



III Jornadas Andaluzas de
ENFERMERÍA DEL TRABAJO

*“Liderando
el cambio
en entornos
de trabajo”*



13
JUNIO
2025

H.U.C San Cecilio (PTS)
Granada

AET 
Asociación de Especialistas
en Enfermería del Trabajo

ASANDET 
Asociación Andaluza de Enfermería del Trabajo

“EL IMPACTO DE LA GRATITUD EN LA SALUD LABORAL INDIVIDUAL”

AUTORES

Dra. Rocío de Diego Cordero.

Grupo: Salud integral y sostenible: enfoque Bio-psico-social, Cultural y Espiritual para el
Desarrollo Humano - CTS-1149 .Universidad de Sevilla

D. Jose Antonio Perez Gonzalez.

Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología, Universidad de Sevilla.

Dña. Montserrat Alférez Vázquez. Delegación Territorial en Sevilla. Consejería de
Sostenibilidad y Medio Ambiente. Avda. de Grecia S/N. 41012 - Sevilla

montserrat.alferez@juntadeandalucia.es



III Jornadas Andaluzas de ENFERMERÍA DEL TRABAJO

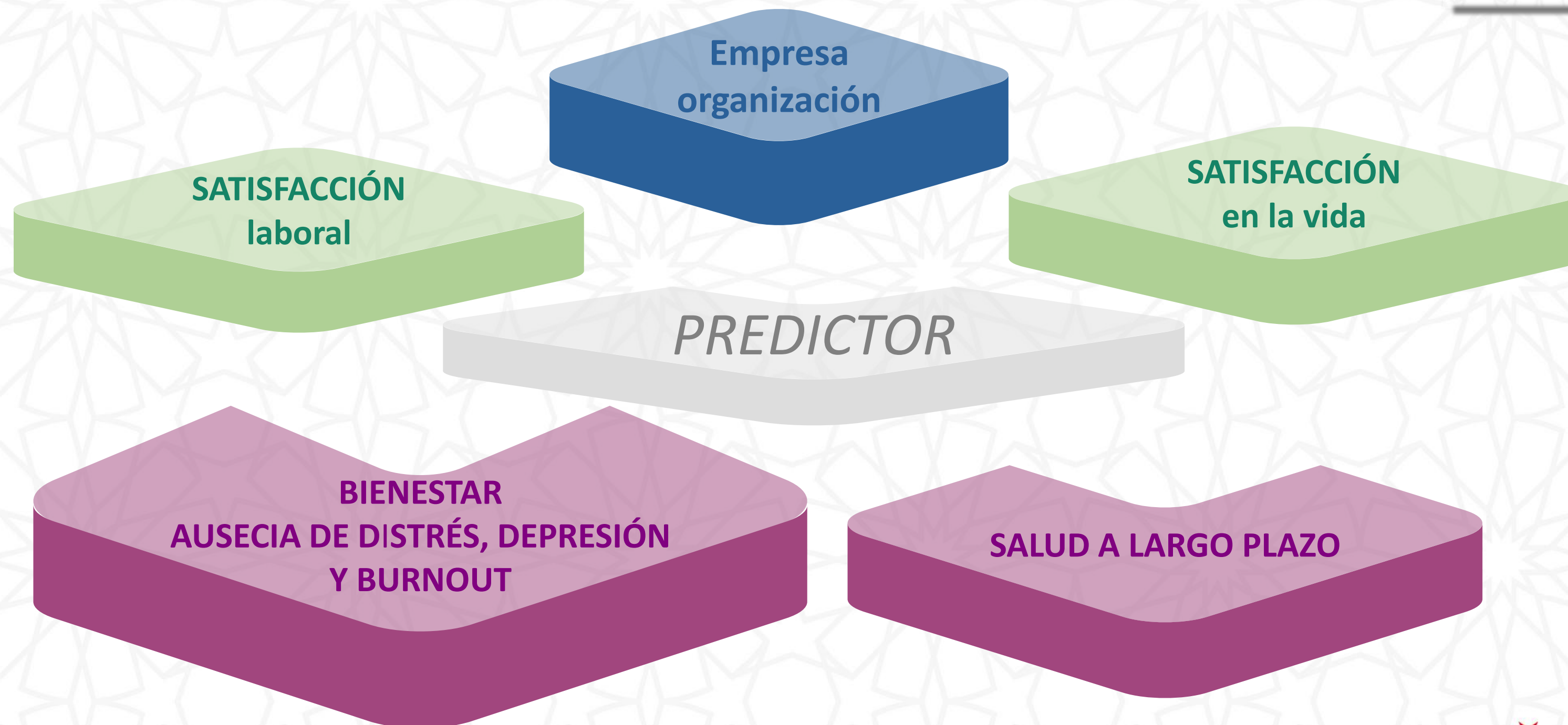
"Liderando el cambio en entornos de trabajo"

GRATITUD



Salud individual del trabajador

INTRODUCCIÓN

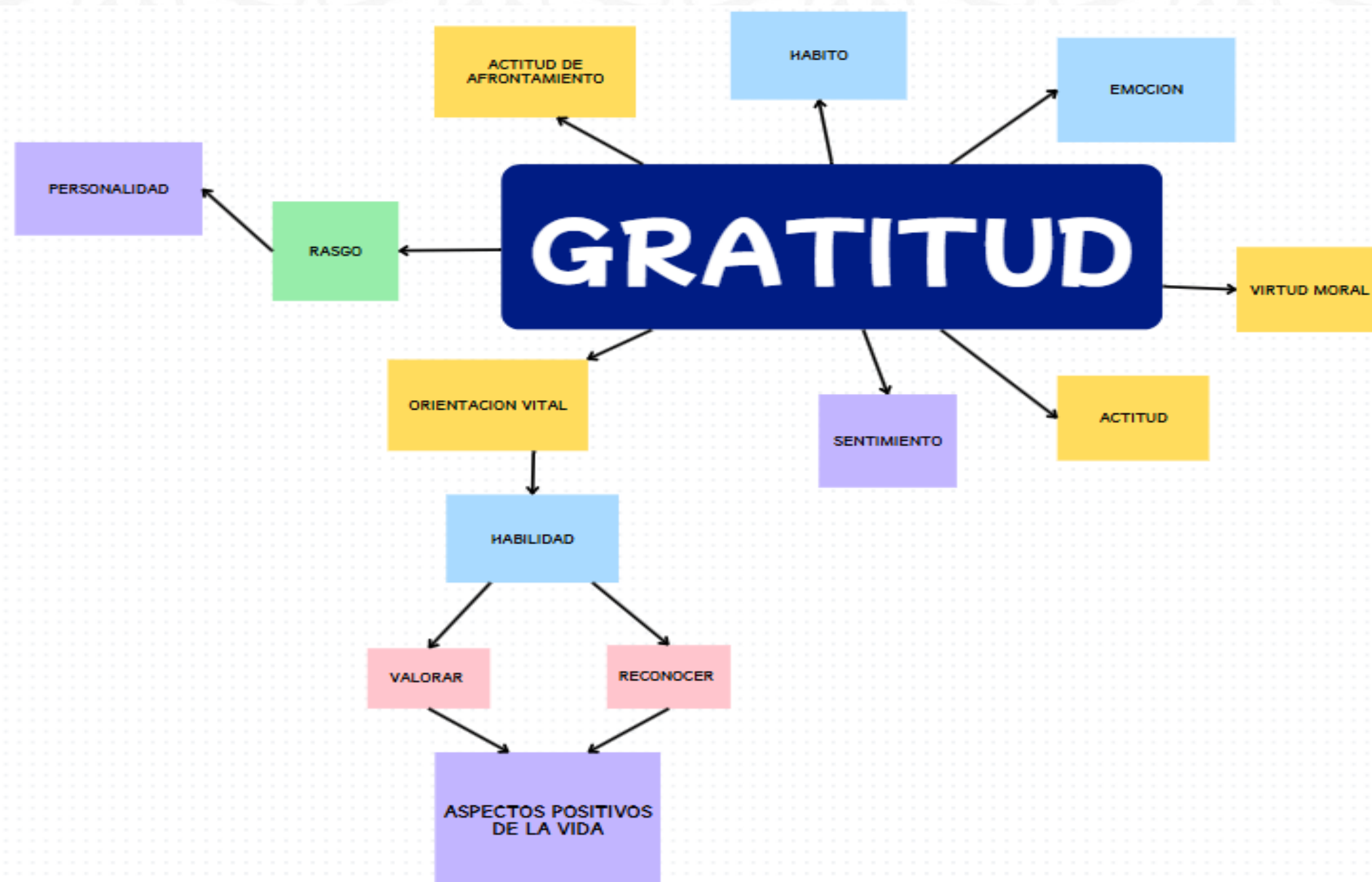


Viernes 13 de Junio, 2025

Hospital Clínico Universitario San Cecilio – Granada



INTRODUCCIÓN





MATERIAL Y MÉTODOS

- Búsqueda bibliográfica de literatura científica
- Bases de datos: Pubmed, Scopus y Web of Science (2019 a 2024).
- Idioma: Español e inglés.
- Estrategia de búsqueda: combinación de descriptores de ciencias de la salud "MESH" (trabajo o "work", ambiente de trabajo o "workplace", empleo o "employment") con términos libres (gratitud o "gratitude") y los operadores booleanos AND y OR.



RESULTADOS (I)

Se obtuvieron un total de 1122 documentos potencialmente relevantes de los cuales quedaron finalmente seleccionados para la revisión 9

Los estudios encontrados así afirman que el **impacto de la gratitud**:

- Se asocia al aumento de placer e interacción entre los miembros de la organización
- Se relaciona con el "Job crafting" y el apoyo social
- Se relaciona con la felicidad, tanto como condición indispensable, como por la inspiración
- Se identifica como recurso positivo para reducir o inhibir el agotamiento en la regulación de emociones extrínsecas.



RESULTADOS (II)

- En la salud mental laboral, la *gratitud* ejerce una gran influencia positiva:
 - ✓ mejora del estrés y depresión percibidos
 - ✓ mejora el afrontamiento y protege del estrés
 - ✓ mejora la angustia psicológica siendo un equilibrio entre la vida personal y profesional
- Concretamente en el sector de cuidados, la gratitud fue un recurso positivo para reducir o inhibir la aparición de agotamiento en la regulación de emociones de los demás o regulación extrínseca.
- La intervenciones de gratitud mejoran tanto la angustia psicológica que supone el equilibrio entre la vida personal y profesional



III Jornadas Andaluzas de ENFERMERÍA DEL TRABAJO

"Liderando el cambio en entornos de trabajo"

CONCLUSIONES (I)

La ***gratitud*** en sus diferentes formas y conceptualizaciones mejora indicadores directamente relacionados con la salud laboral individual.



Viernes 13 de Junio, 2025

Hospital Clínico Universitario San Cecilio – Granada

AET 
Asociación de Especialistas
en Enfermería del Trabajo

ASANDET 
Asociación Andaluza de Enfermería del Trabajo



CONCLUSIONES (II)

Reconocer los efectos de la ***gratitud*** en el medio laboral es de especial interés:

- Para gestores, directivos y supervisores
- Para los propios empleados y trabajadores de diversos sectores y servicios.

Para sacar provecho de sus efectos, la labor de la enfermera del trabajo resulta ***indispensable***.



BIBLIOGRAFÍA

1. Pujol-Cols L, Foutel M. Satisfacción laboral y salud: Un análisis de efectos directos e indirectos en gerentes argentinos. Cuad Adm [Internet]. 2019 [citado 28 de marzo de 2024];32(59). Disponible en: <https://www.proquest.com/docview/2621621461/abstract/2C281893B7D149ABPQ/1>
2. Grant N, Wardle J, Steptoe A. La relación entre la satisfacción con la vida y el comportamiento de salud : un análisis transcultural de los adultos jóvenes. Rev Int Med Comport. (3):259-68.
3. Eisenberger R, Wen X, Zheng D, Yu J, Liu Z, Zhang J, et al. Does Felt Obligation or Gratitude Better Explain the Relationship Between Perceived Organizational Support and Outcomes? Group Organ Manag [Internet]. 2023; Disponible en: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85162971211&doi=10.1177%2f10596011231180388&partnerID=40&md5=e3e7479612ac33ef621bf568f850b3f0>
4. Chen H, Yang X, Xia W, Li Y, Deng YL, Fan C. The relationship between gratitude and job satisfaction: The mediating roles of social support and job crafting. Curr Psychol. 2023;42(4):3134-41.
5. Garg N, Mahipalan M, Poulouse S, Burgess J. Does Gratitude Ensure Workplace Happiness Among University Teachers? Examining the Role of Social and Psychological Capital and Spiritual Climate. Front Psychol. 2022;13:849412.
6. Salas-Vallina A, Simone C, Fernández-Guerrero R. The human side of leadership: Inspirational leadership effects on follower characteristics and happiness at work (HAW). J Bus Res. 1 de febrero de 2020;107:162-71.
7. Guan B, Jepsen DM. Burnout from emotion regulation at work: The moderating role of gratitude. Personal Individ Differ [Internet]. 2020;156. Disponible en: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85076516543&doi=10.1016%2fj.paid.2019.109703&partnerID=40&md5=90d6db5961d3ba9204a97fe6eebfd7e6>
8. Komase Y, Watanabe K, Hori D, Nozawa K, Hidaka Y, Iida M, et al. Effects of gratitude intervention on mental health and well-being among workers: A systematic review. J Occup Health. enero de 2021;63(1).
9. Tee EYJ, binti Raja Reza Shah RIA. Self-transcendent emotions and their influence on organizational effectiveness: A literature review and synthesis. Asian J Soc Psychol. 2023;26(1):146-63.
10. Komase Y, Watanabe K, Imamura K, Kawakami N. Effects of a Newly Developed Gratitude Intervention Program on Work Engagement Among Japanese Workers: A Pre- and Posttest Study. J Occup Environ Med. septiembre de 2019;61(9):e378-83.
11. Adair KC, Rodriguez-Homs LG, Masoud S, Mosca PJ, Sexton JB. Gratitude at Work: Prospective Cohort Study of a Web-Based, Single-Exposure Well-Being Intervention for Health Care Workers. J Med Internet Res. 14 de mayo de 2020;22(5):e15562.



III Jornadas Andaluzas de ENFERMERÍA DEL TRABAJO

"Liderando el cambio en entornos de trabajo"

Dra. Rocío de Diego Cordero.

Grupo: Salud integral y sostenible: enfoque Bio-psico-social, Cultural y Espiritual para el Desarrollo Humano - CTS-1149 .Universidad de Sevilla

D. Jose Antonio Perez Gonzalez.

Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología, Universidad de Sevilla.

Dña. Montserrat Alférez Vázquez.

Delegación Territorial en Sevilla. Consejería de Sostenibilidad y Medio Ambiente. .Sevilla



Viernes 13 de Junio, 2025

Hospital Clínico Universitario San Cecilio – Granada

