, los turnos largos y las situaciones de gran estrés aumentan el riesgo de trastornos musculoesqueléticos, ansiedad, depresión y agotamiento laboral.

Desde la ergonomía laboral, la salud del trabajador se relaciona con la interacción entre el individuo, las herramientas y el ambiente (Rodríguez y Paredes, 2022). En los servicios de ambulancia, esta asociación se ve afectada por causas como las posturas obligadas en el transporte de pacientes, el manejo de equipos pesados y la exposición a condiciones ambientales extremas. Vargas y Molina (2023) afirman que la falta de capacitación en ergonomía y la ausencia de pausas activas empeoran el deterioro físico, disminuyen la capacidad de reacción y aumentan los accidentes laborales.





Psicológicamente, la salud laboral del personal de emergencias se asocia al síndrome de burnout o agotamiento profesional. Este síndrome es definido por Maslach y Jackson como agotamiento emocional, despersonalización y reducción de los sentimientos de satisfacción personal. Para los paramédicos y conductores de ambulancias, el agotamiento se ve exacerbado por la exposición a la muerte, el sufrimiento y las exigencias del trabajo organizativo (Pérez y Torres, 2023). Investigaciones en Argentina y Chile muestran que más del 60% del personal de ambulancia presenta estrés crónico y trastornos del sueño por la naturaleza de los horarios rotativos y la carga emocional (Sandoval et al., 2022).

En Ecuador, la salud ocupacional de los socorristas se ha convertido en un tema importante en los últimos años. La Ley Orgánica de Salud (Ministerio de Salud, 2020) estipula las obligaciones de los organismos públicos de desarrollar programas de seguimiento y prevención de riesgos laborales, especialmente en campos con altos riesgos físicos, biológicos o mentales. Sin embargo, estudios como el de Singaicho y Granja (2023) demuestran que en muchos cuerpos de bomberos del país aún no se cuentan con protocolos establecidos de acompañamiento psicológico ni de entrenamiento físico regular, lo que afecta la sostenibilidad del bienestar laboral.

La prevención, promoción y rehabilitación de la salud laboral deben ser consideradas desde una perspectiva integral. Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2022), los programas de salud ocupacional deben involucrar la participación de los empleados y basarse en una evaluación continua de riesgos. El modelo de demanda de recursos realizado por Bakker y Demerouti, detalla elementos que facilitan la comprensión de los desafíos que enfrentan los trabajadores bomberiles





(Ramírez, 2024). En el Cuerpo de Bomberos de Buena Fe este equilibrio es vital, ya que el trabajo de emergencia los somete a estresores continuos, por lo que los recursos institucionales, tales como programas de bienestar o pausas de recuperación, son definitivos para mantener su salud integral. Un ambiente de trabajo saludable incluye la cooperación, el respeto y el aprecio por el trabajo humano (Peña y Vega, 2023). Cuando las instalaciones desarrollan principios de bienestar, hábitos diarios y actividad física equilibrada, el personal de operaciones se sentirá más motivado, concentrado y productivo. Por el contrario, la falta de reconocimiento o la presión excesiva aumentarán la rotación y el ausentismo de los empleados. Finalmente, a nivel local, se debe considerar el estado de salud del personal de emergencia del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Buena Fe a la luz de las realidades institucionales y sociales. La introducción de medidas de autocuidado como ejercicio, alimentación saludable y apoyo regular a la salud mental aumentará la productividad y reducirá el riesgo de sobrecarga física y mental. De este modo, fortalecería un modelo de gestión preventiva, preocupado por la sostenibilidad del recurso humano, factor esencial para la seguridad y salud pública.

## Estado del Arte

La investigación sobre la salud en el trabajo en los servicios de emergencia ha adquirido gran importancia en los últimos años, debido a que se han elevado las demandas emocionales y físicas que afrontan los empleados de primera respuesta. En particular, el equipo de ambulancia es un grupo de alto riesgo porque está siempre expuesto a situaciones críticas, tiene contacto directo con las víctimas y debe tomar decisiones rápidamente en contextos de alta presión (López y Cedeño, 2024). Este contexto ha





impulsado la realización de estudios centrados en entender las circunstancias laborales, los elementos de riesgo psicosocial y las tácticas de autocuidado en los sistemas de salud pre hospitalarios.

La mayoría de los estudios a nivel mundial concuerdan en que los ambulancieros sufren de estrés elevado y agotamiento emocional. Fernández y Román (2023) llevaron a cabo una investigación en España con 180 empleados de servicios de emergencia y llegaron a la conclusión de que el 67% mostraba síntomas relacionados con el síndrome de burnout, sobre todo los que tenían más de cinco años de trabajo. Los autores enfatizan que la carencia de programas de apoyo psicológico, la sobrecarga laboral y el estar expuesto a sucesos traumáticos son los factores que más contribuyen al deterioro de la salud mental. Sánchez y Prieto (2022) notaron, de modo parecido, que la puesta en marcha de días rotativos de descanso y breves pausas activas ayuda a disminuir el estrés fisiológico e incrementar la sensación de bienestar.

En México, Mendoza y Rivera (2021) examinaron la salud ocupacional de los paramédicos del sistema de ambulancias públicas. Encontraron que más del 70% de los encuestados sufría de fatiga a nivel visual, trastornos del sueño y dolores musculares crónicos. Los científicos han observado que los riesgos biomecánicos aumentan cuando no se utilizan adecuadamente los equipos ergonómicos y cuando existen deficiencias en los programas de entrenamiento físico. Según López y Cáceres (2020), la estabilidad laboral y el apoyo institucional percibido son factores protectores contra el agotamiento emocional y el bienestar psicológico.





Valdés y Oliva (2024) evidencian en su trabajo que, en Chile, los conductores y técnicos de ambulancia afrontan una mezcla de peligros físicos (posiciones forzadas, carga de peso, exposición a ruidos) y emocionales (interacción con víctimas mortales o gravemente heridas). Este análisis enfatiza la importancia de establecer políticas públicas que aseguren programas de fortalecimiento físico y atención psicológica preventiva en instituciones de respuesta rápida. Cifuentes y Molina (2022) señalaron, además, que las organizaciones que promueven la actividad física en el horario de trabajo tienen menos ausentismo y más altos grados de satisfacción laboral.

Algunos estudios realizados en Perú y Colombia muestran dificultades similares; según, Rivas y Montero (2023) estudiaron el efecto del estrés laboral en el personal paramédico de Bogotá, descubriendo que la exposición a emergencias durante largos períodos de tiempo estaba directamente vinculada con la aparición de problemas relacionados con el sueño y los músculos y los huesos. Los escritores sugieren elaborar protocolos de rotación justa de turnos y sesiones regulares de apoyo psicológico. En Perú, Vásquez y Cárdenas (2022) informaron que el 60% de los empleados de ambulancia trabaja más de 48 horas a la semana; esto provoca un empeoramiento gradual de la capacidad para concentrarse y una mayor probabilidad de sufrir accidentes laborales.

Las investigaciones acerca de la salud laboral de los empleados operativos de ambulancia en Ecuador, aunque son escasas y recientes, revelan una inclinación hacia el reconocimiento de riesgos ergonómicos y psicosociales. Singaicho y Granja (2023) examinaron las condiciones de trabajo del personal pre hospitalario en la provincia de Los Ríos.





Determinaron que el estrés y la ansiedad aumentan debido a dos factores: la presión emocional que conlleva atender a víctimas y la falta de descansos regulares.

En términos teóricos, los modelos ergonómicos y psicológicos han sido utilizados por la literatura reciente para describir las condiciones de salud en el trabajo. El modelo de demandas y recursos laborales propone que si alguien está expuesto a exigencias elevadas sin recibir recursos compensatorios, se generará un proceso de agotamiento gradual (Ramírez, 2024). Además, León y Espinoza (2024) constataron que los signos de burnout se agravan cuando el personal paramédico siente que no recibe apoyo institucional.

Además, la teoría de la resiliencia laboral se ha empleado para evidenciar que en situaciones de emergencia es posible atenuar los efectos del estrés crónico mediante la habilidad de adaptarse emocionalmente (Herrera y Salazar, 2023). Los estudios más recientes hacen hincapié en la importancia de gestionar preventivamente la salud ocupacional. De acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2023), es necesario que las instituciones de socorro y públicas implementen tácticas integrales que incluyan el monitoreo médico, la ergonomía, el fomento de costumbres saludables y la salud mental.





## **Desarrollo.**

### **Definición de la salud laboral**

La salud laboral es un aspecto crucial para entender el bienestar completo de los empleados y cómo las condiciones laborales afectan su rendimiento, satisfacción y permanencia en sus puestos. Este concepto se ha vuelto un punto de referencia clave en la investigación actual, particularmente en situaciones donde, como sucede en los servicios de emergencia, la presión operativa, el riesgo y la carga emocional son parte del día a día laboral. La salud laboral, básicamente, incluye más que la mera falta de enfermedad; supone un balance físico, mental y social que posibilita al empleado llevar a cabo sus tareas de forma segura, eficiente y sostenible en el tiempo.

La premisa fundamental del análisis de la salud laboral es que los ambientes de trabajo tienen una influencia decisiva en el bienestar humano. La salud del trabajador se ve afectada directamente por elementos como el clima de la organización, la ergonomía, los peligros químicos y físicos, la carga laboral, el respaldo institucional, estar expuesto a circunstancias traumáticas y la calidad de los procedimientos administrativos. Por lo tanto, fomentar la salud en el trabajo supone una gestión estratégica que combina la protección, la prevención, el fomento del bienestar y el desarrollo de habilidades individuales y grupales. Además, implica reconocer el vínculo cercano entre las condiciones laborales y la calidad de vida.

La idea contemporánea de este constructo está relacionada con modelos integrales que ven la salud como un fenómeno que es el resultado de varios factores. Esto significa que su enfoque no puede estar restringido





solamente al seguimiento médico de los empleados; necesita incluir tácticas educativas, psicosociales, organizativas y ambientales que disminuyan los riesgos vinculados a la práctica profesional. En este contexto, la salud laboral es no solo un derecho del empleado, sino también un elemento fundamental para la eficacia de las instituciones y la sustentabilidad de los sistemas laborales.

### **Definición de salud ocupacional según entidades internacionales**

El término salud ocupacional ha sido ampliamente desarrollado por entidades internacionales que han creado directrices y regulaciones con el propósito de fomentar entornos seguros en el trabajo y prevenir riesgos en todas las actividades productivas. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) son dos organizaciones que juegan un papel esencial en el marco teórico y normativo a nivel global.

Según la OMS, la salud ocupacional es un estado de bienestar a nivel físico, mental y social que posibilita que el trabajador ejecute sus labores sin peligro para sí mismo ni para los demás. Esta definición resalta que la salud es integral, lo que significa que su evaluación no se restringe a los indicadores médicos tradicionales, sino que además abarca el equilibrio emocional, la percepción del bienestar y la capacidad funcional (Organización Mundial de la Salud, 2022). Bajo este punto de vista, la salud laboral no solo depende de las condiciones físicas del ambiente, sino también de elementos subjetivos relacionados con la satisfacción y la calidad del clima en el trabajo.





Por otro lado, la Organización Internacional del Trabajo (2019) define la salud ocupacional como un campo técnico y de múltiples disciplinas cuya responsabilidad es proteger la vida, fomentar el bienestar y evitar perjuicios que provengan de las actividades laborales. La Organización Internacional del Trabajo (2019) determina que la prevención es el pilar esencial de cualquier política de salud laboral, sugiriendo sistemas de administración de riesgos que reconozcan amenazas, analicen las posibilidades de daño y elaboren estrategias apropiadas para mitigar los peligros. También sugiere que la colaboración activa entre los empleados es esencial para desarrollar e implementar medidas preventivas, reconociendo que la responsabilidad compartida ayuda a minimizar el riesgo y refuerza una cultura de seguridad.

Las dos entidades están de acuerdo en que los temas relacionados con la salud ocupacional deben tratarse a través de un enfoque sistémico que englobe vigilancia médica, regulación, prácticas pedagógicas y acciones de apoyo a nivel psicosocial. Su perspectiva integral tiene en cuenta la interrelación entre el bienestar humano, las condiciones de trabajo y el desempeño institucional, proporcionando así la base para una gestión de la salud ocupacional moderna y sostenible en todos los sectores profesionales.

## **Definición de salud ocupacional según entidades internacionales**

La salud laboral, desde el punto de vista de la administración organizacional, es un elemento estratégico que afecta directamente el rendimiento, la calidad del servicio y la eficacia operativa. Los empleadores





contemporáneos entienden que la estabilidad, la continuidad y el crecimiento del personal dependen de un componente estructural: el bienestar del empleado. Así, la salud laboral se incorpora a los modelos actuales de liderazgo organizacional, gestión por competencias y gestión de procesos, donde el empleado es visto como un recurso esencial que necesita condiciones apropiadas para asegurar su efectividad y permanencia (Cabezas y Brito, 2021).

Un principio esencial de la administración actual es que las organizaciones operan como sistemas que dependen mutuamente. Desde esta perspectiva, la reducción del bienestar en el trabajo afecta la estabilidad de todo el sistema y provoca rotación, errores operativos, bajo rendimiento, ausentismo y un clima organizacional deteriorado. Por lo tanto, promover la salud en el lugar de trabajo significa gestionar sabiamente los factores que influyen en el trabajo diario: carga de trabajo, integridad de las funciones, apoyo organizacional, disponibilidad de recursos, ergonomía y planificación del cambio. En las organizaciones de beneficio público, que se ocupan principalmente de situaciones de crisis, la gestión adecuada de estos factores se convierte en un requisito clave para garantizar la calidad de la respuesta y la continuidad del negocio (Velas'quez y Gamarra, 2024).

La implementación de una política de salud ocupacional en la gestión organizacional también mejora las percepciones de justicia, reconocimiento y compromiso entre los empleados y fortalece la cultura organizacional. Según Cáceres et al. (2023), si los empleados sienten que la organización realmente se preocupa por su bienestar, aumentará la motivación, aumentará el compromiso para lograr las metas organizacionales y aumentará la satisfacción laboral. Esto es especialmente





importante en entornos de alta demanda, donde el apoyo organizacional y la motivación intrínseca son factores clave en la lucha contra el agotamiento físico y mental.

En consecuencia, la salud ocupacional no debe considerarse únicamente como una obligación del departamento de seguridad o de salud industrial, sino también como un asunto transversal que está relacionado con el desarrollo institucional, la gestión del talento y la estrategia.

## **Demandas y condiciones del trabajo personal de ambulancia**

El trabajo realizado por los trabajadores de ambulancia se distingue por su exigencia multidimensional, que mezcla requerimientos emocionales, organizacionales, físicos y cognitivos. Estas condiciones no solo determinan el tipo de trabajo prehospitalario, sino que además crean un ambiente de trabajo donde la exposición continua a circunstancias críticas impone una gran presión sobre la salud y el desempeño del empleado. La labor del personal de ambulancia se lleva a cabo en entornos cambiantes, inciertos y, por lo general, potencialmente amenazantes; esto la distingue de otras profesiones (Barahona, 2023).

Este ejercicio profesional es uno de los más exigentes en el sector de respuesta a emergencias debido a la movilidad constante, la necesidad imperiosa de atención y la obligación de proteger la vida humana. Las exigencias vinculadas a este tipo de trabajo son resultado de la complejidad de las circunstancias tratadas y las condiciones organizativas y materiales en las que los empleados trabajan. Estas demandas impactan al mismo tiempo la estabilidad emocional, el juicio profesional, la resistencia psicológica y la capacidad física del personal. Por lo tanto, para evaluar los





riesgos laborales y determinar las estrategias de intervención que protejan al empleado y mejoren la eficacia institucional, es imprescindible entender las exigencias físicas y emocionales (Díaz, 2022).

El estudio de estas circunstancias revela que los rescatistas no solo afrontan cargas laborales más grandes de lo normal, sino que además tienen que hacerlo en un contexto de elevada presión emocional y temporal, en el cual los fallos pueden tener consecuencias mortales. Por lo tanto, las exigencias del trabajo prehospitalario no se reducen a llevar a cabo de manera técnica los procedimientos, sino que incluyen la habilidad de actuar bajo presión, gestionar emociones fuertes, lidiar con situaciones inciertas y tomar decisiones rápidas que pueden tener repercusiones éticas y riesgos personales.

## **Definición de salud ocupacional según entidades internacionales**

Uno de los elementos más obvios y exigentes del trabajo de un paramédico son las exigencias físicas. Este tipo de trabajo incluye una variedad de tareas que requieren fuerza muscular, resistencia física y un alto grado de estabilidad física para mover pacientes y operar equipos de manera segura en condiciones operativas desafiantes. Las labores cotidianas que requieren del trabajador un considerable esfuerzo físico incluyen el transporte de víctimas en camillas, la elevación manual de cuerpos, la ayuda durante rescates vehiculares y el movimiento de equipos pesados (Vintimilla y Pacheco, 2021).

Un rasgo esencial de estas demandas es la obligación de tomar posiciones forzadas en espacios pequeños o desiguales. Las ambulancias, los vehículos





de rescate y las escenas de accidente no siempre posibilitan posiciones ergonómicas; al contrario, requieren que los socorristas se inclinen, giren el torso, se arrodillen o mantengan los brazos extendidos continuamente para ayudar al paciente. Estas actividades crean una carga repetitiva en los hombros, la columna lumbar y las extremidades superiores, lo que significa que existe un alto riesgo de padecer lesiones musculoesqueléticas a largo plazo. Según Cobos (2021), este esquema de esfuerzo acumulativo es uno de los elementos más importantes relacionados con la reducción de la capacidad funcional del personal y el dolor crónico.

Además, las exigencias físicas no solo tienen que ver con la fuerza de los músculos, sino también con la habilidad aeróbica que se requiere para reaccionar rápidamente ante situaciones de emergencia. En situaciones que requieran movimientos rápidos, subir o bajar escaleras, o traslados o movimientos bruscos sobre terreno irregular, el personal debe mantener un nivel adecuado de resistencia física para evitar la fatiga prematura, que puede poner en riesgo la seguridad del paciente y la suya propia. Al realizar estas tareas durante turnos largos o de noche, la fatiga física aumenta a medida que la fatiga fisiológica se vuelve más intensa (Salazar y Jacome, 2022).

Por lo tanto, no es posible estudiar solamente desde el punto de vista biomecánico el esfuerzo físico del personal de ambulancia. Supone una interacción continua entre la carga física, la ergonomía, las condiciones del entorno y la disponibilidad de equipos apropiados. Cuando esta interacción no es positiva, surgen riesgos laborales que impactan la salud del empleado y también la calidad de los cuidados pre hospitalarios. Por lo tanto, las





exigencias físicas son un componente crucial en la valoración de la salud ocupacional en los servicios de emergencias.

### **Demandas Emocionales: Atención de Víctimas, Presión y Toma de Decisiones**

Las exigencias emocionales constituyen uno de los elementos más difíciles y decisivos de la labor del personal de ambulancia, ya que implican que el empleado sea capaz de afrontar situaciones traumáticas y manejar emociones fuertes en circunstancias de alta presión. En muchos casos, los socorristas deben ayudar a las víctimas gravemente enfermas a afrontar situaciones difíciles, interactuar con familiares ansiosos y operar en condiciones de total incertidumbre. Sin el sistema de apoyo institucional adecuado, esta experiencia crea una carga emocional significativa que se acumula con el tiempo y puede afectar la estabilidad mental del empleado (Paz, 2024).

Para cuidar directamente a las víctimas que corren el riesgo de perder la vida, se requiere un alto grado de autocontrol emocional. Aun cuando el pronóstico sea incierto o las condiciones del paciente sean críticas, el personal tiene que permanecer tranquilo, mostrar seguridad y proyectar confianza. Esta demanda continua de regulación emocional no solo representa un reto psicológico, sino también un peligro de agotamiento afectivo, sobre todo en el caso de que se trate frecuentemente con experiencias traumáticas. La exposición constante a la muerte, el dolor, las lesiones graves o los accidentes con muchas víctimas puede provocar sentimientos de frustración, impotencia o culpa. Si no se manejan





apropiadamente, estos pueden desembocar en trastornos del sueño, agotamiento emocional y síntomas de ansiedad (Díaz, 2022).

La presión para actuar rápidamente se añade a la carga emocional. Las decisiones pre hospitalarias deben tomarse de forma inmediata, precisa y basada en una evaluación rápida de la situación. La responsabilidad vinculada a estas decisiones crea un estado de activación permanente que, si se extiende en el tiempo, puede tener un impacto en la memoria operativa, la concentración y la habilidad para hacer juicios clínicos. El personal tiene que determinar qué protocolo activar, qué técnica utilizar, cómo manejar situaciones cambiantes o cómo priorizar a los pacientes, muchas veces sin contar con toda la información requerida. Si no se toman medidas eficaces para prevenir y contener las emociones, estas situaciones de incertidumbre producen estrés cognitivo, incrementan la carga mental y propician el surgimiento del síndrome de burnout (Pazuña, 2025).

Por tanto, las necesidades emocionales son parte integral del trabajo prehospitalario y una parte importante del trabajo hospitalario. Estos son esenciales para los negocios y tienen un impacto negativo en la vida laboral y personal, que no suele recurrir a los institutos de investigación en Psicología, ni ayuda a resolver problemas emocionales ni a un sistema de rotación adecuado. Comprender estos requisitos es crucial para desarrollar estrategias de prevención y mejorar el apoyo profesional, ya que la salud mental de los trabajadores de emergencia es un indicador fundamental para medir la resiliencia y la calidad de los servicios de emergencia.





## **Demandas y condiciones del trabajo personal de ambulancia**

Para entender la complejidad de los riesgos psicosociales vinculados a este tipo de trabajos, es fundamental tener en cuenta la salud mental del personal que trabaja en servicios de emergencia. El trabajo prehospitalario, a diferencia de otros ambientes laborales, se lleva a cabo en contextos donde la presión por salvar vidas, el peligro, la incertidumbre y el trauma humano son componentes habituales. Esto significa que la salud mental de los empleados depende no sólo de factores individuales sino también de las características del entorno operativo y de los recursos institucionales que existen para satisfacer las necesidades emocionales que surgen constantemente (García et al., 2021).

Las amenazas psicosociales en este contexto incluyen ansiedad, estrés laboral, agotamiento, trastornos del sueño y sobrecarga emocional, así como desregulación emocional y otras. La exposición prolongada a sufrimiento humano, la toma de decisiones en circunstancias extremas y el impacto acumulativo de los sucesos traumáticos hacen que estos riesgos se agudicen. Según la literatura, el personal de emergencias es uno de los grupos ocupacionales con más probabilidades de experimentar desgaste emocional, ya que su trabajo se enfoca en ayudar a individuos en situaciones de extrema vulnerabilidad (Benitez et al., 2024).

En esta dirección, la salud psicológica no debe ser entendida solamente como la falta de trastornos, sino como la habilidad del empleado para conservar estabilidad emocional, resiliencia, claridad en su pensamiento y un correcto desempeño en medio de la adversidad. La calidad del servicio, el rendimiento y la seguridad de los empleados y los usuarios se ven directamente perjudicados cuando estos componentes se encuentran





amenazados. Por esa razón, es esencial identificar y analizar estos riesgos para definir estrategias de prevención y asegurar que el trabajo en los servicios de emergencia sea sostenible.

## **Estrés laboral en los servicios de atención prehospitalaria**

El estrés en el trabajo es uno de los peligros psicosociales más importantes para el personal de atención pre hospitalaria. Este fenómeno no solo surge debido a la presión de tiempo o a la carga laboral, sino también por la intensidad emocional de las circunstancias que se manejan. El personal pre hospitalario enfrenta emergencias que requieren una rápida toma de decisiones, trabajo en condiciones difíciles y exposición directa al dolor, el sufrimiento o la muerte. Si estos componentes se mantienen durante largos períodos de tiempo, provocarán reacciones a nivel emocional y fisiológico que derivarán en un estrés crónico importante. El estrés laboral en este campo suele ser acumulativo (López et al., 2022).

Cada evento importante agregará una nueva fuente de emociones. Sin un espacio para aliviar la presión y brindar apoyo psicológico, seguirá funcionando en la memoria emocional de los empleados. Esto provoca un estado constante de ansiedad, impide la relajación, aumenta la irritabilidad y reduce la capacidad de concentración. La urgencia del trabajo prehospitalario se suma a esta carga, ya que las consecuencias de cada decisión pueden resultar en vida o muerte, lo que lleva a un sentimiento constante de enorme responsabilidad (Bombón, 2021).

Además, el estrés laboral en estos tipos de servicios se agrava debido a aspectos organizativos como son los turnos largos, la carencia de recursos apropiados, la escasez de personal y la exposición a riesgos físicos (Serna,





2025). Cuando se presentan este tipo de situaciones, los empleados se sienten agotados emocionalmente, lo que afecta directamente su salud mental. La literatura sugiere que el estrés en los socorristas no es un evento aislado sino una parte estructural de su trabajo. Si no se trata adecuadamente, puede provocar trastornos de ansiedad, síndrome de agotamiento o mala salud mental.

### **Efectos psicológicos de la exposición a largo plazo al sufrimiento de las personas**

El personal de emergencias experimenta efectos psicológicos profundos debido a la exposición constante al sufrimiento de las personas. Cuando el empleado absorbe de manera involuntaria la angustia, el dolor o la desesperación de los individuos a los que asiste, se produce esta clase de exposición alargada, también llamada fatiga por compasión o trauma vicario. En los servicios pre hospitalarios, donde el personal entra en contacto con víctimas de accidentes, heridos o fallecidos y sus familiares, esta condición es muy común (Prieto et al., 2020).

La exposición recurrente a estos escenarios puede causar, a largo plazo, una pérdida de la capacidad para sentir empatía, tristeza constante, agotamiento emocional o una sensación de impotencia. El empleado puede sufrir una desconexión emocional como forma de defensa, o en cambio, un hiper empatía que agudiza la repercusión emocional de cada suceso. Estas respuestas pueden tener un impacto directo en su rendimiento operativo, ya que pueden influir negativamente en su capacidad para manejar el estrés y su estabilidad emocional (Flores et al., 2025).





De manera similar, una acumulación de estrés psicológico puede causar síntomas asociados con el trastorno de estrés postraumático, como reacciones exageradas, sueños perturbadores, recuerdos intrusivos y evitación de estímulos relacionados con el trauma. Además, pueden producirse cambios de comportamiento, como falta de motivación en el trabajo, aislamiento social o agotamiento emocional severo. Estos efectos no solo impactan en la esfera personal del empleado, sino que también afectan la dinámica del equipo, el proceso de toma de decisiones y el nivel de atención brindada (Mingote y Menjón, 2022).

La relevancia de tener programas institucionales para el apoyo emocional, áreas para la ventilación psicológica y tácticas para mejorar la resiliencia en el trabajo se resalta debido a las repercusiones psicológicas de esta prolongada exposición. En ausencia de tales intervenciones, el riesgo de un deterioro emocional aumenta, lo que compromete la salud mental del empleado y la seguridad del servicio que brinda.

## **Efectos psicológicos de la exposición a largo plazo al sufrimiento de las personas**

Los turnos rotativos son un componente estructural del cuidado prehospitalario; no obstante, también es una de las causas fundamentales de problemas de ansiedad y sueño en los trabajadores de los servicios de urgencias. Los ciclos diarios de los trabajadores se ven alterados por la necesidad de trabajar en turnos variables, como son los nocturnos y los consecutivos, así como por cambios constantes en el ritmo laboral. Esto afecta su capacidad para regular sus emociones, mantenerse alerta y descansar (Ortiz et al., 2025).





La interrupción del sueño afecta directamente al sistema nervioso, provocando fatiga cognitiva, disminución de la capacidad de concentración, irritabilidad y dificultad para recuperarse entre turnos. Por lo general, los miembros del equipo informan que tienen dificultades para dormir, se despiertan con frecuencia o no descansan lo suficiente para recuperarse física y mentalmente. La falta de regularidad en el horario disminuye la calidad del sueño y favorece el surgimiento de insomnio, somnolencia durante el día y un deterioro considerable del bienestar general (Delgado et al., 2025).

A estos cambios se les añade la angustia que proviene tanto del ritmo de trabajo como de los aspectos emocionales del mismo. Los empleados saben que pueden encontrarse con circunstancias difíciles en cualquier momento, lo que causa anticipación ansiosa incluso fuera de su horario laboral. Esta sensación de estar constantemente alerta dificulta la relajación, incrementa la tensión en los músculos y fomenta preocupaciones frecuentes que interrumpen aún más el descanso (Fernández, 2021).

La combinación de trastornos del sueño y ansiedad genera un efecto acumulativo que afecta directamente la capacidad operativa del personal. La fatiga física, el deterioro cognitivo y la disminución de la capacidad para tomar decisiones incrementan el riesgo de cometer errores en la atención aguda, lo cual representa un peligro tanto para los pacientes como para el personal (Alban, 2025). Así, la rotación de turnos es vista como un riesgo psicosocial y no solamente una necesidad operacional, lo que demanda una meticulosa administración organizativa y potentes tácticas preventivas.





## Encuesta dirigida al personal operativo de ambulancia

En el presente cuadro se presentan los resultados de una encuesta realizada entre los paramédicos del Benemérito Cuerpo de Bomberos del Cantón Buena Fe. Su trabajo es que hay muchos factores relacionados con la actividad profesional: las organizaciones que est n circulando en Carga Laboral, las organizaciones que est n destinadas a convertirse en un individuo y en un individuo, como los psicológicos y emocionales. Se utilizó una escala Likert de cinco puntos para calificar cada  tem: "Muy en desacuerdo" (TDA), "De acuerdo" (DA), "Ni de acuerdo ni en desacuerdo" (N), "En desacuerdo" (ED) y "Muy de acuerdo" (TED).

**Tabla 1.** Encuesta dirigida al personal operativo de ambulancia

ÍTEMS	ESCALA								TOTAL	%		
	TDA	%	DA	%	N	%	ED	%			TED	%
<b>Impacto Psicológico y Emocional.</b>												
1 En mis días laborales me estreso y me siento mal emocionalmente.	5	71%	1	14%	1	14%	0	0%	0	0%	7	100
2 La sobreexposición a emergencias y traumas ha afectado mi estado de ánimo o mi estabilidad emocional.	7	100%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	7	100
3 Muchas veces no puedo dormir o no puedo descansar por el estrés laboral.	5	71%	1	14%	1	14%	0	0%	0	0%	7	100
4 Creo que la tensión en las emergencias me distrae.	4	57%	1	14%	1	14%	1	14%	0	0%	7	100





<b>Condiciones Organizacionales</b>												
5 Los turnos rotatorios y las jornadas largas aumentan mi fatiga.	5	71%	1	14%	1	14%	0	0%	0	0%	7	100
6 El personal que se encuentra en cada turno es suficiente para cubrir la demanda operativa sin llegar a una sobrecarga laboral.	1	14%	2	29%	1	14%	3	43%	0	0%	7	100
7 Las políticas institucionales actuales ayudan a disminuir los riesgos laborales físicos y psicológicos.	2	29%	1	14%	0	0%	3	43%	1	14%	7	100
8 Considero que la institución proporciona los medios para ejecutar mi trabajo de manera segura y eficiente.	3	43%	1	14%	1	14%	1	14%	1	14%	7	100
<b>Recursos Institucionales y Prácticas de Autocuidado</b>												
9 En mi institución hay programas o actividades de autocuidado físico o emocional para el personal.	0	0%	0	0%	0	0%	4	57%	3	43%	7	100
10 Si estoy estresado, cansado o afectado emocionalmente, conozco los recursos institucionales a los que puedo recurrir en busca de ayuda.	0	0%	0	0%	1	14%	5	71%	1	14%	7	100





**Nota:** Los resultados expuestos provienen de la encuesta aplicada.

La información analizada describe que un aspecto relevante de la operatividad de los equipos de los servicios de emergencia es el impacto en el área emocional y psicológica. En su gran mayoría los participantes manifestaron sentirse ansiosos y estresados emocionalmente durante el día. No obstante, la totalidad de los encuestados indicaron que afrontan las crisis y situaciones traumáticas con regularidad afectan de manera directa su equilibrio emocional. Esto indica que el desgaste emocional no es un acontecimiento aislado, sino una situación estructural que surge de la invariable presión operativa y del contacto frecuente con el sufrimiento humano.

Asimismo, el 71% de los participantes en la encuesta señaló que tenían dificultades para descansar por el estrés acumulado. Esto confirma la presencia de problemas para dormir que afectan procesos cognitivos esenciales como la memoria de trabajo, la atención y el poder reaccionar. El hecho de que más de la mitad del personal reconozca que la tensión provocada por las emergencias afecta su concentración refuerza la evidencia de una fragilidad emocional que trasciende el ámbito laboral e impacta la vida personal.

Los datos muestran que los turnos rotativos y las largas jornadas de trabajo son factores organizacionales que contribuyen al aumento de la fatiga de los empleados. Además, la percepción de falta de personal está muy extendida: sólo el 14% cree que el número de empleados es suficiente para satisfacer las necesidades operativas, mientras que el resto expresa dudas o desacuerdo, señalando una distribución desigual de las tareas más difíciles y cargas de trabajo excesivas.





Esto, no sólo incrementa la fatiga física sino también la fatiga mental, elevando la carga laboral del equipo durante emergencias complejas. Aunque el 29% cree que las políticas institucionales contribuyen a reducir los riesgos, la mayoría no las ve como suficientes ni completamente implementadas. El mismo patrón se observa en lo que respecta a los recursos materiales y operativos: solo el 43% sostiene que la entidad proporciona los recursos necesarios para trabajar con seguridad, lo que señala deficiencias en protocolos, capacitación y equipamiento.

Cuando se examinan los recursos institucionales asignados al autocuidado, la situación se torna más grave. El 57% opina que existen programas o actividades para promover el bienestar emocional y físico, pero un 43% considera que son insuficientes. Esta disparidad demuestra que las acciones implementadas no alcanzan a toda la plantilla o no satisfacen adecuadamente sus verdaderas necesidades. Aunque la mayoría sostiene que está al tanto de los recursos disponibles para conseguir apoyo emocional, el análisis muestra que estos son insuficientes o poco efectivos, lo que causa una sensación de apoyo institucional incompleto.

En general, los resultados indican un entorno laboral marcado por altos niveles de estrés, agotamiento emocional y condiciones organizacionales que incrementan la sensación de sobrecarga y fatiga. Todo esto ocurre mientras el sistema de apoyo institucional aún presenta deficiencias significativas. Si no se atiende a tiempo, esta combinación puede dejar a los trabajadores de ambulancias en una situación de vulnerabilidad que tiene el potencial de deteriorar significativamente su salud física y emocional. Los resultados destacan que la salud laboral en este escenario depende, por un lado, de las exigencias propias de los trabajos de emergencia y, por





otro, de la capacidad de las instituciones para proporcionar políticas, recursos y apoyo con el fin de garantizar condiciones sostenibles y seguras para realizar operaciones.

## Comparación de autores

**Tabla 2.** Matriz de comparación de autores

<b>Autor / Año</b>	<b>Enfoque principal</b>	<b>Aportes clave</b>	<b>Relación con el estudio</b>
(Díaz, 2022)	Riesgos en el periodo prehospitalario	Esto indica que trabajar en atención prehospitalaria requiere altas exigencias físicas y mentales, así como exposición a las presiones de la cirugía y el trauma.	Teóricamente, se basa en el reconocimiento de amenazas organizacionales, emocionales y físicas que ocurren dentro del equipo de EMS de Buena Fe.
(Barahona, 2023)	Factores psicosociales en conductores de ambulancias	La exposición frecuente a situaciones de crisis provoca un impacto emocional, estrés continuo y mala salud mental.	Esto se relaciona directamente con lo que descubrió sobre el estrés, la ansiedad y el agotamiento en los trabajadores de primera línea.
(Cobos, 2021)	Amenazas ergonómicas del personal de ambulancia	Determina las posturas forzadas; al igual que, el elevación de objetos pesados y las actividades repetitivas ocasionan daños a tanto a huesos como músculos.	Aborda tanto peligros ergonómicos como requerimientos físicas del personal de ambulancia
(López et al., 2022)	Altos niveles de estrés en las actividades operativas del personal de ambulancia	Amenaza para la salud asociadas con elevados índices de estrés, ansiedad emocional y deterioro de la salud mental.	Confirman sus hallazgos sobre el impacto psicológico de los trastornos del sueño y el estrés laboral constante.

Nota: Los autores de la tabla se encuentran en el desarrollo teórico de la investigación. El análisis de la matriz de comparación de autores, permite





la flexibilización en la comprensión completa acerca de las amenazas más relevantes que afronta el personal de ambulancia y su estrecha conexión con las conclusiones del presente estudio. Para empezar, Díaz (2022) indica que el trabajo prehospitalario mezcla demandas físicas intensas con una pesada carga mental que resulta de la constante exposición al trauma y a la presión operativa. Este aporte teórico es esencial, ya que concuerda con los hallazgos de Buena Fe, en los que se encontraron elevados niveles de estrés, tensión emocional y agotamiento físico relacionados con la rutina cotidiana del servicio.

Barahona (2023) también destaca que la exposición constante a situaciones de emergencia produce una degradación progresiva de la salud mental, lo cual se manifiesta en cansancio emocional, ansiedad y estrés crónico. Esta propuesta está directamente relacionada con los datos de la investigación, que revelaron problemas para el descanso y un impacto emocional significativo entre el personal operativo. Los dos escritores aseguran que el impacto psicológico no es circunstancial, sino una consecuencia estructural del trabajo de primer respondedor.

Por otra parte, Cobos (2021) ofrece un punto de vista ergonómico al señalar que las posturas forzadas, la manipulación de cargas pesadas y los movimientos repetitivos son causas de daños musculo esqueléticos. Este método complementa la investigación al mostrar que la salud física de los trabajadores también se ve afectada por las condiciones laborales, especialmente cuando se trasladan pacientes y equipos.

López et al. (2022) reportan, por último, un alto nivel de estrés y deterioro emocional en los trabajadores de ambulancia, lo que confirma la correlación entre turnos rotativos, trastornos del sueño y reducción del





bienestar psicológico. En conjunto, los cuatro autores analizados ofrecen un fundamento sólido que apoya la evidencia empírica hallada, lo cual posibilita entender que los riesgos del personal de ambulancia son multidimensionales y necesitan intervenciones integrales a nivel institucional.

## **Discusión**

Los resultados del análisis reflejan que la salud laboral de los trabajadores de ambulancia del Benemérito Cuerpo de Bomberos del cantón Buena Fe está definida por el contacto continuo entre exigencias emocionales, demandas físicas y circunstancias organizacionales. Estos factores, juntos, crean un panorama de alta vulnerabilidad en términos ocupacionales. De acuerdo con la definición integral de salud laboral que propone la Organización Mundial de la Salud, los hallazgos demuestran que el bienestar del trabajador no solamente depende de evitar lesiones físicas, sino también de mantener un balance a nivel psicológico y contar con el apoyo institucional requerido para tener un desempeño seguro y eficaz en situaciones de alta presión.

La dimensión psicológica muestra que hay un impacto emocional generalizado, principalmente vinculado a la exposición continua a emergencias y circunstancias traumáticas. Este fenómeno se alinea con lo que López et al. (2022) han afirmado, que los niveles de estrés asociado a la atención pre hospitalaria es acumulativo y va incrementando debido a la presión de las actividades operativas. Todo el personal que fue encuestado admite que su estabilidad emocional se ha visto afectada, lo cual permite concluir que el deterioro psicológico no es circunstancial, sino estructural, y proviene de la naturaleza del trabajo de primera respuesta.





En esta línea, los resultados empíricos concuerdan con Barahona (2023), que señala el efecto psicosocial de las crisis repetidas como una variable clave en el deterioro de la salud mental de técnicos y conductores de ambulancia. El estrés laboral va más allá del ámbito operativo y se infiltra en la vida personal de los empleados, como lo demuestra la dificultad para descansar apropiadamente que reporta la mayoría de los participantes. El poco nivel de sueño es un factor esencial, ya que, tiene impactos en los procesos neurocognitivos esenciales para la actuación en las situaciones de emergencia, como es el caso de la memoria de trabajo; al igual que, la capacidad de respuesta y la atención sostenida.

Alban (2025) señala que la falta de sueño deteriora el juicio y el control de las emociones, lo cual aumenta la posibilidad de cometer errores en contextos donde es crucial ser preciso. En este sentido, los problemas para dormir no deben ser considerados como una debilidad personal, sino como un resultado directo de la carga emocional y del ordenamiento laboral prehospitalario. Esta problemática se ve reforzada por las condiciones organizacionales que el estudio identificó.

En cuanto a los turnos rotativos y las extensas jornadas laborales aumentando la fatiga, coincidiendo con lo que han argumentado Ortiz et al. (2025) y Delgado et al. (2025). Ellos demuestran que la irregularidad en los horarios afecta los ritmos biológicos y propicia el cansancio mental entre el personal de salud. Esta situación se vuelve más grave en el contexto del Cuerpo de Bomberos de Buena Fe, debido a la impresión de que hay escasez de personal operativo. Esto indica una sobrecarga laboral, lo que restringe las oportunidades de recuperación emocional y física.





Este conjunto de ítems sugiere que la fatiga no es sólo el resultado del esfuerzo individual sino también de decisiones organizacionales relacionadas con la asignación de turnos, la dotación de personal y la gestión de la carga de trabajo. Aunque la investigación se centra principalmente en los componentes organizativos y emocionales, la discusión debería incluir contribuciones de Cobos (2021), quien sostiene que las posturas forzadas, el levantamiento de objetos pesados y los movimientos repetitivos plantean riesgos ergonómicos importantes para el personal prehospitalario. La fatiga emocional está estrechamente relacionada con las demandas físicas típicas de movilizar pacientes y equipos quirúrgicos.

Esto sucede porque la fatiga física reduce su capacidad para afrontar el estrés y aumenta su vulnerabilidad mental. Por tanto, la salud física y mental son aspectos interdependientes y se deteriorarán sin las medidas preventivas adecuadas. Un elemento particularmente importante del debate es la visión estrecha de la eficacia de las políticas institucionales y los recursos de autoayuda. Aunque algunos empleados reconocieron que existían recursos o programas de apoyo, muchos creían que eran insuficientes para satisfacer las demandas reales del trabajo.

Esta novedad es consistente con lo detallado por Singaicho y Granja (2023) quienes indicaron que el cuerpos de bomberos a nivel nacional falta de procedimientos sistemáticos que logren propiciar el apoyo psicológico y el entrenamiento físico continuo. De manera que, si varios recursos se consideran insuficientes, se puede argumentar que las estrategias actuales no se logren implementar de manera adecuada, puesto que, no son sostenibles o no logra satisfacer las necesidades específicas del personal





operativo. Ramírez (2024) señala que, si las exigencias laborales son altas y los recursos institucionales son limitados, se inicia un proceso paulatino de burnout que conduce al burnout profesional.

Esta propuesta tiene respaldo, ya que la investigación muestra niveles elevados de fatiga y estrés en un contexto donde el apoyo institucional es limitado. Por ende, la salud laboral debe ser entendida como un reto organizacional, no solo a nivel individual, que requiere de una administración estratégica enfocada en la prevención y el bienestar integral. Por último, el debate muestra que la salud laboral del personal de ambulancia es un elemento clave para garantizar una atención pre hospitalaria segura y de calidad. La falta de organización, el desgaste emocional y la fatiga acumulada no solo perjudican al empleado, sino que también elevan la posibilidad de cometer fallos operativos y ponen en peligro la efectividad del servicio.

En esta línea, los hallazgos muestran que es preciso reforzar las políticas de salud laboral en el Benemérito Cuerpo de Bomberos de Buena Fe, implementando una perspectiva sostenible y preventiva que considere la complejidad del trabajo prehospitalario y salvaguarde eficazmente el bienestar psíquico y físico de su personal operativo.

## Conclusiones

Los factores organizacionales, emocionales y físicos inherentes al trabajo prehospitalario en condiciones extremadamente difíciles tienen un impacto significativo en la salud ocupacional de los paramédicos del Benemérito Cuerpo de Bomberos del Estado de Buena Fe. Como señalan organismos internacionales y estudios recientes, la exposición frecuente a





emergencias, turnos de trabajo prolongados y circunstancias traumáticas siempre tienen un impacto negativo en la salud general de los trabajadores.

Los resultados mostraron que uno de los impactos más significativos fue el impacto emocional y psicológico, acompañado de altos niveles de ansiedad y estrés, problemas de relajación y agotamiento emocional. El estrés crónico y la exposición reiterada a la pena humana aumentan las probabilidades de sufrir síndrome de burnout y un deterioro en la salud mental del personal de primera respuesta. La fatiga acumulada y la dificultad para conciliar el sueño tienen un impacto en procesos cognitivos fundamentales, como la toma de decisiones y la concentración, lo que aumenta el riesgo operativo.

Además, se llega a la conclusión de que las condiciones de la organización, especialmente los turnos rotativos, las largas jornadas laborales y la sensación de falta de personal, contribuyen directamente a la sobrecarga física y mental de los empleados de ambulancia. Estas circunstancias restringen los plazos de recuperación y consolidan un ciclo de agotamiento gradual. Además, se suma la percepción de que los recursos disponibles y las políticas institucionales no son suficientes para reducir los riesgos laborales.

En última instancia, la investigación posibilita sostener que la salud laboral no puede ser tratada solamente desde un punto de vista individual, sino que tiene que ser concebida como una responsabilidad estratégica de la organización. El bienestar del personal y la calidad y seguridad de los servicios pre hospitalarios ofrecidos a la comunidad se ven comprometidos por la falta de programas integrales de autocuidado, apoyo psicológico continuo y promoción de la salud física.





## Recomendaciones

El Cuerpo de Bomberos del Cantón Buena Fe, en función de los resultados obtenidos, requerirá mejorar totalmente sus programas de salud laboral. Lograr este objetivo requiere una visión de atención proactiva y coordinada para la salud física, mental y organizacional del personal de emergencia.

Se deben implementar programas continuos de apoyo a la salud mental para minimizar el impacto de la exposición continua a situaciones traumáticas, para proporcionar estrategias de afrontamiento, herramientas de gestión emocional y ayuda profesional. Este tipo de intervenciones disminuye el peligro de agotamiento del trabajo y mejora la estabilidad emocional de los trabajadores de emergencia.

Asimismo, se recomienda que la programación de los turnos laborales sea revisada y mejorada, con el objetivo de garantizar períodos adecuados para descansar y recuperarse, así como una distribución equitativa del tiempo de trabajo. La reducción de las horas de trabajo y la rotación planificada de turnos ayudarán a reducir la fatiga física y los problemas del sueño vinculados al trabajo prehospitalario.

Para prevenir lesiones en los músculos y huesos y disminuir la carga física del trabajo, es fundamental reforzar los programas de formación en ergonomía y autocuidado desde el punto de vista físico y ergonómico, además de optimizar la disponibilidad de instrumental apropiado para movilizar a los pacientes.

Por último, es aconsejable fomentar en la institución una cultura de bienestar y reconocimiento, que aprecie la labor del personal de ambulancia e incentive a los empleados a participar de manera activa en el





diseño de políticas relacionadas con la salud ocupacional. Asimismo, se recomienda promover investigaciones futuras para poder valorar de forma constante la condición de la salud en el trabajo y la eficacia de las estrategias puestas en marcha, lo que ayuda a garantizar la sostenibilidad del servicio y a proteger integralmente al talento humano.





## Referencias

Alban, D. (2025). La privación del sueño y su impacto en la neurocognición:

Un análisis de los efectos en la memoria, atención y emociones.

*Horizonte Académico*, 5(1), 635-653.

<https://horizonteacademico.org/index.php/horizonte/article/view/117>

Barahona, J. (2023). Factores psicosociales en la salud mental del conductor

de ambulancia del servicio de emergencia. Universidad Regional

Autónoma de Los Andes "UNIANDES".

<https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/16808/1/UA-MSO-EAC-042-2023.pdf>

Benitez, D., Reyes, G., Africano, K., & Tamayo, M. (2024). Impacto del estrés

laboral y trastornos mentales en médicos de Colombia en el marco de

la identificación de los riesgos psicosociales del sistema de gestión y

seguridad y salud en el trabajo, revisión bibliográfica. Código

Científico Revista De Investigación, 5(E3), 392-410.

<https://www.revistacodigocientifico.itslosandes.net/index.php/1/article/view/324>

Bombón, V. (2021). Manejo del trauma prehospitalario. Centro de

Investigación y Desarrollo

Ecuador.[https://repositorio.cidecuador.org/bitstream/123456789/](https://repositorio.cidecuador.org/bitstream/123456789/806/1/Libro%20Manejo%20del%20Trauma%20%20Prehospitalario.pdf)

[806/1/Libro%20Manejo%20del%20Trauma%20%20Prehospitalario.](https://repositorio.cidecuador.org/bitstream/123456789/806/1/Libro%20Manejo%20del%20Trauma%20%20Prehospitalario.pdf)

[pdf](https://repositorio.cidecuador.org/bitstream/123456789/806/1/Libro%20Manejo%20del%20Trauma%20%20Prehospitalario.pdf)

Cabezas, C., & Brito, J. (2021). La Gestión del Talento Humano para un

Rendimiento Laboral Efectivo. *Polo del Conocimiento: Revista*





científico - profesional, 6(1), 742-761.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8219331>

Cáceres, L., Acevedo, J., Barrios, V., Romero, L., Pérez, A., & Contreras, F. (2023). Bienestar laboral y su correlación con el compromiso organizacional. Revista Investigación en 38 Salud Universidad de Boyacá, 10(1), 94-111.  
<https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/rs/article/view/742>

Cobos, R. (2021). Evaluación del riesgo ergonómico al que se ve afectado el personal de atención prehospitalaria del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social Cuenca en la atención de emergencias por trauma. Universidad de Cuenca.  
<https://dspace.ucuenca.edu.ec/items/b96f7c7f-b480-40fc-aeel-8827ad39e6a6>

Delgado, L., Fernández, J., Secaira, M., Valdez, E., & Guillen, M. (2025). Impacto de la Fatiga Mental por Turnos Nocturnos en Personal Sanitario, Clínica Granados, Ecuador. Revista Científica Multidisciplinar SAGA, 2(2), 271-279.  
<https://revistasaga.org/index.php/saga/article/view/107>

Díaz, A. (2022). Riesgos del personal que labora en atención prehospitalaria: Reto para los servicios de emergencia. Revista Salud Uninorte, 37(3), 853-866. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-55522021000300853&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-55522021000300853&script=sci_arttext)





Fernández, A. (2021). Narraciones y emociones en tiempos de cambio e incertidumbre. *Pensamiento y Acción Interdisciplinaria*, 7(1), 56-75.  
<https://enisibib.ucm.cl/index.php/revistapai/article/view/745>

Flores, S., Quito, B., & Vásconez, D. (2025). Salud Mental en Profesionales de Emergencias. *Metrópolis. Revista De Estudios Universitarios Globales*, 6(1), 1377-1417.  
<https://metropolis.metrouni.us/index.php/metropolis/article/view/181>

García, K., Cardona, L., & Henao, O. (2021). Riesgo Psicosocial en el servicio de urgencias de un hospital de baja complejidad. *Mente joven*, 10, 129-156.  
[https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/mente\\_joven/article/download/9848/892139](https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/mente_joven/article/download/9848/892139)

Guzmán, M., & Novoa, K. (2024). Bienestar laboral para el desarrollo del capital humano: Una revisión sistemática (2013-2023). *Politécnico Grancolombiano Institución Universitaria*.  
<https://alejandria.poligran.edu.co/handle/10823/7455>

Idrovo, B. (2023). Evaluación de los riesgos psicosociales en el Cuerpo de Bomberos de Machala, periodo 2022-2023. *Universidad Tecnológica Empresarial de Guayaquil*.  
<http://204.199.82.243:8080/bitstream/handle/123456789/2299/Evaluación%20de%20los%20riesgos%20psicosociales%20en%20el%20Cuerpo%20de%20Bomberos%20de%20Machala....pdf?sequence=1&isAllowed=y>





López, I., Noroña, D., & Vega, V. (2022). Estrés laboral en trabajadores de atención prehospitalaria durante la pandemia de COVID-19. Revista Cubana de Reumatología, 24(1), 1-19.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1817-59962022000100010&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1817-59962022000100010&script=sci_arttext)

Martínez, L., Quito, B., & Vásconez, J. (2025). Relación entre la carga de trabajo y la salud ocupacional del personal técnico operativo del cuerpo de bomberos de Paute. Metrópolis. Revista De Estudios Universitarios Globales, 6(1), 1910-1966.  
<https://www.metropolis.metrouni.us/index.php/metropolis/articloe/view/194>

Mingote, J., & Menj n, F. (2022). Tratamiento de víctimas de la guerra con trastorno de estrés postraumático. Encuentros Multidisciplinares(71), 1-46. <http://www.encuentros-multidisciplinares.org/revista-71/carlos-mingote-y-otros.pdf>

Organización Internacional del Trabajo. (2019). Guía para la Transversalización de la Seguridad y Salud en el Trabajo en programas de formación profesional. Organización Internacional del Trabajo. 40  
[https://www.oitinterfor.org/sites/default/files/file\\_publicacion/OIT-Guia-Transver-SST.pdf](https://www.oitinterfor.org/sites/default/files/file_publicacion/OIT-Guia-Transver-SST.pdf)

Organización Mundial de la Salud. (7 de noviembre de 2022). Salud ocupacional: los trabajadores de la salud.  
<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/occupational-health--health-workers>





Organización Mundial de la Salud. (21 de febrero de 2023). Estrés.

<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

Ortiz, N., Quito, B., & Vásconez, D. (2025). Implementación De Medidas

Preventivas Para Disminuir O Evitar La Fatiga De Los Operadores De Ambulancia Del Hospital Básico De Sangolquí. Metrópolis. Revista De

Estudios Universitarios Globales, 6(1), 3341-3383.

<https://metropolis.metrouni.us/index.php/metropolis/article/view/245>

Paz, J. (2024). Proceso emocional en la atención prehospitalaria, servicio de

enfermería, Hospital Andrés Isola, Puerto Madryn 2024. Universidad Nacional de Comahue.

<https://rdi.uncoma.edu.ar/bitstream/handle/uncomaid/18092/TESIS%20JUDITH%20ENFERMERÍA%20final%201.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pazuña, J. (2025). Emergencias Médicas: Situaciones Críticas, Acciones

Decisivas. FECIM ECUADOR, 2(bookmed13), 103-105.

<https://www.revistafecim.org/index.php/tejom/article/view/225>

Poblete, Y. (2024). Influencia del clima laboral sobre la aparición de

mobbing y burnout en funcionarios públicos de la Región del Maule, Chile. Universidad Internacional Iberoamericana.

[https://repositorio.unini.edu.mx/id/eprint/12098/1/YPobleteTolozaza\\_TesisDoctoral.pdf](https://repositorio.unini.edu.mx/id/eprint/12098/1/YPobleteTolozaza_TesisDoctoral.pdf) 41

Prieto, B., Gómez, J., Alvarado, F., Dias, A., García, J., & Ruiz, C. (2020). El

personal de emergencias experimenta efectos psicológicos profundos





debido a la exposición constante al sufrimiento de las personas. Arch  
Prev Riesgos Labor, 23(1), 52-67.  
<https://scielo.isciii.es/pdf/aprl/v23n1/1578-2549-aprl-23-01-52.pdf>

Salazar, A., & Jacome, N. (2022). Diseño de un programa de control de riesgo  
ergonómico de las operadores de ambulancia del distrito 04D02  
Carchi. Universidad de Israel.  
<http://repositorio.uisrael.edu.ec/handle/47000/3059>

Serna, T. (2025). Influencia del estrés laboral en la calidad de los servicios  
de salud y estrategias alternativas para su mitigación. Universidad de  
Antioquía.  
<https://bibliotecadigital.udea.edu.co/entities/publication/6e3bf70c-b874-40b1-bb21-6d8df34e111c>

Velasquez, M., & Gamarra, A. (2024). Factores que determinan la rotación  
de personal en los autoservicios de la Ciudad De Pilar, periodo 2023-  
2024. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 8(4), 5506-  
5532.  
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/12765>

Vintimilla, M., & Pacheco, A. (2021). Identificación de riesgos en el personal  
paramédico mediante observación de síntomas. Universidad de  
Azuay. <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/10912>

