



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

TESIS

**ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN EL
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE
MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO 2021**

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORES:

Bach. Lizet Betty, TACURI ROJAS

Bach. Mishel Alexandra, USCUVILCA LANAZCA

ASESOR:

Dra. Lizbeth Karina, ALVAREZ GAMARRA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Pública y Epidemiológica

HUANCAYO – PERÚ

2022

DEDICATORIA

A nuestros padres por habernos forjado como las personas que hoy en la actualidad nos hemos convertido, muchos de nuestros logros se los debemos a ustedes entre ellos se incluye este. Nos formaron con reglas y pocas libertades, pero al final de cuentas, nos motivaron constantemente para alcanzarnuestras metas y anhelos.

Lizet y Mishel

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestro agradecimiento a la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt, la Facultad de Ciencias de la Salud y la Escuela Profesional de Enfermería, a nuestros Licenciados quienes se convirtieron en nuestra guía durante su enseñanza, brindando sus valiosos conocimientos, compartiendo sus experiencias que se convirtieron en nuestro más grande sueño de convertirnos en profesionales y ser parte de un gran equipo de la salud y con ello hicieron que pudiéramos crecer día a día como profesional, sobre todo gracias por su paciencia logrando amar a nuestra carrera y poder convertirnos en grandes personas que van ayudar y cuidar a otras personas, sin mencionar su dedicación y apoyo incondicional.

Así mismo agradecer al director del Hospital Carmen y Jefatura de enfermería por brindar las facilidades para el recojo de datos.

PAGINA DE JURADO

Mg. Rebeca Tello Carhuanca
PRESIDENTA

Mg. Maruja Yupanqui Quispe
SECRETARIA

Dra. Lizbeth Karina Álvarez Gamarra
VOCAL

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Bachiller **Lizet Betty, TACURI ROJAS** con DNI N° 75913576 y bachiller **Mishel Alexandra, USCUVILCA LANAZCA** identificado con DNI N° 76359662 egresados de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería.

Que a efectos de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el registro de grados y títulos de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt Facultad de Ciencias de la Salud y la Escuela Profesional de Enfermería, declaramos que bajo juramento que toda documentación que acompañamos es veraz y autentica.

Así mismo declaramos bajo juramento que todos los datos e información que se encuentra en el presente estudio de investigación son auténticos y veraces.

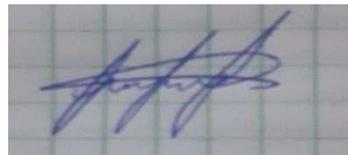
En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos e información aportada por la cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt.



Bach. Lizet Betty Tacuri Rojas

DNI: 75913576

21 de junio Huancayo



Bach. Mishel Alexandra Uscuvilca Lanazca

DNI: 76359662

21 de junio Huancayo

Índice

Caratula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Pagina de jurado	iv
Declaratoria de autenticidad	v
ÍNDICE	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
I. INTRODUCCION	9
II. METODO	19
2.1. Tipo y diseño de investigación	19
2.2. Operacionalización de la variable Ver anexo 2	20
2.3. Población, muestra y muestreo	20
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	20
2.5. Procedimiento	21
2.6. Método de análisis de datos	22
2.7. Aspectos éticos	23
III. RESULTADOS	24
IV. DISCUSION	28
V CONCLUSIONES	30
VI RECOMENDACIONES	31
VII. REFERENCIAS	32
Anexos	35

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021. Material y método: El tipo de investigación fue básico con nivel descriptivo correlacional que nos permitió buscar la relación entre las dos variables, el diseño fue no experimental de corte transversal, la población estuvo conformada por 40 enfermeras que laboran en el servicio de UCI y UCIN materno pediátrico del Hospital El Carmen, el tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia, la técnica que se utilizó fue la encuesta, el instrumento que se aplicó fue el cuestionario para la variable de estrés laboral y la segunda variable de afrontamiento, para el análisis de los datos se utilizó la estadística descriptiva con apoyo del SSPS V25. Resultados: se identificó que el nivel de estrés laboral del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021, fue regular con el 80%. Así mismo el nivel de estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021, fue regular con el 65%. Conclusiones: se determinó que no existe relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021. Según Rho de Spearman con $-0,018$ ($P= 0,912$).

Palabras clave: Estrés laboral, afrontamiento, enfermeras

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between work stress and coping strategies of the nursing professional of the Maternal and Child Teaching Regional Hospital El Carmen Huancayo 2021. Material and method: The type of research was basic with a descriptive correlational level that allowed us to search for the relationship between the two variables, the design was non-experimental cross-sectional, the population was made up of 40 nurses who work in the ICU and pediatric maternal NICU service of Hospital El Carmen, the type of sampling was non-probabilistic for convenience, the technique that was used was the survey, the instrument that was applied was the questionnaire for the variable of work stress and the second variable of coping, for the analysis of the data, descriptive statistics were used with the support of the SSPS V25. Results: it was identified that the level of work stress of the nursing professional of the El Carmen Huancayo Maternal and Child Regional Teaching Hospital 2021, was regular with 80%. Likewise, the level of coping strategies of the nursing professional of the Maternal and Child Teaching Regional Hospital El Carmen Huancayo 2021, was regular with 65%. Conclusions: it was determined that there is no relationship between work stress and coping strategies of the nursing professional of the Maternal and Child Teaching Regional Hospital El Carmen Huancayo 2021. According to Spearman's Rho with $\text{con } -0,018$ ($P= 0,912$).

Keywords: Work stress, coping, nurses

I. INTRODUCCION

El estrés laboral viene a ser la reacción que se ve sometido a ciertas exigencias laborales y esto lo revela la Organización Mundial de la Salud (OMS), donde llega a poner a prueba cuáles son sus capacidades de afrontar ciertas situaciones que se presentan llegando a convertirse en un problemática de la salud poniendo en riesgo un entorno laboral saludable, en el año 2019 la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce el estrés laboral como el síndrome de Burnout y estadísticamente se evidencio un incremento en un 74% en el área de salud considerado como un trastorno emocional. La asociación española para el estudio de la ansiedad y el estrés (SEAS) afirma del afrontamiento que el individuo puede realizar cualquier actividad ya sea de tipo cognitivo o conductual para poder enfrentarse a distintas situaciones y ante una situación estresante o reacción a una determinada emoción de puede adoptar distintos tipos de afrontamiento para así disminuir el estrés laboral La Dirección Regional de Salud (DIRESA) también muestra como el estrés laboral afecta al personal de salud y más aún ante la llegada del COVID 19, esto nos lleva a un 70% de peruanos afectados por su salud mental incluyéndose el personal de salud entre ellos enfermería y el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen no es ajeno a esta situación ya que tras el inicio del estado de emergencia en todo el país, ocasionado por el virus COVID-19 y esto ha contribuido que haya un aumento en los profesionales de enfermería el estrés. Los profesionales de enfermería tomaron diversas medidas para poder afrontar el estrés para poder seguir manteniéndose de pie en esta lucha constante, y gran parte del personal de salud se vio afectada psicológicamente y físicamente

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el estrés laboral viene a ser la reacción de un individuo que viene a ser sometido a exigencias laborales, en ocasiones se llega a poner a prueba su capacidad para afrontar ciertas situaciones que pueden suscitarse durante el trabajo, el estrés puede llegar a producirse cuando no hay apoyo de parte de su equipo de trabajo, colegas, jefes, etc. Un trabajo saludable es aquello que la presión que se ejerce sobre el empleado corresponde a sus capacidades, de poder tener el control al realizar sus actividades y también del apoyo que recibe de sus colegas. El estrés es un riesgo para la salud, la capacitación constante en materia de salud promoviendo prácticas institucionales para promover una buena salud y así generar un entorno laboral saludable y aquí en donde la promoción de la salud constituye una prioridad para los profesionales de enfermería ⁽¹⁾. En mayo del 2019 la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconocía la enfermedad de Burnout como un trastorno emocional que claramente está vinculado a una situación de estrés

laboral crónico repercutiendo de manera negativa en la salud mental y física, muestra de ello es que ascendió a un 74% y comparando con cifras anteriores hay un incremento del 7% . También se debe de tener en cuenta que el 45 % de los trabajadores reconoce sufrir estrés laboral relacionado al trabajo, para poder reducir es necesario tener iniciativa para así poder reducir el estrés laboral ⁽²⁾ mientras tanto la salud mental de los trabajadores de salud en Perú es una prioridad en sistemas y servicio de salud, dado que se ha visto afectado por el nuevo coronavirus COVID-19 y todo esto nos llevó a recordar que los profesionales de enfermería desempeñan un papel fundamental para aliviar el sufrimiento y salvar vidas. Antes de la llegada del nuevo coronavirus, ya había alteraciones en la salud mental con las tareas relacionadas llevándolos a un estrés laboral e incluso adoptar pasatiempos que dañan más su salud como el consumo de alcohol, hasta llegar a tener problemas de depresión y ansiedad ⁽³⁾.

Según la Dirección Regional de Salud Junín (DIRESA) se viene afrontando una lucha incansable para salvar vidas, no dudan en enfrentarse a diferentes riesgos al entrar en contacto con el paciente, incluso llegando a contagiarse y perder la vida a causa del COVID-19 lo que los ha llevado a un estrés laboral. El 70% de los peruanos se vio afectado y entre ellos el personal de salud preocupando su salud mental, donde 7 de cada 10 ciudadanos está pasando por un estrés laboral. Betty Mosaico directora ejecutiva DEIDAE de Adiciones del Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchi menciona: “El estrés en el profesional de la salud es grave afecto no solo al mismo personal de salud, sino que también al enfermo que tiene que cuidar y la principal arma es la prevención, siendo bueno tiempos de descanso y mantener unas pequeñas pausas dentro del trabajo para mantener una salud estable, también va depender bastante de la alimentación”. Para finalizar, el estrés laboral del profesional de enfermería hace que baje las defensas y lo vuelva vulnerable, es indispensable y reconocer que sea cual sea el campo de acción los auténticos héroes son todo el personal de salud ⁽⁴⁾.

En el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen cuenta con un equipo de profesionales de enfermería destacados, brindando sus cuidados a todos los pacientes que día a día llegan al hospital y dentro del trabajo que viene realizando con gran esfuerzo, dedicación con el objetivo de salvar vidas y dentro del gran trabajo que viene realizando los profesionales de enfermería se viene sintiendo el estrés laboral los trabajadores se enfrentan a exigencias ocupacionales que no se corresponden con su nivel de conocimiento, destreza o habilidades por lo tanto el profesional de enfermería es particularmente afectado por el estrés derivado de su trabajo. Este personal trabaja largas jornadas, prestando cuidados a pacientes que

requieren altas demandas emocionales, lo que lo hace especialmente vulnerable a presentar alteraciones del bienestar psicológico. Entre tanto, la profesión, por sí misma, es potencialmente estresante; la confrontación con la enfermedad, el sufrimiento, la muerte, así como las dificultades cotidianas derivadas de las relaciones con la familia, los compañeros y los horarios de rotación laboral, constituyen factores de riesgo que afectan directa o indirectamente la calidad de vida de las enfermeras.

Se revisaron estudios relacionados a la variable de estudio como:

Antecedentes nacionales:

Villagaray V. Realizo un estudio titulado: Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en la unidad de cuidados intensivos pediátricos de un Hospital Nacional de Ayacucho 2019. Tiene como objetivo: determinar la relación que existe entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería. Método de la investigación: Es un estudio de enfoque cuantitativo, diseño correlacional y de corte transversal, que incluyó a 35 miembros del personal de enfermería. La técnica de recolección de datos fue la encuesta y los instrumentos que se empleó serán la escala de estrés laboral de Siegrist. Resultados obtenidos, permitirán entender la relación entre el nivel laboral en sus dimensiones estrategias de afrontamiento y por implicación con las estrategias de afrontamiento de los profesionales de enfermería que laboran en UCI⁽⁵⁾.

Huallpa M., Ortiz L. Realizo un estudio titulado: Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Hospital Honorio Delgado y Clínica San Juan de Dios Arequipa 2019. Tiene como objetivo: determinar la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y las estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería. Método de la investigación: Tipo descriptivo de corte transversal y diseño correlacional, que incluyó 26 miembros del personal de enfermería. La técnica de recolección de datos se utilizó la encuesta y como técnica el cuestionario y como instrumento la escala Nursing Stress Scale y el inventario de respuestas de afrontamiento. Resultados obtenidos, escaso nivel de estrés laboral, seguido de mediano físico, es la sobrecarga de trabajo y en relación a variables presentaron un afrontamiento hacia el estrés por aproximación en búsqueda de apoyo y resolución de problemas⁽⁶⁾.

Delgado N., Morales L., Muro T. Realizo un estudio titulado: Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de cuidados intensivos de un Hospital de Essalud, 2018. Tiene como objetivo: Determinar la relación entre estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras de cuidados intensivos. Método de investigación: Estudio es cuantitativo, descriptivo correlacional que incluye 25 enfermeros. La técnica de recolección de datos se utilizó la entrevista con el inventario de Burnout de Maslach validado por V de Aiken con

una confiabilidad de cron Bach de 74 a 78 y el inventario de respuestas de afrontamiento de Rudolf H. Moos. Resultados obtenidos: El 70% de enfermeras tiene niveles de estrategias de afrontamiento entre alto y medio, el 32% presenta nivel bajo de estrés, 40% medio nivel de estrés y el 28% alto nivel de estrés ⁽⁷⁾.

Antecedentes Internacionales León M., López J., Posadas M., Gutiérrez L. Sarmiento E. Realizo un estudio titulado: Estrés y Estilos de afrontamiento de las enfermeras de un Hospital en Veracruz - 2017. Tiene como objetivo: determinar el estrés y los estilos de afrontamiento del personal de enfermería de cuidados intensivos de un hospital en Veracruz. Método de la investigación: Es un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal y prospectivo, que incluyo una población de 5 enfermeros y 28 enfermeras haciendo un total de 33 enfermeros de los 3 turnos. La técnica de recolección de datos fue la entrevista y la prueba de perfil del Estrés de Nowack. Resultados obtenidos: 21 enfermeros (2 enfermeros y 19 enfermeras) reportaron percepción moderada al estrés y el resto baja; en estilos de afrontamiento 16 enfermeros (4 hombres y 12 mujeres) usaron moderadamente la valoración positiva ante un problema presentado y el 60% del personal manifestaron que el mayor problema laboral es por la falta de insumos ⁽⁸⁾. Teixeira C., Gherardi E., Pereira S., Cardoso L., Reisdorfer. Realizo un estudio titulado: Estrés laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria Brasil - 2016. Tiene como objetivo: Analizar el estrés laboral y estrategias de afrontamiento utilizadas por técnicos auxiliares y enfermeras de un hospital universitario. Método de la investigación: Estudio transversal con una muestra aleatoria de 310 profesionales de la salud. La técnica de recolección de datos fue una evaluación del estrés laboral y las estrategias de afrontamiento y se aplicó el cuestionario de Job Stress Scale y la escala de Moods de enfrentamiento de problemas. Resultados obtenidos: Los profesionales de la salud con un 17.1% están altamente expuestas al estrés y las estrategias centradas en el problema resultaron ser protectoras en relación al estrés ⁽⁹⁾. Gallego L., López D., Piñeres J., Rativa Y., Téllez Y. Realizo un estudio titulado: El estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en personal de enfermería de Armenia, Quindío Colombia 2017. Tiene como objetivo: Identificar el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento por el personal de enfermería de la ciudad de Armenia Quindío. Método de la investigación: Diseño cuantitativo, descriptivo de corte transversal, con un muestreo de 25 enfermeros y auxiliares de enfermería. La técnica de recolección de datos fue dos cuestionarios como el perfil de estrés de Kenneth M. y Nowack y el inventario de estrategias de afrontamiento CSI creado por Tobin. Resultados obtenidos: El 50% de los hombres presenta tendencias bajas de estrés y el 50% restante presenta niveles altos de estrés ⁽¹⁰⁾.

El estrés viene a ser una reacción fisiológica provocada por el organismo donde entran

distintos mecanismos de defensa para afrontar situaciones que se vuelven amenazantes, produciendo una sobrecarga de tensión que repercute de manera negativa en el organismo y esto hace que se genere enfermedades impidiendo un desarrollo normal del organismo y su funcionamiento ⁽¹¹⁾. Son síntomas que presentan ante un evento de estrés que una persona viene teniendo estrés y se pueden presentar de manera temporal o puede ser hasta duradero, teniendo los tipos de estrés se distinguen entre eustres que viene a ser estrés positivo y distrés que viene a ser estrés negativo ⁽¹⁴⁾. Se toma como base generadora según percepción positiva o negativa ya sea como la persona distinga el estímulo externo y esto lo llevara a experimentar. Eustres, viene a ser el estado de tensión que favorece a la activación de querer realizar actividades que generen placer y es la respuesta exitosa de una buena adaptación y poder afrontar los problemas ⁽¹²⁾. Distrés, viene a ser el estado de tensión negativa, también considerado estrés patológico según Hecht que abarca dos modalidades una de ellas es la desregulación y desincronización funcional lo cual puede llevar a un peligro dentro de la vida del individuo ⁽¹²⁾. Agudo, suele surgir de exigencias del pasado y del futuro, tiende a ser fascinante y emocionante pero cuando el estrés es demasiado se vuelve agotador. Dado que es un estrés a corto plazo no va causar daños importantes y los síntomas más frecuentes son: irritabilidad, ansiedad, enojo, dolor en la mandíbula, problemas de tendones, estreñimiento, síndrome de intestino irritable ⁽²⁰⁾. Crónico, Aquí se vuelve más agotador porque desgasta al individuo día a día, hace que el cuerpo se destruya también la mente y el alma, aquí se convierte el largo plazo. Surge cuando no se encuentra una solución al problema, sin esperanzas y la persona abandona la búsqueda de soluciones. El estrés crónico suele surgir de una experiencia traumática que haya vivido durante la niñez y queda grabado y durante su presente se vuelve dolorosa afectando la personalidad. La situación más difícil dentro del estrés crónico es que el individuo puede llegar hasta el suicidio, actitudes violentas, ataque al corazón, hay un desgaste físico que lleva a una crisis nerviosa debido a que los recursos físicos y mentales se desgastan a largo plazo y los síntomas suelen ser difíciles de tratar que van requerir de tratamiento médico y manejo del estrés ⁽²⁰⁾.

Fase de alarma, constituye el inicio claro de la presencia de un agente estresante, las primeras reacciones son fisiológicas para advertir a la persona y debe de ponerse en estado de alerta al percibir dicha situación, tomando por ejemplo por un exceso de trabajo, estudio, etc ⁽¹³⁾. Fase de resistencia, Esta fase es donde se intenta continuar enfrentar la situación, pero la persona se da cuenta de que está llegando a sus límites y la mayor consecuencia que llega a padecer es frustración y en parte sufrimiento. Fase de agotamiento, considerado también como la fase terminal del estrés, teniendo como características acompañadas por fatiga, ansiedad y depresión, aparecen ya sea en simultáneo o por separado ⁽¹³⁾.

El tipo de vida que se lleva como ejemplo: vida insatisfactoria, desequilibrio entre actividad y descanso, trabajo y distracción, vida desorganizada, poco enfoque en uno mismo, dentro del trabajo el clima laboral, clima familiar y las relaciones personales, incluso en ocasiones la fuente de estrés es el mismo entorno, ausencia de espacio personal, tener un poco de espacio para estar consigo misma a solas ⁽¹⁸⁾.

Dimensiones del estrés, se tiene en 4 grupos:

Respuestas fisiológicas, el sistema neuroendocrino va hacer que aumente la liberación de ciertas hormonas como la suprarrenal, tiroideas, hormona del crecimiento, hipofisiaria y en cambio otras hormonas disminuyen su secreción como las hormonas sexuales y la insulina.

Respuestas psicológicas, aquí se puede dividir entre estrés agudo y crónico, en el primero se empieza a sentir ansiedad, miedo e ira. En el segundo ya el estado de ánimo se vuelve más depresivo, hay ansiedad, resentimiento, frustración y un sentimiento de culpa.

Respuestas físicas, se presenta sensaciones de fatiga, cansancio infecciones respiratorias, dolor de espalda, problemas gastrointestinales, variación en el peso, cambio en los hábitos alimenticios.

Respuestas comportamentales, aquí se va presenciar ausencia en el trabajo, el individuo puede llegar hasta iniciar con consumo de alcohol o incluso aumentar el consumo, fumar mayor cantidad de cigarrillos, ataques de ira, baja productividad, poca cooperación dentro del trabajo y poca concentración y atención ⁽¹⁹⁾.

El estrés laboral, es un término incluido por primera vez en 1926 por Hans Selye, por lo cual tuvo por definición como la respuesta del organismo ante cualquier factor estresante local conlleva a cambios físicos, biológicos y hormonales. El estrés laboral se enfoca en el entorno profesional provocado por la presión que se ejerce dentro del mismo entorno y genera un desequilibrio laboral y personal y se ve afectada la empresa dentro de su productividad ⁽¹⁶⁾ incluso se puede llegar a tener reacciones fisiológicas, conductuales, emocionales que son acompañados de agotamiento físico y mental, ante la incapacidad para afrontar situaciones estresantes. Hay una dificultad en la concentración, gran confusión, disminución de la capacidad dentro del trabajo, errores continuos, llegar incluso a iniciar con vicios como el alcohol o el tabaco y no menos importante los síntomas emocionales que son ansiedad, mal humos, frustración, impotencia, inseguridad y desmotivación ⁽¹⁵⁾. El estrés laboral tiene sus distintas causas, se viene agravando cuando el empleado no se siente apoyado o reconocido por la labor que realiza de parte de sus jefes, así como cuando tiene cierto control ilimitado dentro de su trabajo y siente presión laboral. Es considerado un grave problema social viéndose afectada la salud del empleado y esto hace que minimice su productividad dentro del trabajo y el crecimiento del estrés laboral de está dando por los cambios que se han

realizado dentro de los mercados de trabajo debido a la experiencia que en algunos se necesita para una mejor productividad y que hace que haya nuevas mejoras dentro del trabajo. El desempeño laboral es muy importante dentro de una empresa que es considerado como la acción observada del empleado que hace significativa el alcance de los objetivos dentro de la empresa, el esfuerzo individual tiene que ir muy relacionado con las habilidades y capacidades del individuo ⁽¹⁵⁾.

Estrés laboral se considera como un proceso donde interviene demandas laborales y como consecuencia se tiene los recursos tanto de la persona como el trabajo puede ser categorizado en dos bloques los riesgos psicosociales, laborales que vienen a ser entendidas como aspectos físicos, sociales y organizacionales que requieren esfuerzo estando asociados a ciertos costes psicológicos como el agotamiento y algunas demandas psicosociales como el abundante trabajo durante el tiempo disponible retroalimentación de las tareas realizadas y la formación que oferta la organización ⁽²³⁾

El afrontamiento, autores como Lazarus y Folkman definen a todo aquello que hace la persona para combatir cierta interrupción de significados que viene ser considerado como estrés. Dentro de los textos teóricos de enfermeras también es considerado como un elemento, capacidad o característica que desarrolla la persona, se diferencia el afrontamiento eficaz con el ineficaz entendiendo como se puede llevar el afrontamiento eficaz a una buena adaptación mientras que por el otro lado no resulta de igual manera llevándolo a una mal adaptación. Callista Roy dentro de su Teoría de la adaptación plantea El estrés se conoce como un proceso emocional de tipo adaptativo que en determinados momentos es necesario, ya que nos ayuda a poner en marcha mecanismos frente a ciertas situaciones para salir adelante ,pero cuando el estrés se alarga en el tiempo , es un factor de riesgo más para la salud de las personas el modelo de Callista Roy se puede extrapolar a todos los ámbitos de la enfermería , independiente de cuál sea el motivo del malestar .El papel de la enfermera es esencial para reducir el estrés sin descuidar otros tratamientos más específicos los cuales contribuirán a alcanzar el objetivo principal que va dirigido principalmente al concepto de adaptación de la persona y su entorno lo cual se facilita el camino hacia la acción de cuidar, sin descuidar a la persona como único ser singular, ⁽¹⁶⁾. El proceso del afrontamiento, se inician a partir de un individuo empieza a enfrentarse a una enfermedad, por lo tanto, la primera etapa se manifiesta con un sentimiento de distanciamiento, la segunda fase es de encuentro donde la persona experimenta pánico y desorganización y por último la tercera fase que corresponde a la negación que el autor Horowitz la considera como dudosa. ⁽¹⁷⁾. La respuesta inmediata es la emocional, cambios fisiológicos y estados subjetivos más conocidos como afectos y este resultado puede ser adaptativo en un periodo cercano a la

situación estresante, producirá sentimientos de desesperación si el problema se mantiene en el tiempo; en cuanto a los resultados lejanos tiene efectos emocionales recurrentes o crónicos en el funcionamiento social, bienestar subjetivo y salud, si dichos resultados se mantienen estables en el tiempo va producir sentimientos positivos ⁽¹⁷⁾.

Las estrategias de afrontamiento, se definen en 13 estrategias:

- Resolución de problemas: Requiere de análisis lógica, determinación para hacer frente al problema y esta categoría se muestra más para disminuir la ansiedad y el humor depresivo.
- Búsqueda de apoyo social: Este tipo de estrategia es considerado como afrontar el problema centrado en la emoción.
- Huida / evitación: Realizar esfuerzos para no pensar en el problema, escapar de la situación y esta estrategia utilizada al momento de haberse iniciado el problema y poder minimizar la respuesta afectiva al estrés.
- Distracción: Poder manejar la dificultad y el malestar del problema mediante actividades que resulten agradables para el individuo.
- Reevaluación o reestructuración cognitiva: Son aquellos intentos de cambiar el punto de vista sobre la situación con la intención de poner elementos positivos y que sean manejables incluyendo el pensamiento positivo.
- Rumiación: Esta estrategia resulta muy buena a corto plazo dando un buen resultado afectivo, pero ante una situación de largo plazo puede llegar a ser des adaptativa.
- Desesperación y abandono: Comienza con una aceptación resignada y serena. Se asocia a una baja adaptación, emocional y a ciertos problemas de conducta.
- Aislamiento social: La persona suele desvincularse de otros con la intención de no exponer miradas ajenas, sentimientos o alguna información de cualquier tipo.
- Regulación afectiva: Es realizar esfuerzos por expresar las emociones y rebajar el malestar.
- Búsqueda de información: El individuo intenta manejar la situación y saber sobre sus causas y consecuencias para así poder saber cómo reaccionar frente a ella.
- Negociación: Se emplea en situaciones estresantes que implica un conflicto interpersonal.
- Oposición y confrontación: Similar al anterior, hay una diferencia que trata de expresar el enfado, desacuerdo abiertamente que lleva hasta una respuesta agresiva y también la culpa.
- Rituales públicos: Incluye asistencia a celebraciones y prácticas de grupos religiosas y esto muestra afectos positivos con el control de la ansiedad y en determinadas circunstancias para el afrontamiento de grandes pérdidas ⁽¹⁷⁾.

Por estos motivos, nos encontramos con entusiasmo en realizar el presente estudio:

Por lo expuesto, el problema de investigación, se plantea de la siguiente manera:

¿Qué relación existe entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento del profesional de

enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021?

Determinar la relación que existe entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2022.

Teniendo como objetivos específicos:

Identificar el nivel de estrés laboral del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2022.

Identificar el nivel de estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2022.

Para justificar el presente estudio se define que:

El presente trabajo de investigación se realiza con el propósito de determinar la relación que existe entre el estrés laboral y afrontamiento del profesional de enfermería, mediante el cual se utilizó los cinco criterios que son expuestos; los cuales son:

Conveniencia, el presente trabajo de investigación servirá para dar a conocer los resultados encontrados a las autoridades correspondientes con la finalidad de buscar mejoras dentro del trabajo y seguir con un adecuado rendimiento y la buena atención a los pacientes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen.

Relevancia Social, los beneficiarios serán los profesionales de Enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen y así de esta manera incluir actividades que involucren liberar el estrés, enseñar un aprendizaje para el autocontrol, asertividad. Las acciones a fomentar en la salud tanto mental y ocupacional deben ser imprescindibles para fortalecer el desempeño del personal de enfermería que permita un cuidado con calidad.

Implicancias prácticas, el presente estudio brinda resultados de la relación entre el estrés y el Valor teórico de la investigación, la información que se obtenga del presente estudio de investigación servirá para poder contribuir a identificar las respuestas del personal de enfermería ante situaciones que son estresantes y estos aportes servirán para fortalecer los conocimientos acerca del estrés laboral enfocado en enfermería, y debido a la alta carga laboral están con el riesgo de desarrollar este cuadro clínico.

Utilidad metodológica, se utilizó la información recolectada y servirá para una creación de instrumento de recolección de datos y generar futuras investigaciones en contextos parecidos.

Hipótesis General:

H₁: Si existe relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.

Ho: No existe relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.

II. METODO

2.1. Tipo y diseño de investigación

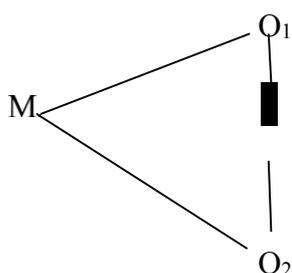
En el presente estudio se usó el método científico como método general: y el método descriptivo; y el método correlacional, como método específico esta es definida como un conjunto de procedimientos que nos permite señalar las características en forma detallada y ordenada del problema de estudio con la finalidad de establecer la relación o asociación no causal existente entre dos o más variables ⁽²²⁾.

El tipo de investigación del presente estudio fue de tipo básica que busca el conocimiento de la realidad o de los fenómenos de la naturaleza, es decir mediante la recopilación de información para enriquecer el conocimiento teórico científico, mediante el aporte con nuevas teorías o modificar las existentes ⁽²²⁾.

El nivel de investigación del presente estudio fue correlacional, que busca la relación que existe entre dos o más variables, se caracteriza porque primero se miden las variables, luego mediante las pruebas de hipótesis correlacionales y la aplicación de técnicas estadísticas, se estima la correlación ⁽²²⁾.

El diseño del presente estudio de la investigación según Sánchez Reyes. Diseño no experimental, descriptivo correlacional que busca determinar si las dos variables están correlacionadas o no.

El esquema es la siguiente:



Donde:

M: muestra (Profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen)

O1: variable 1 (estrés laboral)

O2: variable 2 (estrategias de afrontamiento)

r: relación entre variables

2.2. Operacionalización de la variable

Ver anexo 2

2.3. Población, muestra y muestreo

La población de estudio estuvo conformada por 40 profesionales enfermería entre nombradas y contratadas, enfermeras(os) que vienen laborando en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen, las áreas de UCI y UCIN. La población es un conjunto de elementos que contienen ciertas características que se pretenden estudiar ⁽²²⁾.

La muestra estuvo conformada por 40 profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen. La muestra se define como un subconjunto de la población conformada por unidades de análisis, también se dice, que es una parte o fragmento representativo de la población ⁽²²⁾.

Tipo de muestreo, se aplicó el muestreo no probabilístico por conveniencia, muestra de 40 enfermeras.

Criterios de inclusión

Las enfermeras(os) que se encontraron laborando en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen, área de Unidad de Cuidados intensivos (UCI) y Unidad de Cuidados Intensivos Neonatología (UCIN), de ambos sexos, cualquier edad y condición laboral.

Enfermeras(os) que aceptaron voluntariamente a colaborar con la investigación.

Criterios de exclusión

Enfermeras(os) que no deseen participar

Enfermeras(os) que se encontraron de vacaciones o condición de licencia.

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Para la recolección de datos que se utilizó en el presente estudio de investigación que se empleo fue la encuesta: que consistió en recopilar datos, a un aparte de la población denominada muestra poblacional con la finalidad de obtener información y con el propósito de determinar rasgos de las personas ⁽²²⁾.

El instrumento para la recolección de datos, para medir el estrés laboral de la investigación es la escala llamada Nursing Stress Scale la cual fue elaborada por los siguientes autores Pamela Gray Toft y James G. Anderson en el año 2002, este instrumento permite medir el nivel de estrés en el ámbito laboral a través de distintas situaciones estresores al que los profesionales de enfermería están expuestos durante su turno. El presente instrumento consto de 34 ítems, que describe de forma potencial las causas del estrés en los profesionales de enfermería, agrupándose en dos factores: el primero es ámbito psicológico, ámbito físico y el ámbito social. Las respuestas son: muy frecuentemente =3, frecuentemente =2, a veces =1 y no nunca =0, si la puntuación es mayor ya se considera un nivel de estrés muy alto ⁽²¹⁾. En cuanto a la variable de afrontamiento, se utilizó un cuestionario elaborado por Camiloaga Vargas María Estela que consto de 7 indicadores asociados a una auto focalización negativa, expresión de emociones abiertas, una búsqueda de apoyo social, involucra la religión, evitación, una re evaluación positiva y enfocado en la solución de problemas, cuyas respuestas fueron calificadas de acuerdo a los siguientes puntajes: 0 = Nunca, 1 = Raras veces, 2 = Algunas veces, 3 = Siempre y 4 = Casi siempre, estableciendo los cinco niveles de afrontamiento ⁽²¹⁾.

Para evaluar la relación de significación entre las variables, se utilizó la prueba estadística de Rho de Spearman que va evaluar la existencia de relación entre las variables de estrés laboral y afrontamiento.

Validez y confiabilidad

El instrumento fue validado La escala Nursing Stress Scale, presenta una confiabilidad entre 0,79 y 0,89 en el Alfa de Crombach y esto indica una alta confiabilidad.

El cuestionario de afrontamiento al estrés obtuvo una confiabilidad entre 0,76 y 0,91 en el Alfa de Crombach, que fueron tomados de la autora: Camiloaga Vargas María Estela.

2.5. Procedimiento

Para recolectar la información se realizó de la siguiente manera:

Se realizó las coordinaciones respectivas con la unidad de ética e investigación de la universidad.

Se solicitó el permiso a la institución (presentando una solicitud) al director del Hospital El Carmen y jefatura de enfermería.

Se solicitó el consentimiento informado a los participantes (profesional de enfermería) Una

vez obtenida la información se realizó la codificación u utilización de la estadística.

2.6. Método de análisis de datos

El proceso de recolección de datos y la aplicación del instrumento fueron administradas en las dos primeras semanas de marzo, el modo de abordaje fue mediante la coordinación del jefe del Hospital Regional Docente Materno Infantil y Jefatura de Enfermería, se les explico el objetivo de la investigación, importancia de la participación del profesional de enfermería, el tiempo que demora en responder el instrumento, posterior a la explicación clara y precisa.

Posterior al término de la encuesta y observación, para determinar el sesgo o invalidación del instrumento, se constató el llenado de todo y cada uno de los ítems, en caso de encontrarse una pregunta sin responder se solicitó el llenado correspondiente, para la validez en la calidad de prueba. Luego se comenzó a codificar cada instrumento para su mejor vaciado y orden.

Seguido se creó una base de datos en software IBM SPSS Statistics versión 25, donde se realizó la sumatoria de los ítems según el baremo del autor del instrumento establecio aquello que permite identificar las dimensiones: Estrés laboral, afrontamiento.

Nunca = 1

A veces = 2

Frecuentemente = 3

Muy frecuentemente = 4

La puntuación puede varias entre 0 a 102, estableciéndose en 3 niveles

Escala cualitativa	Escala cuantitativa
Nivel de estrés laboral bajo	0 - 34
Nivel de estrés laboral regular	35 - 68
Nivel de estrés laboral alto	69 - 102

La variable de estrategias de afrontamiento consta de 41 ítems y será medida de la siguiente manera:

Nunca = 0

Raras veces = 1

Algunas veces = 2

Siempre = 3

Casi siempre = 4

La puntuación puede variar entre 0 a 164, estableciéndose en tres niveles

Escala cualitativa	Escala cuantitativa
Nivel de estrategia de afrontamiento malo	0 - 55
Nivel de estrategia de afrontamiento regular	56 - 110
Nivel de estrategia de afrontamiento bueno	111 - 164

Para finalizar se aplicó la estadística descriptiva, con uso de frecuencias y porcentajes, y los resultados fueron presentados en tablas y gráficos para su análisis y comparación.

2.7. Aspectos éticos

El estudio de investigación estuvo basado en normas y principios de investigación en ciencias de la salud:

Autonomía, los profesionales de enfermería mediante voluntad propia participaron en el estudio de investigación y se daría a conocer el objetivo y saber conocer el problema.

Beneficencia, se buscó en el estudio el beneficio del profesional de enfermería y del Hospital, es probable que de los resultados obtenidos ayuden a los profesionales de enfermería de manera asertiva para su buen empeño dentro del trabajo que vienen realizando.

Justicia, la participación de los profesionales de enfermería se respetó los derechos que se les adjudica y se basaron en los criterios de inclusión con su participación dentro de la investigación.

No maleficencia, los profesionales de enfermería no fueron sometidos a realizar el estudio de manera obligatoria, de igual forma los instrumentos estarán bajo confidencialidad para salvaguardar las respuestas emitidas.

Veracidad, los resultados de la investigación se dieron a conocer de forma real a la información obtenida.

III. RESULTADOS

a) Análisis descriptivo

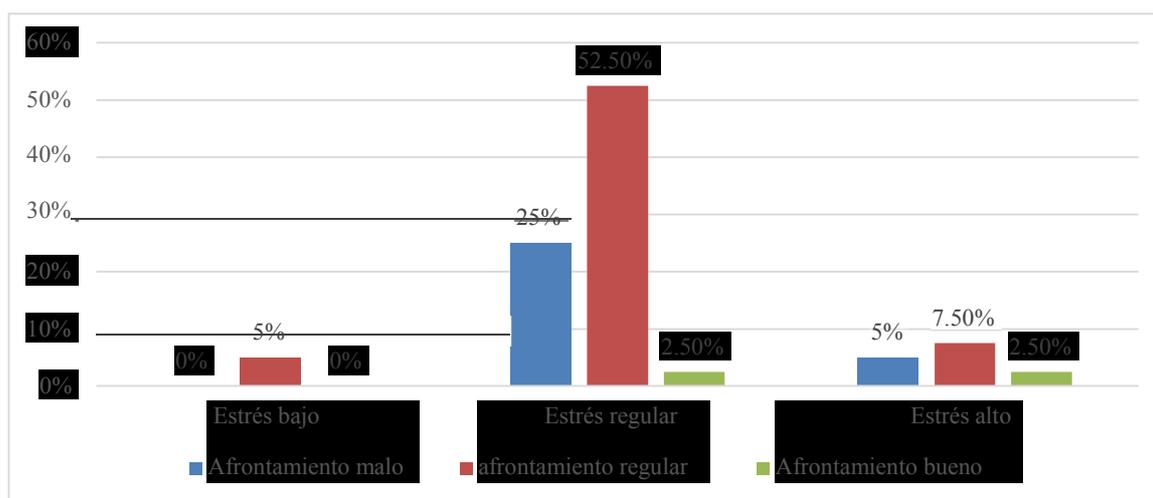
Tabla 1

Tabla cruzada entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021

Variable 1	Categorías	Nivel de afrontamiento			Total
		Malo	Regular	Bueno	
Nivel de estrés Laboral	Bajo	0 0%	2 5%	0 0%	2 5%
	Regular	10 25%	21 52,5%	1 2,5%	32 80%
	Alto	2 5%	3 7,5%	1 2,5%	6 15%
Total		12 30%	26 65%	2 5%	40 100%

Fuente: base de datos SPSSv25.

Gráfico 1



Fuente: tabla 1

Interpretación:

En la tabla 1 y gráfico 1 se observa de 40(100%) profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo que, 2(5%) presentan un nivel de estrés laboral bajo con un nivel de afrontamiento regular, 21(52,5%) presentan un nivel de estrés laboral regular con un nivel de afrontamiento regular y 3(7,5%) presentan un nivel de estrés laboral alto con un nivel de afrontamiento regular. Siendo el mayor porcentaje del 52% (n=21) que presentan un nivel de estrés laboral regular con un nivel de afrontamiento regular.

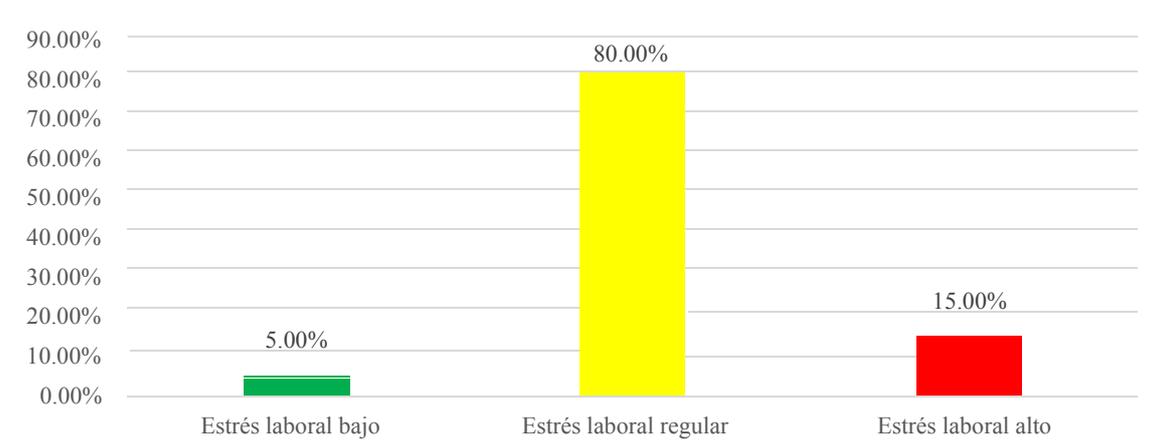
Tabla 2

Nivel de estrés laboral del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.

Categorías	Frecuencia	%
Nivel de estrés laboral bajo	2	5,0
Nivel de estrés laboral regular	32	80,0
Nivel de estrés laboral alto	6	15,0
Total	40	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

Gráfico 2



Fuente: tabla 1

Interpretación:

En la tabla 2 y gráfico 2 se observa de 40(100%) profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo, 32(80%) presentan un nivel de estrés laboral regular, 6(15%) presentan un nivel de estrés laboral alto y 2(5%) presentan un nivel de estrés laboral bajo. Siendo el mayor porcentaje del 80% (n=32) que presentan un nivel de estrés laboral regular.

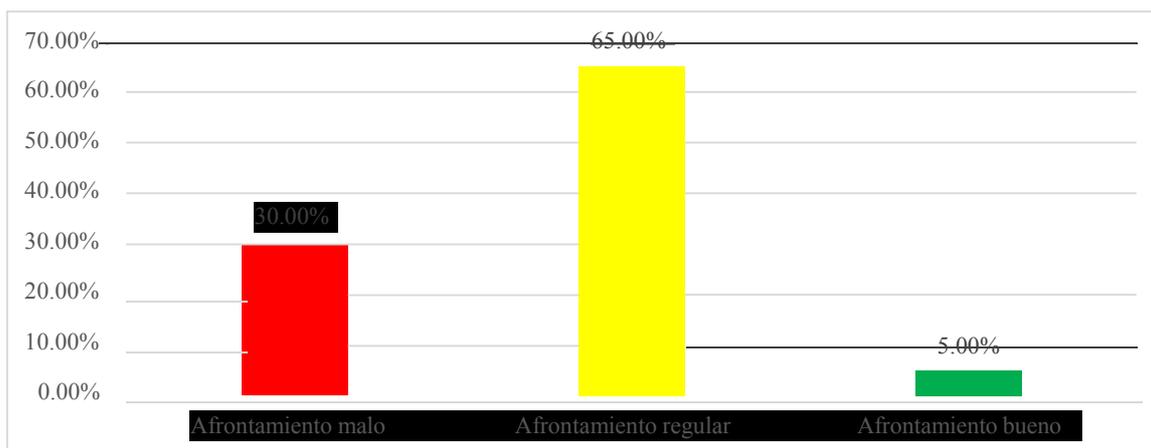
Tabla 3

Nivel de estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.

Categorías	Frecuencia	%
Nivel de afrontamiento malo	12	30,0
Nivel de afrontamiento regular	26	65,0
Nivel de afrontamiento bueno	2	5,0
Total	40	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

Gráfico 3



Fuente: tabla 3

Interpretación:

En la tabla 3 y gráfico 3 se observa de 40(100%) profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo, 26(65%) presentan un nivel de afrontamiento regular, 12(30%) presentan un nivel de afrontamiento malo y 2(5%) presentan un nivel de afrontamiento alto. Siendo el mayor porcentaje del 65% (n=26) que presentan un nivel de afrontamiento regular.

Tabla 4

Relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.

Hipótesis General:

H₁: Si existe entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.

H₀: No existe relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.

Grado de relación según coeficiente de correlación de Pearson

Rango	Relación
-0.90	Correlación negativa muy perfecta
-0.75	Correlación negativa considerable
-0.50	Correlación negativa media
-0.25	Correlación negativa débil
-0.10	Correlación negativa muy débil

			Nivel de estrés laboral	Nivel de afrontamiento
Rho de Spearman	Nivel de estrés laboral	Coefficiente de correlación	1,000	-,018
		Sig. (bilateral)	.	,912
		N	40	40
	Nivel de Afrontamiento	Coefficiente de correlación	-,018	1,000
		Sig. (bilateral)	,912	.
		N	40	40

Fuente: base de datos SPSSv25.

Interpretación:

En la tabla 4 se observa según la correlación de las variables nivel de estrés y nivel de afrontamiento y el resultado según el coeficiente de Rho de Spearman es -0,018 lo que nos indica que existe una correlación negativa muy débil. Sin embargo, con un nivel de significancia de ($\alpha = 0,05$ se tiene $P = 0,912$ siendo este resultado mayor que ($\alpha = 0,05$). Por lo tanto, no se rechaza la hipótesis nula. Concluyéndose que no existe relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.

IV. DISCUSION

En la tabla 1 y grafico 1 se observa de 40(100%) profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo que el mayor porcentaje del 52% (n=21) presentan un nivel de estrés laboral regular con un nivel de afrontamiento regular. Este resultado difiere al estudio realizado por Delgado N., Morales L., Muro T. Quien concluye que el nivel de estrés en un 32% está en un nivel bajo y el 70% de enfermeros presento un afrontamiento entre alto y medio.

El estrés viene a ser una reacción fisiológica provocada por el organismo donde entran distintos mecanismos de defensa para afrontar situaciones que se vuelven amenazantes, produciendo una sobrecarga de tensión que repercute de manera negativa en el organismo y esto hace que se genere enfermedades impidiendo un desarrollo normal del organismo y su funcionamiento. La respuesta frente al estrés es considerada una forma particular para adaptarse a ciertas situaciones que se vienen presentando y esto aparece cuando se percibe que nuestros recursos son insuficientes a la hora de afrontar problemas ⁽¹¹⁾.

En la tabla 2 y grafico 2 se observa de 40(100%) profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo que el mayor porcentaje del 80% (n=32) presentaron un nivel de estrés laboral regular. Estos resultados difieren al estudio realizado por León M., López J., Posadas M., Gutiérrez L. Sarmiento E. Quien concluye que los profesionales de enfermería conformada por 21 enfermeros (80%) presentaron un nivel de estrés laboral moderado y bajo. Por otro lado, estos resultados son similares al estudio realizado por Huallpa M., Ortiz L. Quienes concluyen que existe escaso nivel de estrés laboral, seguido de mediano nivel las situaciones que con mayor frecuencia generan estrés en la dimensión ambiente físico, es la sobrecarga de trabajo.

El estrés laboral tiene sus distintas causas, se viene agravando cuando el empleado no se siente apoyado o reconocido por la labor que realiza de parte de sus jefes, así como cuando tiene cierto control ilimitado dentro de su trabajo y siente presión laboral. Es considerado un grave problema social viéndose afectada la salud del empleado y esto hace que minimice su productividad dentro del trabajo y el crecimiento del estrés laboral de está dando por los cambios que se han realizado dentro de los mercados de trabajo debido a la experiencia que en algunos se necesita para una mejor productividad y que hace que haya nuevas mejoras dentro del trabajo. El desempeño laboral es muy importante dentro de una empresa que es considerado como la acción observada del empleado que hace significativa el alcance de los objetivos dentro de la empresa, el esfuerzo individual tiene que ir muy relacionado con las

habilidades y capacidades del individuo ⁽¹⁵⁾.

En la tabla 3 y grafico 3 se observa de 40(100%) profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo que el mayor porcentaje del 65% (n=26) presentaron un nivel de afrontamiento regular. Este resultado es similar al estudio realizado por Huallpa M., Ortiz L. Quienes concluyen que presentaron un afrontamiento hacia el estrés por aproximación en búsqueda de apoyo y resolución de problemas.

El proceso del afrontamiento, se inician a partir de un individuo empieza a enfrentarse a una enfermedad y esto indica como la primera etapa de shock que ocurre sin previo aviso, por lo tanto, la primera etapa se manifiesta con un sentimiento de distanciamiento, la segunda fase es de encuentro donde la persona experimenta pánico y desorganización y por último la tercera fase que corresponde a la negación que el autor Horowitz la considera como dudosa. En este planteamiento hay una etapa de retirada que es abandonada a favor de una creciente en la realidad y aquí es importante prevenir el desmoronamiento, cuando el proceso de afrontamiento se ha completado de manera satisfactoria ya suelen ocurrir con menos frecuencia y terminan por desaparecer ⁽¹⁷⁾.

V CONCLUSIONES

1. Se determinó que no existe relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021. Según Rho de Spearman de $-0,018$
2. Se identificó que el nivel de estrés laboral del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021, fue regular con el 80%.
3. Se identificó que el nivel de estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021, fue regular con el 65%.

VI RECOMENDACIONES

1. El profesional de enfermería del servicio de UCI y UCIN del Hospital El Carmen de Huancayo en conjunto con Jefatura de Enfermería fomenten la realización de ejercicios mentales y programas sesiones psicológicas grupales en el ambiente laboral.
2. El profesional de enfermería del servicio de UCI y UCIN del Hospital El Carmen de Huancayo en conjunto con Jefatura de Enfermería implementen procedimientos de relajación (liberando emociones reprimidas) a modo que el personal de salud cuente con las herramientas necesarias para contrarrestar situaciones estresores.
3. El profesional de enfermería del servicio de UCI y UCIN del Hospital El Carmen de Huancayo en conjunto con Jefatura de Enfermería debe incluir actividades participativas y distractoras para crear un buen clima laboral y buena salud mental, incluyendo el trabajo en equipo.

VII. REFERENCIAS

1. Organización mundial de la Salud. La organización del trabajo y el estrés. Serie protección de la salud de los trabajadores. Edición n°3. Ginebra: Dipl. Grafic-Des.A. Robler, publicada en 2004. {Internet}. Disponible en: https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf
2. Observatorio de Recursos Humanos ORH {Internet}. España: Editorial de conocimiento y gestión; 15 de Setiembre del 2020 { 30 de Noviembre del 2021} Disponible en: <https://www.observatoriorh.com/orh-posts/el-45-de-los-trabajadores-sufre-estres-laboral.html>
3. Ascencios K., Iparraguirre E., Ponce A., Ruiz C. Gestión Publica en tiempos de Crisis Manejo de la Salud mental durante la Pandemia Edición n°10. Perú: Escuela Nacional de Administración Pública – ENAP. Agosto 2021. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2073753/Revista%20Con- texto%20N%C2%B0%2010%20-%20A%C3%B1o%202021.pdf>
4. Dirección Regional de Salud DIRESA {Internet} Junín: 25 de Julio del 2020. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2073753/Revista%20Con- texto%20N%C2%B0%2010%20-%20A%C3%B1o%202021.pdf>
5. Villagaray V. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en la unidad de cuidados intensivos pediátricos de un Hospital Nacional de Ayacucho 2019. {tesis de segunda especialización}. Ayacucho: Septiembre del 2019, 84 hojas. Disponible en: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2702/Vilma_Trabajo_Academico_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
6. Huallpa M., Ortiz M. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Hospital Honorio Delgado y Clínica San Juan de Dios Arequipa 2019. {tesis de segunda especialización}. Arequipa: 20 de diciembre del 2019, 95 hojas. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10970/SEhuqumi%26ormald.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
7. Delgado N., Morales L., Muro T. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de cuidados intensivos de un Hospital de Essalud Chiclayo 2018. {tesis

- para título}. Chiclayo: 15 hojas. Disponible en: <http://revistas2.unprg.edu.pe/ojs/index.php/RFE/article/view/475/219>
8. León M., López J., Posadas M., Gutiérrez L., Sarmiento E. Estrés y estilos de afrontamiento de las enfermeras de un hospital en Veracruz 2017 {Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud}. México: Julio – diciembre 2017, Vol. 6, Núm. 12. Disponible en: <https://www.rics.org.mx/index.php/RICS/article/view/56/254>
 9. Teixeira C., Gherardi E., Pereira S., Cardoso L., Reisdorfer. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria Brasil 2016 {Artículo de investigación}. Enfermería Global: octubre 2016, Vol 15, pag 299 – 309. Disponible en: <https://eds.s.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=4&sid=2f4f1007-45fc-4992-9039-4cade8edf69c%40redis&bdata=JkF1dGhUeXB1PzbyZsYW5nPWVzJnNpdGU9ZWRzLWxpdmUmc2NvcGU9c2l0ZQ%3d%3d#AN=118684730&db=edb>
 10. Gallego L., López D., Piñeres J., Rativa Y., Téllez Y. El estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en personal de enfermería de Armenia Quindío 2017. {Tesis de título}. Colombia: 01 de mayo del 2017, 15 hojas. Disponible en: <https://www.psicologiacientifica.com/estres-laboral-estrategias-afrontamiento-personal-enfermeria/>
 11. Regueiro A. Psicóloga. Stress. España: Disponible en: <https://www.uma.es/media/files/tallerestr%C3%A9s.pdf>
 12. Espinoza A., Pernas I., Gonzales R. Humanidades médicas. Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. {Internet}. 9 de noviembre del 2018, {28 de abril del 2018} pág. 1 – pág. 21. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n3/1727-8120-hmc-18-03-697.pdf>
 13. Naranjo M. Revista educación. Revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. {Internet}, 28 de agosto del 2009 {3 de agosto del 2009}: Volumen 33: pág. 1 – pág. 21. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
 14. ELSEVIER {Internet} Septiembre 2005. . Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-13078580>
 15. Hernández P., Bedolla M., Pecina E. El estrés laboral y sus dimensiones a nivel individual y organizacional. Revista de investigación Latinoamericano en Competitividad Organizacional. {Internet}, agosto 2020, Volumen 7: pág. 1- pág.8.

- Disponible en: <https://www.eumed.net/rev/rilco/07/estres-laboral.pdf>
16. Gómez J. Formalización del concepto de Afrontamiento: Una aproximación en el cuidado de la salud. {Internet} España Barcelona. 23 de noviembre del 2017, 14 hojas. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/ene/v11n3/1988-348X-ene-11-03-744.pdf>
 17. Mayordomo T. Afrontamiento, resiliencia y bienestar a lo largo del ciclo vital {Tesis de doctorado}. Valencia: 2013. 278 páginas. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/71013352.pdf>
 18. Pérez J., Echauri M., Salcedo A. Promoción de la salud. El estrés. Navarra: Graficas ONA; Febrero del 2002. Disponible en: <https://files.sld.cu/bmn/files/2014/07/estresfolleto.pdf>
 19. Disponible en: <https://www.saes.org.ar/revista/2012/manifestaciondelestres.pdf>
 20. Asociación Americana de Psicología {Internet} Estados Unidos: Disponible en: <https://www.apa.org/topics/stress/tipos>
 21. Más Pons, Rosa y Escriba Aguir, Vicenta. La versión castellana de la Escala para medir el estrés en enfermeras. Revista española de salud pública, Vol. 72, Nº 6 ,1998. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57271998000600006
 22. Hernández R. y et al. Metodología de la investigación. 6ta edic. editorial: Mc Graw Hill. México; 2014. p 108. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
 23. Javier. Plan Integral de Salud Mental de Andalucía. Estrés Laboral Informe Técnico sobre Estrés en el lugar de Trabajo: Consejería de Salud; Junio del 2010. Disponible en: https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/salud_5af958726e177_estres_laboral_informe_pslt.pdf

Anexos

ANEXO I

Título: Estrés laboral y Estrategias de Afrontamiento en el Profesional de Enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>Problema General</p> <p>¿Qué relación existe entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación que existe entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>H₁: Si existe relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermería del Hospital Regional Docente Materno</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Estrés laboral</p> <p>Variable 2:</p> <p>Estrategias de afrontamiento</p>	<p>Método:</p> <p>Científico y descriptivo correlacional</p> <p>Tipo de investigación: Básica</p> <p>Nivel de investigación: Correlacional</p> <p>Diseño: No experimental de tipo descriptivo correlacional y de forma transversal</p>
<p>Problemas específicos</p> <p>1. ¿Cuál es el nivel de estrés laboral de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021?</p> <p>2. ¿Cuál es el nivel de estrategias de afrontamiento de enfermería del</p>	<p>Objetivos específicos</p> <p>1. Identificar el nivel de estrés laboral del profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.</p> <p>2. Identificar el nivel de estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería</p>	<p>Infantil El Carmen Huancayo 2021.</p>		<p style="text-align: right;">O1 r M----- O2</p> <p>Donde:</p>

<p>¿Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021?</p>	<p>del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021.</p>			<p>M: muestra (profesional de enfermería del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen) O1: variable 1 (estrés laboral) O2: variable 2 (estrategias de afrontamiento) R: relación entre las variables Población de estudio: 40 enfermeras que laboran en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Muestra: 40 enfermeras que laboran en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Tipo de muestreo: No probabilístico</p>
---	--	--	--	--

ANEXO 2: Operacionalización de las variables

VARIABLES	INDICADORES	RESPUESTA O VALOR FINAL	ESCALA DE MEDICION
Estrés laboral	<ul style="list-style-type: none"> • Agotamiento físico • Desconcentración en el trabajo • Bajo rendimiento • Sentimiento de desconfianza • Actitudes negativas hacia los compañeros • Poca empatía en los demás, aislamiento social • Auto concepto negativo • Desgaste emocional • Falta de cooperación en equipo 	<p>Alto (0 – 34)</p> <p>Medio (35 – 68)</p> <p>Bajo (69 – 102)</p>	Ordinal
Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda de solución del problema • Apoyo emocional • Evaluación del problema • Apoyo religioso • Inicio de actividades agradables • Expresar emociones y sentimientos 	<p>Bueno (111 - 164)</p> <p>Regular (56 - 110)</p> <p>Malo (0 – 55)</p>	

ANEXO 3: INSTRUMENTO DE EVALUACION

CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO

(Elaborado por Camiloaga Vargas María Estela)

Estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería del Hospital Regional

Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2021

OBJETIVO: Es obtener información acerca de estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería y poder medir el nivel de estrategias de afrontamiento.

INSTRUCCIONES: Estimado(a) en Enfermería el presente cuestionario es parte de una investigación, la información que Ud. nos proporcione es de carácter anónimo y confidencial. Lea detenidamente cada pregunta y marque con un aspa la respuesta correcta que según usted crea conveniente.

RESPONSABLES: Tacuri Rojas Lizet Betty y Uscuvilca Lanazca Mishel Alexandra

I. DATOS GENERALES

SEXO:

EDAD: ()

FEMENINO ()

MASCULINO ()

ESTADO CIVIL:

SOLTERO(A) ()

TIEMPO DE SERVICIO EN LA INSTITUCION:

CASADO(A) ()

1 A 5 AÑOS ()

CONVIVIENTE ()

5 A 10 AÑOS ()

DIVORCIADO(A) ()

10 A MAS ()

VIUDO(A)

CONDICION LABORAL:

CONTRATADO ()

NOMBRADO ()

INSTRUCCIONES:

Marque con un x la respuesta que considere correcta, por favor

Nunca	Raras veces	Algunas veces	Siempre	Casi siempre
0	1	2	3	4
	Nunca	Alguna vez	Frecuentemente	Muy frecuentemente
	1	2	3	4

Nº	CRITERIOS	0	1	2	3	4
1	Trate de analizar las causas del problema para poder hacerle frente					
2	Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal					
3	Intente centrarme en los aspectos positivos del problema					
4	Descargue mi mal humor con los demás					
5	Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas					
6	Le conté a familiares o amigos como me sentía					
7	Asistí a la iglesia					
8	Trate de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pesados					
9	No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas					
10	Intente sacar algo positivo del problema					
11	Insulte a ciertas personas					
12	Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema					
13	Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema					
14	Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)					
15	Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo					
16	Comprendí que yo fui el principal causante del problema					
17	Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás					
18	Me comporte de forma hostil con los demás					
19	Salí al cine, a cenar, a dar una vuelta, etc. Para olvidarme del problema					
20	Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema					
21	Acudí a la iglesia para rogar que se solucione el problema					
22	Hable con las personas implicadas para encontrar una solución al problema					
23	Me sentí indefenso/a incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación					
24	Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes					
25	Agredí a algunas personas					
26	Procure no pensar en el problema					
27	Hable con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal					
28	Tuve fe en Dios remediaría la situación					
29	Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas					
30	Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema					
31	Experimente personalmente eso de que no hay mal que por bien no venga					
32	Me irrite con alguna gente					
33	Practique algún deporte para olvidarme del problema					
34	Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cual sería el mejor camino a seguir					

35	Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema					
36	Me resigne a aceptar las cosas como eran					
37	Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor					
38	Luche y me desahogue expresando mis sentimientos					
39	Intente olvidarme de todo					
40	Procure que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesite manifestar mis sentimientos					
41	Acudí a la iglesia para poner velas o rezar					

Autor: Camiloaga Vargas María Estela

Anexo 4: CUESTIONARIO DE ESTRÉS

Nº	CRITERIOS	N	AV	F	MF
1	Interrupciones frecuentes en la realización de sus tareas				
2	Recibir críticas de un medico				
3	Realización de cuidados de enfermería que resultan dolorosos para el paciente				
4	Sentirse impotente en el caso de un paciente que no mejora				
5	Problemas con un supervisor				
6	Escuchar o hablar con un paciente sobre su muerte cercana				
7	No tener ocasión para hablar abiertamente con otros compañeros (enfermeras/os y/o auxiliares de enfermería) del servicio sobre problemas				
8	La muerte de un paciente				
9	Problemas con uno o varios médicos				
10	Miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería de un paciente				
11	No tener ocasión para compartir experiencias y sentimientos con otros compañeros (enfermeras/os y/o auxiliares de enfermería) del servicio				
12	Muerte de un paciente con quien ha llegado a tener una relación estrecha				
13	El médico no está presente cuando un paciente se está muriendo				
14	Estar en desacuerdo con el tratamiento de un paciente				
15	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente a la familia del paciente				
16	No tener ocasión para expresar a otros compañeros (enfermeras/os y/o técnicos de enfermería) del servicio mis sentimientos negativos hacia los pacientes (Ej. Pacientes conflictivos, hostilidad, etc.)				
17	Recibir información insuficiente del médico acerca del estado clínico de un paciente				
18	No disponer de una respuesta satisfactoria a una pregunta hecha por un paciente				
19	Tomar una decisión sobre un paciente cuando el medico no está disponible				
20	Pasar temporalmente a otros servicios por falta de personal				
21	Ver a un paciente sufrir				
22	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros (enfermeras/os y/o técnicos de enfermería) de otros servicios				
23	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente al paciente				
24	Recibir críticas de un supervisor				
25	Personal y turno imprevisible				
26	El medico prescribe un tratamiento que parece inapropiado para el paciente				
27	Realizar demasiadas tareas que no son de enfermería (Ej. Tareas administrativas)				
28	No tener tiempo suficiente para dar apoyo emocional al paciente				

29	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros (enfermeras/os y/o técnicos de enfermería)				
30	No tener tiempo suficiente para realizar todas mis tareas de enfermería				
31	El médico no está presente en una urgencia medica				
32	No saber que se debe de decir al paciente o a su familia sobre su estado clínico o tratamiento				
33	No saber bien el manejo y funcionamiento de un equipo especializado				
34	Falta de personal para cubrir adecuadamente el servicio				

Autor: Nursing Stress Scale

Anexo 5

Autorización para recolección de datos



Huancayo, 01 de Marzo del 2022.

PROVEIDO N° 014- 2022-GRJ-DRSJ-HRDMIEC-OADI.

A : Bach. Lizet Betty Tacuri Rojas
Bach. Mishel Alexandra Uscovilca Lanazca

DE : Jefe Oficina de Apoyo Docencia Investigación

ASUNTO : Autorización desarrollar Plan de Tesis

Visto el Informe N° 003 -2022-GRJ-DRSJ-HRDMIEC-CEI, presentado por el Comité de Ética e Investigación, quien informa que luego de haber revisado el plan de tesis ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO 2021, continúe con el trámite, autorizando aplicar encuesta al personal del servicio de UCI, UCIN a las bachilleres Lizet Betty Tacuri Rojas, Mishel Alexandra Uscovilca Lanazca de la Universidad ROOSEVELT, especialidad de Enfermería, a partir del 08 al 15 de Marzo del presente; debiendo al término presentar copia de proyecto y exposición de conclusiones.

Atentamente,

HOSPITAL REGIONAL DOCENTE
MATERNO INFANTIL EL CARMEN

Lic. Adm. Carolina Raquel Huatuco Laura
JEFE DE OFICINA DE APOYO DOCENCIA E INVESTIGACIÓN

CHL/chl.
C.c.Archivo

DOC.	05510194
EXP.	03797286

Anexo 6



Aplicación de encuesta en la unidad de cuidados intensivos neonatal



Entrevista con el profesional de enfermería en la unidad de cuidados intensivos



Aplicación de la encuesta en la unidad de cuidados intensivos



Entrevista con el profesional de enfermería en la unidad de Cuidados Intensivos