

**UNIVERSIDAD SAN PEDRO**  
**ESCUELA DE POSGRADO**  
**SECCION DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE**  
**EDUCACION Y HUMANIDADES**



**Relación del nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de  
enfermería del hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz- 2017**

**Tesis para Optar el Grado de Maestro en Ciencias de la Educación  
Superior**

**Autor:**

**SOTO GARCÍA YRMA ROSARIO**

**Asesor:**

**YOVERA SALDARRIAGA JOSÉ**

**Código ORCID 000-0001-5235-027**

**Huaraz – Perú**

**2021**

## **TITULO**

Relación del nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería del hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz- 2017

**Palabras Clave**

Estrés y la carga laboral

**Keyword**

Stress level and workload on nurse

<b>Línea de investigación:</b>	Didáctica para el proceso de enseñanza aprendizaje
<b>Área</b>	Ciencias Sociales
<b>Subarea</b>	Ciencias de la Educación
<b>Disciplina</b>	Educación General (Incluye Capacitación, Pedagogía)

## **RESUMEN**

El presente trabajo tiene como objetivo conocer el nivel de estrés asociado con la carga laboral de los profesionales de enfermería del hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz, sustentada por la teoría de Calixta Roy quien dice que el ser humano se adapta a cualquier circunstancia con un análisis significativo de las interacciones. El tipo de investigación es cualitativo, descriptivo, diseño aplicado no experimental de corte transversal. Para ello, se trabajó con 95 profesionales de enfermería, de los diferentes servicios, cuyos resultados han sido analizados e interpretados acorde con el software SPSS, versión 23. Como hallazgo se ha encontrado que en el 61% el nivel de estrés en los profesionales es alto, seguido de la carga laboral inadecuada con un 54% enfermeras, asimismo el nivel de estrés está relacionado con la carga laboral de los profesionales de enfermería.

## **ABSTRACT**

The present work aims to know the level of stress associated with the workload of the nursing professionals of the Víctor Ramos Guardia Huaraz hospital, supported by the theory of Calixta Roy who says that the human being adapts to any circumstance with a significant analysis of the interactions. The type of research is qualitative, descriptive, non-experimental applied cross-sectional design. For this, we worked with 95 nursing professionals, from the different services, whose results have been analyzed and interpreted according to the SPSS software, version 23. As a finding it has been found that in 61% the level of stress in professionals is high, followed by inadequate workload with 54% nurses, also the level of stress is related to the workload of nursing professionals.

## INDICE DE CONTENIDO

Contenido	Pag.
Palabras Clave.....	2
Keyword.....	3
Stress level and workload on nurse.....	3
RESUMEN .....	4
INTRODUCCIÓN .....	6
1. ANTECEDENTES Y FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA .....	11
2. Justificación de la investigación .....	28
3. Problema.....	29
4. Conceptualización y Operacionalización de las variables.....	30
METODOLOGÍA.....	32
1. Tipo y diseño .....	32
2. Población y Muestra .....	32
3. Técnicas e instrumentos de investigación .....	33
4. Procesamiento y análisis de la información .....	33
RESULTADOS.....	34
Análisis y Discusión de los Resultados .....	39
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	41
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	44
Anexos y Apendice .....	47

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Niveles de ansiedad del personal profesional de enfermería del Hospital "Víctor Ramos Guardia" - Huaraz. ....	34
Tabla 2. Carga laboral del personal profesional de enfermería del Hospital "Víctor Ramos Guardia" - Huaraz .....	35
Tabla 3. Asociación del nivel de ansiedad y carga laboral en los profesionales de enfermería del Hospital "Víctor Ramos Guardia" - Huaraz. ....	36
Tabla 4. Asociación de los niveles de ansiedad y la carga laboral en los profesionales de enfermería, según el cargo que desempeñan.....	37
Tabla 5. Asociación entre los niveles de ansiedad en las profesionales de enfermería según el área donde trabajan. ....	38

## **INDICE DE FIGURAS**

Figura 1. Nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería según los servicios .....	59
Figura 2. Nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería según los servicios .....	59
Figura 3. Nivel de estrés en las profesionales de enfermería según el estado civil .....	60
Figura 4. Tipo de recreación que practican las profesionales de enfermería para disminuir el nivel de estrés.....	60

## **I.- INTRODUCCIÓN**

El presente trabajo de investigación se desarrolló con el objetivo de Determinar la relación entre Nivel de Estrés asociado a la Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz. En el mundo moderno, vivimos presionados por el afanoso cumplimiento de deberes, el principio del milenio nos acoge inmersos en un mundo globalizado, agitado y complejo, nos acosa la eficiencia, las metas nos urgen sin tregua. Hay tantos conflictos personales que la mayoría de las veces nos sentimos muy débiles y deprimidos, esto es muy real en las grandes ciudades donde además pasamos inadvertidos, estas son algunas causas externas del estrés. El estrés forma parte de nuestra vida cotidiana hasta tal punto que puede considerarse como «el malestar de nuestra civilización», afectando tanto a la salud y al bienestar personal como a la satisfacción laboral y colectiva. Es una reacción de alerta que el organismo ha mantenido evolutivamente por millones de años, es una respuesta de adaptación frente a situaciones adversas, esporádicas o continuas causadas por elementos ambientales o interacciones con otras personas y que pueden conducir a desequilibrios tanto físicos como emocionales. Actualmente el estrés es un tema común en investigaciones psicológicas, fisiológicas y laborales, debido a las condiciones ambientales, sociales, personales y económicas a las que nos enfrentamos cotidianamente, existen diferentes eventos que pueden considerarse estresantes. En este caso el Estrés Laboral en enfermería, afecta en la actividad y rendimiento en el trabajo de cualquier profesional y también a la vida personal. Una de las áreas que causan mayor estrés es un hospital, ya que los profesionales de la salud, en este caso, los profesionales de enfermería, son más susceptibles a presentar estrés como reacción a la tensión emocional crónica creada por el contacto continuo con otros seres humanos, es decir, el factor característico es el estrés que surge en la interacción social paciente-cuidador. El núcleo de estrés, es un agotamiento emocional producido por una sobrecarga emocional constante. La persona se implica en exceso, ya que intenta atender demasiadas exigencias inaplazables y al final se verá desbordada por los requerimientos que le imponen los demás. El individuo se siente vacío y le falta energía para afrontar un nuevo

día. La persona no se siente capaz de dar nada de sí a los demás, intentando reducir el contacto con la gente, sólo lo necesario para realizar su trabajo. Esto hace que el trabajador vea a otros de forma negativa, ignorándoles, lo que llevará al profesional a ofrecer unos cuidados técnicos, olvidándose del aspecto humano de la profesión. Estos sentimientos negativos hacia los demás progresarán hacia sí mismo, creando sentimientos de culpa, de fracaso, baja autoestima, predisponiendo a cuadros de depresión. El estrés es algo que resulta imposible evitar, incluso las personas incrementan con frecuencia su propio estrés de modo innecesario. La diferencia entre las exigencias que las personas se plantean a sí mismas o perciben de los otros, así como los recursos disponibles para satisfacer esas demandas, puede constituir una amenaza o fuente de estrés.

## 1. ANTECEDENTES Y FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA

Rodríguez (2014) En Colombia, en su tesis Síndrome de Burnout y reactividad del estrés, en profesionales de Enfermería de una unidad de cuidados críticos. Cuya finalidad fue identificar la relación existente entre las diferentes variables sociodemográficas, aplicó el método cuasi experimental. La población estuvo constituida por 30 profesionales. Las conclusiones a las que llegó es que la variable motivacional, el ambiente laboral, influyen directamente sobre el estrés laboral asistencial. Síndrome de burnout es reconocido oficialmente por la OMS (2019). Como “encontrarse liquidado”, es decir se considera como una alteración que estropea a lo sensible y lo anímico de los trabajadores que coexisten en una situación de angustia y zozobra.

Díaz (2012) Lima estudió sobre niveles de estrés de las enfermeras de centros Quirúrgicos del Hospital 2 de mayo. Cuyo fin fue identificar el nivel de estrés laboral de las enfermeras. Fue de nivel aplicativo, cuantitativo, descriptivo de corte transversal. 16 enfermeras formaron parte de la investigación. La herramienta utilizada fue el inventario de Maslach. Cuyos hallazgos indica que el 62% tienen un alto nivel de estrés, el 30.0% nivel moderado y finalmente el 10 % presentan un nivel leve.

Morales Lindo (2012) Lima, realizó el estudio sobre: Nivel de estrés laboral de las enfermeras del Instituto Nacional de Salud del Niño; objetivo determinar el nivel de estrés. 72 enfermeras participaron del estudio, como herramienta de recolección de datos utilizó el inventario de Maslach. Los principales hallazgos son: el estrés es leve en las enfermeras cuyas edades son de 45 a 53 años, el estrés es moderado en las enfermeras que tienen de 27 a 35 años. Tomando en cuenta el tiempo de servicio, las enfermeras que trabajan de 4 a más años tienen estrés leve, mientras que las enfermeras que tienen menos de un año presentan estrés moderado.

Quispe (2012) Puno, hizo el estudio: Niveles de Estrés en las enfermeras Hospital Manuel Núñez Butrón. Objetivo, establecer los probables estresores y estudiar las demostraciones físicas primordiales, psíquicas y especificar el uso adecuado de los dispositivos protectores en la conducción del estrés. La metodología

del estudio: descriptiva, transversal. 36 enfermeras participaron del estudio, la conclusión a la que llegó: es que la mayor parte de las enfermeras presentan estrés, por lo tanto, requieren atención por parte de los profesionales competentes en el tema.

Mercado Torres (2014) en su trabajo nivel de estrés laboral en enfermeras en el Hospital Nacional Dos de Mayo, investigación aplicada, cuantitativo, método descriptivo simple de corte transversal. 62 enfermeras formaron parte del estudio. Utilizo como herramienta el inventario de Maslach; cuyos hallazgos indican que el 56.5% tienen un nivel de estrés medio, el 24.2% bajo nivel de estrés y 19.4% presentan altos niveles de estrés.

Según Hans Seyle (1926). La ansiedad es agotamiento originado por la demanda por la productividad que debe realizar, el cual en muchas ocasiones es sobresaliente o más de lo normal; que produce variadas alteraciones físicas e intelectuales, asimismo menciona que es la contestación común del cuerpo frente a los impulsos que producen estrés.

Lazarus y Folkman (1984) en su modelo de "Teoría de Evaluación Cognitiva" mencionan que la ansiedad es el producto de la asociación de la persona y su contexto, es decir que la demanda de tareas, relaciones interpersonales sitúa en riesgo la comodidad del individuo.

Hoy en día, las ciencias han introducido la palabra stress, como la sucesión o la articulación común que el cuerpo sostiene su armonía interna, acondicionándose a las peticiones, presiones a las que compromete en el ambiente donde se encuentra. Esta sucesión, articulación común, es el conocido comúnmente como ansiedad.

La ansiedad es la energía o el impulso que ejerce sobre la persona, por ende, produce una réplica. La ansiedad es la contestación vital o Estrés es la respuesta fisiológica o psíquica frente a un agotamiento del entorno.

Para el MINSA, la ansiedad lo conceptualiza como la manifestación de la persona y su contexto. Cuyo tiempo de duración puede ser corto o de largo plazo.

Puede ser diligente o exigente, esto teniendo en cuenta el origen, el esfuerzo y la disposición para el resarcimiento que tienen el individuo.

Fisiología del estrés en la presencia de la ansiedad se comprometen En la producción del estrés se implican funcionalmente los siguientes sistemas: La inmunología, nervioso, endocrino

La ansiedad coloca en dinamismo todas las partes del cerebro del individuo a manera de catarata, la réplica neurológica estimula el hipotálamo, produciendo una contestación hormonal e impulsando la Hipófisis, que produce ACTH (corticotropina), el cual acelera las glándulas suprarrenales.

#### Clasificación del estrés

De acuerdo a sus efectos. Eutres (ansiedad positiva): Es aquella ansiedad donde la persona interactúa con el agente causante de la ansiedad, sin embargo, conserva su intelecto creativo y abierto, además acondiciona su organismo para cumplir con las funciones óptimamente. En la situación de ansiedad, la persona origina: satisfacción, júbilo, comodidad e igualdad, prácticas placenteras y confortables. El individuo con ansiedad positiva se personifica en estar motivada y ser creativa, esto le permite seguir laborando y coexistiendo. La persona manifiesta y hace ver sus ingenios particulares y su creatividad que es único e inigualable.

Distress (ansiedad negativa): Es aquella ansiedad dañina y fastidiosa. Este tipo de ansiedad ocasiona un excedente de los trabajos que son perjudiciales, el cual ocasionalmente desata una desestabilidad vital y que finaliza en una disminución en el rendimiento de la persona, advenimiento de trastornos psicosomáticos, en avejentamiento apresurado. Es todo lo que ocasiona un efecto desapacible. Son ansiedades negativas un deficiente entorno laboral, una decepción, una frustración, la separación de algún miembro de la familia y otras sensaciones negativas. Al ser los requerimientos a la persona superiores a lo que puede realizar de acuerdo a su competencia y acondicionamiento, producen como producto una ansiedad negativa.

Según el tiempo de duración el Estrés agudo: Es el modo de ansiedad más frecuente, el cual es producido por las solicitudes e intimidaciones pasadas y se

antepone a las solicitudes e intimidaciones. La ansiedad aguda es alentador y apasionante, sin embargo, es abrumadora.

Estrés crónico: Es una ansiedad progresiva que se manifiesta de día en día, año tras año. La ansiedad crónica arruina el organismo, el intelecto y la existencia. Es la ansiedad de la miseria, se ve en las familias incompletas, en los matrimonios sin fortuna o en las labores no anheladas. Es la ansiedad de los obstáculos inacabables, como la economía, la política, la religión. Se presenta cuando el individuo no encuentra un escape a la circunstancia donde se encuentra. Es la ansiedad de peticiones e intimidaciones que se encuentran alejadas de o que la persona puede realizar en un tiempo determinado, lo que en muchas ocasiones hace que la persona renuncie y salga a buscar otras alternativas.

Según el contexto en el que se presenta la ansiedad en el trabajo, es la molestia y los padecimientos ocurridos por las restricciones y actividades propias de la organización donde se labora, aquello ocasionando frecuentemente en las personas que trabajan bajo imposición, psíquica y supervisión. Se exterioriza a causa del desconcierto de los agentes que causan la ansiedad y sumado a ello tiene que ver con el temperamento del individuo.

La ansiedad que no se relaciona con lo laboral o lo frecuente: se encuentra asociado a orígenes propias de la persona, consanguíneos y las interrelaciones personales mostrándose de diversas maneras, entre los primordiales nombramos, aquellas que ocurren dentro del seno familiar, la ansiedad entre los esposos el cual es incitado con disputas amorosas y conyugales, la ansiedad ocurrida por el fallecimiento de alguna persona.

Factores que generan estrés los principales agentes que ocasionan la ansiedad son las siguientes:

Factores biológicos: son aquellas alteraciones e innovaciones que ocurren en las personas y que coadyuvan en la persona a ocasionar la ansiedad. Como la gestación, enfermedades y todo lo relacionado con la salud de la persona en sí.

Factores psíquicos: son las particularidades de los diversos modelos de identidad, que al ocurrir una circunstancia de ansiedad ocasiona perjuicio psíquico, se presenta cuando la persona siente ser poco simpático, presenta dificultades en obtener sus fines, se siente inferior, teme equivocarse, etc.

Factores socioculturales: se presenta en personas que incurren en las interrelaciones colectivas y socioculturales que ayudan a ocasionar la ansiedad.

Clima laboral es el ámbito o entorno en que los trabajadores distinguen de una serie de particularidades peculiares de la organización. En relación al entorno que se encuentra inmerso la organización es como se orienta las conductas de las personas son apropiadas o no para la comodidad de la organización.

El entorno de trabajo, que se encuentra en la institución en la mayoría de los casos es establecido por el modelo de liderazgo. Alves, (2000): menciona que los niveles buenos de información, consideración, convenio, entorno afable y un sentir de complacencia son agentes que concretan un clima de trabajo propicio, y por consiguiente mejor rendimiento del trabajador.

El ambiente es el contexto, donde se expresa las capacidades o contrariedades que los empleados cuentan en la organización para incrementar o mermar su rendimiento.

Estrés laboral la ansiedad en el trabajo es un hecho individual o común que se presenta frecuentemente y el efecto primordial a nivel personal afecta la comodidad vital y psíquica y la salud del individuo; mientras que a nivel institucional deteriora la institución, además de causar incapacidad psíquica y funcional; asimismo puede ser el acusante de enfermedades en las personas.

Tipos de estrés laboral:

El episódico: Es provocado por la presencia imprevista de notoria magnitud, sin embargo cuya duración es mínima.

El crónico: Este tipo de ansiedad se presenta cuando el individuo es dominado repetidamente en situaciones como: entrono de trabajo inapropiada, exceso de labores, deberes y resoluciones muy primordiales, estímulos pausados e invariables; en general el entorno del trabajo no es el adecuado.

#### Estresores laborales

Conflicto de trabajo: Son los requerimientos opuestos y antagónicos en la ejecución de una actividad en el trabajo.

Ambigüedad de trabajo: Es la inseguridad con respecto a las peticiones particulares de las actividades.

Sobrecarga de trabajo: Es el abuso respecto a las labores que realiza, las labores dificultosas por la premura u opresión respecto al tiempo. En la totalidad de los casos los requerimientos de las labores son mayores que las demandas que permiten entregar un veredicto perdurable, por lo tanto; para efectuar inspección de las actividades y a cada persona. Habitualmente los profesionales de la salud se confrontan a realidades riesgosas, en relación a las personas que manifiestan incapacidad, inseguridad y se sienten fracasados.

#### Manifestaciones del estrés en el trabajo

Cognitivas: Ocasiona sentimientos de ansiedad, incertidumbre, dificultades de concentración, confusión, enfado, hiperestesia a los críticos, sensación de carencia de dominio y otros.

Motoras: se muestran cuando la persona habla rápidamente, a veces tiembla, balbucea, cuya voz es intermitente, presenta estallidos de emoción, tienen comportamientos impetuosos, se ríe nerviosamente, etc.

Fisiológicas: Se muestra cuando presenta aceleración cardiaca, incremento de la presión sanguínea, sudoraciones, modificaciones del equilibrio respiratorio,

incremento de la presión muscular, incremento de la glucemia en la sangre, incremento de la transformación basal y otros.

### Consecuencias

La ansiedad en el trabajo ocasiona muchos resultados y frutos negativos:

Sociales: incapacidad de cambiar el agente que causa la ansiedad, la opresión psíquica a la que se sujeta el individuo, transporta con frecuencia al aumento en la compra de bebidas alcohólicas, el cigarro o algunas drogas.

Económicas: son demasiadas los perjuicios y los derroches procedentes de la ansiedad; los cuales se incrementan año tras año, comúnmente son definidos por los progresivos indicadores de abandono, bajo rendimiento, contratiempos, incremento del provecho repetitivo y lo que es más primordial, la influencia que ejerce sobre la salud psicológica y física de la persona, que pueden ser calculados por la cantidad de dinero que gastan en la salud.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) se refiere al estrés laboral en los siguientes términos: “Esta enfermedad es un peligro para las economías de los países industrializados y en vías de desarrollo; resiente la productividad, al afectar la salud física y mental de los trabajadores”.

Salud: En los últimos 20 años, muchas investigaciones consideran la asociación de la ansiedad en el trabajo y una diversidad de trastornos, como las modificaciones de carácter, dolores de la cabeza, los cuales son síntomas prematuros de la ansiedad asociado a las actividades que realizan las personas, casualmente son sencillos de examinar. Sin embargo, sus consecuencias de la ansiedad en las labores, en el padecimiento habitual son complicadas de visualizar, debido a que requieren de mayor tiempo para evolucionarse.

### Estrés laboral y enfermedades

La ansiedad en el trabajo compromete el acrecentamiento de varias afecciones, cuyo origen colateral e inmediato lo compone el entrenamiento en el trabajo tal como

se observa. Las afecciones que se producen en el ámbito laboral hacen mención a dos conceptos.

Las afecciones asociadas o enlazadas con las labores: Concibe a aquellos en las cuales los requisitos de las labores son ingredientes entre otros en las etiopatogenias de una afección originado por muchos agentes. Entre las más importantes tenemos:

Trastornos respiratorios: Son afecciones que afectan las vías respiratorias, los cuales incluyen varios inconvenientes, como hiperventilación o el asma.

Trastornos cardiovasculares: Afecciones cardiovasculares que alteran el corazón y los vasos sanguíneos como: la afección coronaria, hipertensión arterial y las alteraciones del ritmo cardiaco.

Trastornos inmunológicos: Son los malestares inmunológicos originadas por dispositivos del sistema inmune anormal, humoral, celular; cuyas manifestaciones se presentan como inmunodeficiencia, hipersensibilidad o auto inmunitario.

Trastornos endocrinos: se muestran en el aplazamiento parcial o global de la función hormonal que fabrica una glándula específica, como: síndrome de Cushing, hipertiroidismo, hipotiroidismo, diabetes.

Trastornos dermatológicos: padecimientos que afectan la piel, causando daños como: sudoración exagerada, dermatitis extraña, comezón, desprendimiento de los cabellos, Son patologías dermatológicas que dañan a la piel, entre ellos: Prurito, sudoración excesiva, dermatitis atípica, caída del cabello, erupción grave, turbaciones faciales.

Las afecciones de músculos esqueléticas: son las afecciones de salud que comprenden a partir de Son problemas de salud abarcan desde la irritación, contrariedades y aflicciones, incluso situaciones medicas de mayor gravedad que fuerzan pedir termino de contrato en el trabajo e inclusive a percibir medicación terapéutica. En situaciones de mayor complejidad, la medicación y el restablecimiento pueden ser poco satisfactorias y cuyo desenlace podría ser una

inhabilitación constante, en consecuencia, se puede perder su trabajo. La ansiedad en las labores incrementa la inseguridad del avance de las enfermedades en los miembros inferiores y la espalda respectivamente.

Trastornos sexuales: son considerados las disfunciones sexuales, como la presencia de a la existencia de inhibiciones de las pretensiones sexuales o de la transformación psicofisiológica que se particulariza en el periodo íntegro de las respuestas sexuales como: la imposibilidad, eyeción temprana en el caso de los varones, el vaginismo en las mujeres.

Las afecciones psicológicas: son las modificaciones de los procedimientos cognitivos y expresivos relacionados al crecimiento, apreciadas como no normales teniendo en consideración a la agrupación colectiva de alusión de la cual procede la persona, como: el decaimiento, el desasosiego, los temores, la repulsión, el desaliento, los comportamientos adictivos, el desvelo, la depauperación, y otras más.

El suicidio: Es el episodio mediante el cual la persona, premeditadamente, decide desencadenar su propio fallecimiento

El homicidio: es el producto de la actuación o negligencia a través del cual se quita la existencia de una persona, por otro individuo en cual puede ser fraudulento o intencionalmente.

El cáncer: afección desencadenada por un conjunto de células que se reproducen descontroladamente de modo independiente, penetrando en sus alrededores y a la distancia de otros tejidos del cuerpo. Por lo general, la persona afectada llega a fallecer.

Las úlceras: es la magulladura libre de la epidermis o del tejido mucoso con el quebrantamiento de elemento. Las heridas pueden originen y ubicación heterogénea.

Estrés laboral en enfermería por sus particularidades diferenciadas el profesional de enfermería, es una ocupación cuyos elementos presentan niveles altos de peligro de sufrir ansiedad en el trabajo. Debido a las particularidades de las labores y del ambiente en el cual realizan sus labores, se ha contemplado que la enfermera

es un empleado que desplaza mayor peligro de aumentar alteraciones asociados con la ansiedad. El argumento primordial es que las personas que laboran cuidando la salud, en la mayor parte de los casos, desarrollan labores de atención directa a individuos que presentan padecimientos físicos y psicológicos.

De acuerdo a las investigaciones elaboradas, se encuentran diversos niveles de ansiedad en el trabajo en las enfermeras que se encuentran, esto dependiendo del tipo y entorno de las labores que realizan en diversos niveles asistenciales. Las imposiciones laborales son variadas dependiendo de las especialidades, el establecimiento de la tarea, el periodo de destreza o la clase de contrato del trabajo, son algunos de los agentes que intervienen en el incremento de la ansiedad. En conclusión, la ansiedad en el profesional de enfermería, debido a los cuidados específicos que realiza en los establecimientos hospitalarios es mucho mayor que aquellas que realizan sus labores en los primeros niveles de atención.

#### Agentes asociados con el estrés laboral en enfermería

La imposición de diversos agentes relacionados a los trabajos de los profesionales de enfermería, de naturaleza institucional e inherente a las actividades que realiza, estas peculiaridades establecer que la ansiedad asociada a las labores presente influencia significativa sobre esta ocupación. El estado de salud de las personas es un agente imprescindible que mantiene en armonía en las tareas que se realiza cotidianamente, requisito que permite desenvolverse en las actividades, posturas, conductas y responsabilidades.

Entre los agentes de peligro de la ansiedad tenemos:

**Personales:** Se refiere a los requisitos particulares de los individuos que le imposibilita desempeñar su competencia con serenidad y efectividad. Habitualmente se localiza en individuos predispuestos a la ansiedad, con escasa paciencia a la desilusión, a los cargos de líder y a determinaciones; individuos que inculpan sensaciones de incapacidad por la falta de restablecimiento de los usuarios; incertidumbre y desconfianza a ejecutar una equivocación en la asistencia; debido a que tienen sentimientos de deficiencia en la preparación recibida que les permita coadyuvar emocionalmente al usuario y a sus familiares; además tienen obstáculos

en las labores realizadas con sus similares en la institución, cuyas responsabilidades con su familia, la manutención de su hogar, sus hijos y responsabilidades de pareja, mas sus preocupaciones intimas, carencia de competencia en la dirección de individuos e intransigencia ante ellas; incompetencia para laborar en conjunto, subordinación terminante de otros individuos para laborar y ser parte integrante de la toma de decisiones. Otros de los agentes a tener en cuenta son: el sexo, estado civil y la edad.

**Ambientales:** circunstancias físicas exteriores o más conocidos como tensores del medio ambiente natural, que transforman la trayectoria de los trabajos de las personas, debido a que desfiguran la centralización y calma que advierten para realizar su trabajo óptimamente.

**Alumbrado:** Un alumbrado conveniente, nos facilita a observar de la mejor manera durante las horas de trabajo, asimismo coadyuva a prever situaciones de salud, aumentar el rendimiento y construir un centro de labores adecuado. Además, se debe entender que es muy diferente realizar labores en los turnos diurno y nocturno.

**El ruido:** Es la premonición auditiva desarticulada universalmente incómodo. Que se encuentra presente en nuestro entorno, se detalla como fastidioso para el sistema auditivo y puede perjudicar los sistemas y órganos sensibles del cuerpo humano.

**Agentes asociados con presión y exigencia o contenido del trabajo:** referido a las particularidades peculiares del adiestramiento profesional y que son individualistas del ambiente de labores. La fecundación de la ansiedad cambia de un individuo a otro, debido a que las particularidades de las actividades.

Al adecuarse la actividad a las perspectivas y a las habilidades de las personas, coopera a la comodidad psíquica y evidencia una motivación significativa. Entre las más primordiales tenemos:

**Cantidad de labores:** indistintamente de la cantidad de labores que realiza la persona, existen circunstancias que producen ansiedad; sin embargo, la impresión de

no conseguir realizar las labores o el sentimiento individual por la falta de realización de algo fructífero.

**Ritmo de trabajo acrecentado:** La desventaja derivada para las personas, es la escasez de la continuidad. Entonces este agente se encuentra adherido debido a que se halla en relación a la proporción a la cantidad de labores que los profesionales realizan.

**Inspección:** La inspección originada en la mayoría de los casos ansiedad, debido a que es arbitrario y en muchas ocasiones desmesurada, el cual ocasiona una percepción de temor a incurrir en una equivocación por parte de las personas que realizan ciertas labores.

**Escasez de colaboración en las resoluciones.** La escasez de colaboración de los profesionales de enfermería en las resoluciones crea deficiencia en los estímulos en las labores que una persona realiza, entonces esta escasez de estímulos desata una postura de ansiedad que experimentan los trabajadores dentro de sus ambientes laborales.

**El trabajo mental:** Es el nivel de desplazamiento de contundencia y disposición de la mete de las personas que les permite realizar ciertas actividades, como la actividad que permite acondicionar el tratamiento en una determinada hora del día.

**Inspección de la actividad:** Sucede al momento en que no se desarrolla la inspección, por lo tanto, en el tiempo que se tienen que hacer ciertas tareas, estas no acondicionan a las competencias con las que cuentan las personas que laboran en estos ambientes.

**Motivación pausada y rutinaria:** Es la ansiedad por las mínimas motivaciones. Cuyo origen es por la escasez de incentivos habituales y vitales de las sensaciones y del entendimiento. Se exterioriza, en las labores habituales y mecanizados que restringen la imaginación y el raciocinio individualista de las personas.

**Agentes organizativas:** Son agentes que necesitan y están relacionados a la organización en la cual se hacen las tareas por parte de los profesionales. Los cuales

son moldeados a colocación de los horarios de las labores, allí se muestran los registros, que contienen las labores que se realizan durante la mañana, tarde, nocturnos, en las fechas de festividad, que hacen que las personas sufran efectos por la realización de las actividades en los horarios mencionados; las ansiedades primordiales que se presentan en la institución son:

**Exceso de labores:** El exceso o la ansiedad por las actividades excesivas suelen ser imparciales o parcializados, según sus valores y sus particularidades de los individuos. Se dice exceso de las labores al ejercicio de compromisos indispensables, el cual produce presión fibrosa, agotamiento, excitabilidad, dificultad resolutive, congoja, alboroto, entorpecimiento, dispersión, desagrado, reducción de la dignidad, sentimiento de intimidación, aceleración cardiaca, incremento de colessterina, adquisición de tóxicos y otras adicciones, para deliberar los argumentos respecto a los requerimientos.

**Ambiente institucional:** Cualquier institución posee una personalidad, un ambiente propio croquis fructífera. Cuyo ambiente restringe el comportamiento de las personas que forman parte de él, sin embargo, su estimación es complicada de conseguir, debido a que su evaluación adolece de severidad científica. Además, tiene un ambiente rígido, calmado, amable o, todo lo contrario. Esto ocasiona diferentes grados de ansiedad en las personas, de acuerdo a la delicadeza o fragilidad con el que cuenta cada persona en particular.

**Clases de dirección:** son establecidos por organizaciones sólidas y corrientes, por un control o indagación contraproducente, además de las complicaciones en contribuir en las resoluciones que se toman.

**Tecnología:** la tecnología tendrá altos valores estresantes, debido a la disposición con las que cuenta la institución, a fin de proporcionar a sus trabajadores de los componentes indispensables que les permita realizar sus actividades cotidianas, del mismo modo requieren del adiestramiento para el empleo correspondiente. Cuyos requerimientos cumplen con las exigencias de las actividades que realizan cada uno de las personas que laboran en los distintos ambientes de la organización.

Disputa de roles: se da, en el momento de presentarse distinciones en relación a las expectativas de las personas respecto a las labores que realizan y la materialidad con el que requiere la institución. Las disputas se presentan cuando: hay exigencias incoherentes por parte de los responsables o al ser las aspiraciones y fines que no competen con lo que la persona está realizando. Entre las obligaciones y resoluciones primordiales, la ansiedad de las personas de jerarquía con muchos compromisos tales como: Demasiadas obligaciones e inestables, labores intelectuales excesivas, presión anímica continúa, inestabilidad en el trabajo, enfrentamiento, efectividad, adecuación a circunstancias novedosas.

Malos vínculos entre personas: El principio del soporte del trabajo que realizan los profesionales de enfermería, son los quehaceres en conjunto, es dificultoso ejecutarse esta labor en caso de existir pésimas relaciones con sus similares o con sus inspectores, esta contrariedad es la responsable del desvío de todo, por lo tanto, los pésimos vínculos con los clientes, el tratamiento vulgar en las labores y la carencia en la información, todo lo mencionado ocasiona una consecuencia altamente negativa en la vida colectiva y encima afecta la salud de las personas que se encuentran laborando.

Dificultades como la disminución de la autoestima, carencia de ayuda, baja productividad, carencia de realización individual, se encuentran fuertemente asociadas con los malos vínculos con sus similares en el entorno de trabajo donde se encuentran.

Carga laboral, se puntualiza como una agrupación de requisitos psíquicos a los que se muestra dominado el empleado durante sus horas de trabajo. Estos requisitos suelen ser mentales y/o físicos.

A través de la historia, la labor realizada comprendía labores exigentes físicamente, en cambio en la actualidad estas demandas han mermado, haciendo muchos más habituales cargos laborales con menor exigencia psíquica.

Carga física la competencia física que permite ejecutar una labor puede transformarse de acuerdo a los agentes como: el género, el adiestramiento, los años

de la persona, el aspecto físico, la capacidad mental, el consumo de alimentos, los horarios de trabajo y las condiciones del entorno que en muchas ocasiones son tan muy favorables.

El exceso de carga en las labores, ocasiona el agotamiento. El agotamiento es la reducción física de la persona luego de realizar una labor en un periodo establecido. Al presentarse el agotamiento, la persona disminuye el ritmo en las tareas que viene desarrollando, se muestra agobiado, cuyos desplazamientos son tardos e inestables, se manifiesta un sentir de intranquilidad y nada satisfechos, y un descenso de su productividad en cuantía e importancia.

Las alteraciones musculo esqueléticas perjudican principalmente a dos regiones del cuerpo:

Alteraciones en la columna vertebral: se debe primordialmente a posiciones ineludibles y al manejo casero de los cargamentos.

Alteraciones en miembros superiores y el hombro: se produce como contusiones diminutas, debido a movimiento repetitivos como efecto de las automatizaciones en los procedimientos provechosos que ocasionan un incremento de los ritmos en las labores y la centralización de esfuerzos en manos, en los hombros y en las muñecas. Aparecen debido a la conservación de posiciones durante periodos largos en la ejecución de las actividades cotidianas y habituales.

Postura: es la posición concerniente que admiten las porciones del cuerpo o la postura del cuerpo en su integridad. Se estima como una posición no adecuada en la labor al mantenerse posturas determinadas o limitadas del cuerpo humano, son las que abruman los tendones y músculos del cuerpo, asimismo las que abruman las articulaciones asimétricamente y los que producen una considerable carga sobre los músculos, haciendo que estos permanezcan estáticas.

Utilización casera de cargas: La utilización casera de cargas se comprende como la realización de trasbordo o retención de un cargamento por una o varias personas, que consiste en las actividades como: el alzamiento, la localización, la agresividad, el arrastre o el arrinconamiento, que por sus particularidades o

limitaciones de ergonomía no adecuadas conlleva peligros, exclusivamente en el dorso lumbar, afectando a los empleados que realizan sus labores diariamente.

Desplazamientos reiterativos: Son conocidos como pequeñas contusiones reiterativas originados por las actividades que requieren desplazamientos reiterativos, se aglomeran progresivamente y se muestran de manera general en un periodo de tiempo, permaneciendo estropeados los sistemas osteomusculares que reducen atributos mecánicos y utilitarios.

Carga intelectual la carga intelectual se puntualiza como un nivel de mando preconcebido y La carga mental se puede definir como el nivel de control deliberado y consecuente, el cual es indispensable que permite crear una conducta determinada en las personas.

Los peligros que suelen suceder a raíz de la carga intelectual al conservarse durante periodos de tiempo prolongado son: excitabilidad, malestares sin justificación, carencia de fuerza, desvelo, cambios en el cuerpo, reducción en la productividad en las labores que realiza la persona.

Uno de los modelos de previsión de los peligros del exceso de la carga intelectual es: florecimiento de las actividades, generación de un ambiente de trabajo adecuado, permitir un adecuado proceso de comunicación, bosquejo conveniente de las señalizaciones, etc.

Síndrome de Burnout, es una manifestación que sobrellevan los individuos que laboran en trato directo con personas, lo cual requiere una réplica sensible prolongado, entonces procede ser una enfermedad del trabajo y afectivo, y solamente perjudica a quienes se siente angustiados. Esta manifestación, desempeña consecuencias corporales e intelectuales, sin embargo, no se considera como una patología corporal, ni intelectual, debido a que esta manifestación se particulariza por la presencia de una sucesión de consecuencias físicas e intelectuales, estableciéndose, fundamentalmente como una enfermedad sensitiva. Otra de las apariencias de esta manifestación lo conforma su procedencia externa y que se encuentra asociado con las labores que cada persona realiza. Se encuentran agentes

externos y de identidad, que influyen la presencia del Burnout, pero no es su principio.

Lo tranquilizador de la manifestación del Burnout: Es alterable. Esta alterabilidad es uno de las señales más evidentes de procedencia externa, en caso de intervenir adecuada y oportunamente desde principio al motivo externo de esta manifestación, el Burnout logra desaparecer, por lo tanto, es un antecedente que coadyuva su tratamiento y posterior cura.

Freudenberger (1974): Comenzó a usar la terminación Burnout para pormenorizar un conglomerado de manifestaciones físicas padecidos por los empleados del sector salud a consecuencia de las circunstancias de las labores que realizaban. De acuerdo al escrito, es característico de las personas que trabajan en los establecimientos de salud, donde se presta apoyo a las personas, el cual se particulariza por la debilitación causada por la realización de las labores de manera intensa, sin contemplaciones de sus propios menesteres.

Por lo tanto, existe una asociación poco adecuada en las personas que trabajan en los establecimientos de salud, quienes son recelosos de sus labores y usuarios que requieren una atención.

Base teórica del trabajo de investigación sustentada por el modelo de adaptación de Calixta Roy , está establecido como una conjetura de sistemas con un estudio representativo de las interacciones. Abarca ingredientes fundamentales: el usuario, la finalidad del profesional de enfermería, la salud, el medio ambiente de trabajo y la administración de las tareas, los dispositivos de los afrontamientos y las maneras de adecuación son usados para manipular estas componentes. La disposición para la adecuación necesita de las motivaciones a las que se encuentra comprometido y su grado de adecuación, el cual obedece a 3 estímulos que son:

Focales: son aquellas a las que confronta inmediatamente.

Contextuales: Se refiere a todas las motivaciones que se presentan en el día a día de las labores.

Excedentes: Referidos a las experiencias pasadas de las personas que realizan las labores.

Observa que los individuos cuentan con 4 modalidades o procedimientos de adecuación: funcional, manera de concepción de uno mismo, desenvolvimiento en las actividades y vínculos de interdependencia. El desenlace terminal más apropiado es una situación donde las circunstancias permiten conseguir los objetivos individuales.

La acción de comprender al usuario en todos los entornos permite que su valoración obtenga mejores resultados, luminosidad, mejores niveles de satisfacción por las atenciones brindadas.

## **2. Justificación de la investigación**

Los profesionales de enfermería ofrecen cuidados a los usuarios en base a sus entendimientos de la teoría y la práctica, que les brindan sus diferenciadas tareas de forma eficaz y segura, entonces las profesionales que trabajan en los sectores asistenciales y cuidados primarios se encuentran supercargadas, separadamente de las tareas que son propias de la atención que realizan, además asumen otros compromisos en las actividades. Desde el punto de vista teórico el presente estudio se ejecuta con la finalidad de contribuir información sobre la ansiedad y las cargas de trabajo de los profesionales de enfermería, cuyos productos se sistematizan para establecer propuestas y deben implementarse con estrategias innovadoras que permitan mejorar esta problemática en los profesionales de enfermería. Desde el punto de vista metodológico, los hallazgos conseguidos ayudarán como precedentes para estudios venideros por su veracidad y confiabilidad del presente tema; por otro lado, se fortalecerá el acrecentamiento de las líneas de investigación. Desde el punto de vista práctico, el presente estudio se hace porque hay la obligación de prever la ansiedad en el trabajo en el personal profesional de enfermería. Desde el punto de vista colectivo, el presente estudio nos permite conocer la idiosincrasia de las personas frente a la ansiedad en el trabajo e instaurar las habilidades que permitan su prevención.

### 3. Problema

¿Cómo es la agrupación del nivel de estrés con la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz 2019?

#### 4. Conceptualización y Operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores
<b>Variable de estudio I</b> Nivel de ansiedad	Es una reacción funcional del cuerpo en el que aparecen en juego distintos dispositivos de protección a fin enfrentar una condición que se advierte como amenazador o requerimiento acrecentada.	Respuestas emitidas por los profesionales de enfermería acerca de la sensación que experimentan frente a situaciones laborales que le generan irritabilidad, disminuyendo la capacidad del desempeño y la calidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Estrés</li> <li><input type="checkbox"/> Cansancio físico</li> <li><input type="checkbox"/> Cansancio mental</li> <li><input type="checkbox"/> Irritabilidad</li> </ul>	Alto Medio Bajo
<b>Variable de estudio II</b> Carga laboral	Es el exceso de las tareas que consigue ser retribuida y está conformada por una o varias cantidades de labores.	Es conjunto de requerimientos psicofísicos a los que se ve sometido el profesional de enfermería a lo largo de su jornada laboral. Estos requerimientos pueden ser de tipo físico y/o mental.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Carga física</li> <li>- Esfuerzo físico</li> <li>- Exceso de trabajo</li> <li>- Demanda de pacientes</li> <li>- Inadecuado uso mecánica de corporal.</li> </ul>	Adecuada Inadecuada

## 5. Hipótesis

Ho: El nivel de estrés no está agrupado con la carga laboral de los profesionales de enfermería del Hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz, 2019

Ha: El nivel de estrés esta agrupado con la carga laboral de los profesionales de enfermería del Hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz, 2019.

## 6. Objetivos

### Objetivo general

Identificar la agrupación del nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital “Víctor Ramos Guardia”- Huaraz 2019.

### Objetivos Específicos

Identificar el nivel de estrés del profesional de enfermería, del Hospital Víctor Ramos Guardia. Huaraz 2019.

Establecer la carga laboral de los profesionales de enfermería, del Hospital Víctor Ramos Guardia. Huaraz 2019.

Relacionar el nivel de estrés de los profesionales de enfermería con la carga laboral, Hospital Víctor Ramos Guardia-Huaraz 2019.

## II.- METODOLOGÍA

### 1. Tipo y diseño

Según la naturaleza del estudio: La investigación es de enfoque cuantitativa, debido a que los datos recopilados permitirán realizar la prueba de hipótesis, en base a las mediciones numéricas realizadas y los análisis estadísticos, que permiten instaurar modelos de conducta.

Según el nivel que se desea alcanzar: investigación correlacional, debida a que es no experimental, que permite medir la agrupación entre las variables.

Según el tiempo de ejecución: Transversal, debido a que la recopilación de los datos se procedió en un espacio de tiempo corto.

### 2. Población y Muestra

Población 125 Enfermeras de todos los servicios

Muestra 95 profesionales de enfermería que laboran en diferentes áreas del Hospital Víctor Ramos Guardia - Huaraz

Para calcular el tamaño de la muestra se utilizó la siguiente igualdad estadística:

$$n = \frac{z^2 pqN}{(N - 1) e^2 + z^2 pq}$$

#### Dónde:

N Población = 125

n Muestra

Z Nivel de confianza = 1,96

E Error permitido (margen de error) = (0,05)

P Probabilidad del éxito = (0,5)

Q Probabilidad de no ocurrencia del evento = (0,5)

$$n = \frac{1.96^2 \times 0.5 \times 0.5 \times 125}{(125 - 1) \times 0.05^2 + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5} = 94$$

Al reemplazar los datos en la ecuación se consigue que la magnitud de la muestra es de 94 enfermeras.

### **3. Técnicas e instrumentos de investigación**

Instrumento: Cuestionario de Maslach (2006).

Descripción: el instrumento está compuesto por enunciados, que permiten recopilar datos sobre la reacción de los individuos. Cada pregunta se muestra como un incentivo, que permite manifestar o enunciar conveniente o inconvenientemente sobre lo que se le ha requerido.

### **4. Procesamiento y análisis de la información**

Para el procesamiento de los datos, que fueron obtenidos mediante una encuesta para cada variable, se hizo uso de la estadística con la ayuda del programa informático de análisis de datos que es el Software estadístico SPSS, Versión 24.0 (Statistical Package for the Social Sciences), los cuales se presentan en tablas y figuras estadísticas. De acuerdo con el tipo y diseño de la investigación la estadística a utilizar es la inferencial ya que se ha trabajado con una muestra.

### III. RESULTADOS

*Tabla 1. Niveles de ansiedad del personal profesional de enfermería del Hospital "Víctor Ramos Guardia" - Huaraz.*

Niveles de ansiedad	n	%
Bajo	21	22.11%
Medio	16	16.84%
Alta	58	61.05%
<b>Total</b>	<b>95</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración propia, a través de la encuesta aplicado en el Hospital Víctor Ramos Guardia- Huaraz. 2019

#### **Análisis e interpretación de datos:**

Del 100% que representan (95) profesionales en enfermería encuestadas, el 22.11% que representan el (21) enfermeras manifiestan un nivel de ansiedad baja; el 17.84% que representan (16) profesionales de enfermería manifiestan un nivel de ansiedad medio y el 61.05% que representan (58) profesionales de enfermería manifiestan un nivel de ansiedad alto. El 61% de las profesionales en Enfermería del Hospital Víctor Ramos Guardia tienen un nivel de estrés alto, por tanto presentan agotamiento anímico que conlleva a un extravió gradual de fuerza, prolongándose incluso hasta el enflaquecimiento corporal e intelectual; que llegar a ser nocivo como efecto del síndrome de Burnout, el cual es un peligro para la comodidad del profesional, sino que también repercute en la cualidad de los cuidados que realiza con los usuarios que acuden a los servicios de salud. En conclusión, se muestra que el 61.05% de profesionales de enfermería presentan un nivel de estrés alto, esto debido al contacto directo que tienen con los pacientes.

*Tabla 2. Carga laboral del personal profesional de enfermería del Hospital "Víctor Ramos Guardia" - Huaraz*

<b>Carga Laboral de las Profesionales en Enfermería</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Inadecuada	51	53.68%
Adecuada	44	46.32%
<b>Total</b>	<b>95</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicado a las licenciadas en enfermería del Hospital Víctor Ramos Guardia- Huaraz, 2019

### **Análisis e interpretación de datos:**

Del 100% que representan (95) enfermeras encuestadas que participaron en el estudio, el 54% que representan el (51) enfermeras manifiestan que su carga laboral es inadecuada y el 46% que representan (44) enfermeras manifiestan tener una carga laboral adecuada. El 54% de las profesionales en Enfermería indican que su carga laboral es inadecuada. Por lo tanto, los aspectos relacionados con la carga laboral están referidos a la carga física que varía según los agentes como: el esfuerzo físico, exceso de trabajo de acuerdo a la demanda de pacientes relacionado con un inadecuado uso de mecánica corporal; y la carga intelectual, el nivel de inspección deliberada y consecuente de las afirmaciones que se relaciona con el estrés y sobrecarga laboral que lleva una pérdida de satisfacción de realizar su trabajo. Conclusión: Se observa que más del 53.68 % tiene carga laboral inadecuada frente a un 46.32% con carga laboral adecuada.

Tabla 3. Asociación del nivel de ansiedad y carga laboral en los profesionales de enfermería del Hospital "Víctor Ramos Guardia" - Huaraz.

Carga Laboral de las Profesionales en Enfermería	Nivel de ansiedad de las profesionales en Enfermería							
	Bajo		Medio		Alta		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Inadecuada	5	5.26%	5	5.26%	41	43.16%	51	53.68%
Adecuada	16	16.84%	11	11.58%	17	17.89%	44	46.32%
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>22.11%</b>	<b>16</b>	<b>16.84%</b>	<b>58</b>	<b>61.05%</b>	<b>95</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicado a las licenciadas en enfermería del Hospital Víctor Ramos Guardia- Huaraz. 2019

### **Análisis e interpretación de datos:**

El 53.68% de las enfermeras que representan a (51) manifiestan tener una carga laboral inadecuada, en agrupación con el nivel de ansiedad, 5.26% que representan (5) enfermeras tienen un nivel de estrés bajo, 5.26% que representan (5) profesionales de enfermería presentan un nivel de ansiedad medio y mientras el 43.16% que representan (41) enfermeras manifiestan un nivel de ansiedad alto. El 46.32% que representan (44) enfermeras encuestadas manifiestan tener una carga laboral adecuado, y en cuanto a los niveles de ansiedad, El 16.84% que representan (16) enfermeras muestran un nivel de ansiedad bajo, 11.58% que representan (11) enfermeras muestran un nivel de ansiedad medio y mientras el 17.89% que representan (17) enfermeras manifiestan un nivel de ansiedad alto.

Conclusión: El 53.68% de las profesionales manifiestan una carga laboral inadecuada, mientras que el 43.16% de profesionales de enfermería presenta estrés laboral.

Tabla 4. Asociación de los niveles de ansiedad y la carga laboral en los profesionales de enfermería, según el cargo que desempeñan.

Cargo desempeñado	Nivel de Estrés de las Profesionales en Enfermería							
	Bajo		Medio		Alta		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Jefa	6	6.32%	0	0.00%	5	5.26%	11	11.58%
Asistencial	15	15.79%	16	16.84%	53	55.79%	84	88.42%
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>22.11%</b>	<b>16</b>	<b>16.84%</b>	<b>58</b>	<b>61.05%</b>	<b>95</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicado a las licenciadas en enfermería del Hospital Víctor Ramos Guardia- Huaraz.

#### **Análisis e interpretación de datos:**

En el presente gráfico observamos la agrupación de los niveles de ansiedad y la carga en el trabajo en los profesionales de enfermería según el cargo que desempeñan en los servicios. El 88.42% que representan (84) enfermeras con actividades asistenciales, el 55.79% que representan (53) enfermeras manifiestan un nivel de ansiedad alto, el 16.84% que representan a (16) enfermeras muestran un nivel de ansiedad medio, y el 15.79% que representan (15) enfermeras manifiestan un nivel de ansiedad bajo. Usando la verificación estadística a través del estadístico Chi Cuadrado, que permite identificar la independencia entre las dos variables; hallamos que el nivel de estrés al cargo que desempeñan los profesionales de enfermería, pues el nivel de significancia es menor que 0.05, este valor menciona que la agrupación entre las dos variables es representativa.

Conclusión: Se observa que la mayoría de profesionales de enfermería que realizan trabajos en la parte asistencial, se muestran más estresadas con un 55.79%.

Tabla 5. Asociación entre los niveles de ansiedad en las profesionales de enfermería según el área donde trabajan.

Área de labores	Nivel de estrés de las profesionales en enfermería							
	Bajo		Medio		Alta		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Hospitalización	18	18.95%	15	15.79%	47	49.47%	80	84.21%
CCEE	3	3.16%	1	1.05%	11	11.58%	15	15.79%
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>22.11%</b>	<b>16</b>	<b>16.84%</b>	<b>58</b>	<b>61.05%</b>	<b>95</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicado a las licenciadas en enfermería del Hospital Víctor Ramos Guardia- Huaraz.

### **Análisis e interpretación de datos:**

El 84.21% que representan (80) profesionales de enfermería que trabajan en los diferentes servicios de Hospitalización. Donde el 18.95% que representan (18) profesionales presentan un nivel de ansiedad baja, el 15.79% que representan 15 profesionales manifiestan un nivel de ansiedad medio y 49.47% que representan (47) profesionales que manifiestan un nivel de ansiedad alta. De acuerdo al hallazgo en los servicios de Hospitalización el mayor índice es el nivel de estrés alto con 49.47% que presentan malestares y afecciones ocasionadas por las condiciones laborales, tareas, horarios, la cantidad de pacientes y propio ambiente laboral que están expuestas en el servicio donde laboran. En Consultorios Externos, del 15.79% que representan (15) enfermeras, el 3.16% que representan (3) profesionales muestran un nivel de ansiedad bajo, 1.05% que representa (1) enfermera cuentan con un nivel de ansiedad medio y el 11.58% que representa (11) enfermeras tiene unos niveles de ansiedad alto.

Conclusión: El 49.47% de profesionales que labora en hospitalización presentan niveles de ansiedad alta, frente a un 11.58% de profesionales que labora en consultorios externos.

#### **IV.- Análisis y Discusión de los Resultados**

Tabla N°1: Del 100% de enfermeras que representan (95) profesionales en enfermería, el 22.11% (21) manifiestan ansiedad baja; el 17.84% (16) enfermeras presentan niveles medio de ansiedad y el 61.05% (58) enfermeras presentan niveles altos de ansiedad.

Freud en su conjetura psicoanalítico sustenta que el desasosiego con la que el psiconeurótico combate, es el resultado del enfrentamiento entre una propulsión indefendible y una contra resistencia adaptado por el ego. Freud concibió el estrés como una situación afable e incómoda donde se presentan hechos como: desconfianza, sensaciones repulsivas, razonamientos fastidiosos y modificaciones funcionales. Los resultados no tienen relación con el de Díaz (2012), quien llegó a concluir que el 62.5% enfermeras presentaron estrés.

Spielberger, Krasner sostiene que la angustia neurótica pasa cuando la persona procura agradar sus propias naturalezas, sin embargo, aquellos requerimientos hacen que uno se sienta amedrentado y no se consiga dominar adecuadamente.

Tabla N°2: Del 100% (95) el 54% (51) enfermeras manifiestan que su carga laboral es inadecuada y el 46% (44) enfermeras manifiestan una carga laboral adecuada.

La conjetura psicodinámica propuesta por Peplau, sostiene que la enfermera es psicodinámica, es competente en interpretar su comportamiento que le permita coadyuvar a otros individuos a reconocer sus obstáculos y emplear los fundamentos referidos a las correspondencias entre las personas.

Tabla N°3: El 53.68% (51) manifiestan tener una carga laboral inadecuada, en la agrupación relación con el nivel de ansiedad, el 5.26% (5) enfermeras manifiestan un bajo nivel de ansiedad, 5.26% que representan (5) enfermeras cuentan con un nivel medio de ansiedad y mientras el 43.16% (41) enfermeras manifiestan un alto nivel de angustia. El 46.32% (44) enfermeras encuestadas manifiestan tener una carga laboral adecuado, y en relación con el nivel de estrés, El 16.84% (16) enfermeras presenta un nivel de estrés bajo, 11.58% (11) enfermeras presentan un

nivel de estrés medio y mientras el 17.89% (17) enfermeras presentan un nivel de estrés alto.

Paterson y Zderad en su teoría, realza la agrupación que se constituye entre los usuarios y los profesionales respecto a los cuidados que realiza. En relación a esta expectativa, la enfermería se concibe la experimentación que ha vivido la persona en relación al usuario.

Tabla N°4: El 88.42% (84) enfermeras con actividades asistenciales, el 55.79% (53) enfermeras presentan un nivel de estrés alto, el 16.84% (16) enfermeras presentan un nivel de estrés medio, y el 15.79% (15) enfermeras presentan un nivel de estrés bajo. El cual no tiene relación con los antecedentes de este resultado tiene similitud con los de Quispe Mercedes (2012), en el estudio que hizo llego a concluir que la mayoría de los profesionales de enfermería tienen predisposición de expresar ansiedad y por ende es necesario el cuidado por parte de la organización, a través de sus funcionarios, cuyas demostraciones son de nivel emotiva y cognoscitiva principalmente.

Tabla N°5: El 84.21% (80) enfermeras que laboran en los diferentes servicios de Hospitalización. Donde el 18.95% (18) enfermeras tienen un nivel de estrés bajo, el 15.79% (15) enfermeras presentan un nivel de estrés medio y 49.47% (47) enfermeras presentan un nivel de estrés alto.

Diferentes investigaciones realizadas demuestran que los usuarios requieren durante los cuidados profesionales sensibles y ser tratados según los menesteres individuales, e informen adecuadamente a sus familiares sobre el estado de la salud.

## **V.- CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **Conclusiones**

Con respecto a los niveles de ansiedad en los profesionales de enfermería del 100% (95), el 61% (58) enfermeras presentan un alto nivel de ansiedad.

Referente a la carga laboral del total de enfermeras encuestadas, 54% (51) enfermeras manifiestan que su carga laboral inadecuada y el 46% (44) enfermeras manifiestan una carga laboral adecuada.

Con respecto a los niveles de ansiedad relacionado con la carga en el trabajo en los profesionales de enfermería según resultados existe agrupación entre los niveles de ansiedad y la carga laboral, donde el 54% (51) enfermeras manifiestan que la carga laboral que tienen es inadecuada, en relación con el nivel de 43% (41) enfermeras manifiestan altos niveles de ansiedad.

### **Recomendaciones**

Coordinar con el departamento de enfermería para que realice programas de terapia de relación con el personal.

Se recomienda al departamento de enfermería que inserte dentro de su plan de trabajo terapias alternativas para el personal como paseos, caminatas.

Se recomienda a la jefa del departamento que coordine con las jefas de servicio para la difusión de música, suave.

Se recomienda al departamento de enfermería que programar horarios de trabajo de manera equitativa para los profesionales de enfermería.

Se recomienda a las jefas de servicio que realice talleres sobre adecuado manejo y aplicación de la mecánica corporal en los profesionales de enfermería

Se recomienda al departamento en conjunto con las supervisoras que propicien talleres de habilidades sociales entre el personal.

Se recomienda al departamento de enfermería que coordine con el programa de psicología para realizar reuniones mensuales con el personal de cada servicio para la educación de terapias alternativas de relajación.

## **VI.- AGRADECIMIENTO**

De manera especial a toda mi familia por estar siempre conmigo en todo momento en la realización del presente trabajo de investigación, por su paciencia, y comprensión.

## VII.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Abarca Alejos Lilian; Huamán Osorio Carmen (2011). “Nivel de estrés del profesional de enfermería en relación con la opinión de calidad de atención, servicios de hospitalización”, hospital “Víctor ramos guardia” UNASAM Huaraz.
- AscancioC r. Tahimi; coronado Velitza. (1997). “Estrés en las enfermeras y área quirúrgica del hospital José a. Vargas de la Ovellera. Municipio libertador” Venezuela.
- Asociación Argentina para el estudio y prevención del estrés (1999). “Estrés laboral-mobbing o violencia laboral” Lima.
- Boletín de la OMS (2007) Revista internacional de salud pública.
- Carmona M., Chacón e., Guareguan, at el (2006). ‘Factores desencadenantes del estrés laboral en la unidad de cuidados intensivos del hospital universitario Dr. "Luis Razetti" de Barcelona’, estado Anzoátegui.
- Cairo. (2002) “Burnout, un síndrome cada vez más expandido, relaciones humanas, en mujeres de empresa.com”, España.
- Carlos bromley Coloma (2000). “Los trastornos de ansiedad a inicios del nuevo siglo trastornos relacionados con el estrés”. En archivos peruanos de psiquiatría y salud mental. – vol. 04, Perú.
- Davalos Pérez Hilda Yesica. (2010). “Nivel de estrés laboral en las enfermeras del hospital nacional de emergencia “José Casimiro Ulloa” noviembre lima - Perú en tesis para optar licenciatura lima Perú. UNMSM.
- Dugas, Beverly (2000). “Tratado de enfermería práctica”. 4ta edición. México
- Francisco Javier Carmona Monge (2000) “Síndrome de burnout y reactividad del estrés, en una muestra de profesionales de enfermería de una unidad de cuidados críticos”. Colombia.
- Fornes Vives (1998). “Estrés laboral y personal de enfermería causas, emociones y posibles pre-doctores” “tesis doctoral” Palma.

- Gloria novel Martí; Mag. Teresa Iluch Canut; Mag. Dolores miguel López de Vergara. (2005) “Enfermería psicosocial y salud mental”. 1era edición. Barcelona (España).
- Giovanna Mercado torres (2006). “Nivel de estrés laboral en enfermeras en el hospital nacional dos de mayo”
- Huber K. m. Gunther. (1980). Estrés y conflictos, editorial paraninfo.
- Internacional del trabajo (1993). “El trabajo en el mundo”, cap. 5, ginebra, OIT, España.
- José M Carlos Mingote adán; Lic. Santiago Pérez García (2003). “estrés en enfermería – el cuidador del cuidador”. Edición Díaz de santos. s.a. Madrid (España).
- Kozier Bárbara. (1999). “Fundamentos de enfermería”. 5ta edición, ed. mc Graw Hill interamericana. México.
- Lazarus, R.S. Folkmans. (1986). estrés y proceso cognitivo. ed. Martínez roca. Biblioteca de psicología, psiquiatría y salud. Barcelona.
- Lorenzo Mediano Ortiga. (2001). Burnout y los médicos “un peligro desconocido” Ed, España. edit.: graficas remonta s.a.
- La Dou Joseph (1999). “Medicina Labora y Ambiental” 2da edición editorial Manical moderno- México.
- Marrine A. (1989). “Modelos y teorías de enfermería”. Barcelona: Ediciones rol. Barcelona.
- Margarita Chacón Roger y Colb. (1997). “Instituto nacional de oncología y radiobiología burnout en enfermeros que brindan atención a pacientes oncológicos” en Rev. Cubana ñoclo. Cuba.
- Ministerio de Salud (2010). “Habilidades para la promoción de la salud mental y prevención del estrés”. En módulos de Capacitación Dirección General de salud de las personas programa de Salud Mental INSM Honorio delgado e Hideyo
- Ministerio de Trabajo y seguridad social. (1987). Fundación Europea para la mejora de las condiciones de vida y de trabajo. “el estrés físico y psicológico en el trabajo”. Vol. 14, Madrid.

- Morales Lindo Cinthya milagros. (2009). “Nivel de estrés laboral de las enfermeras que laboran en las áreas críticas del instituto nacional de salud del niño” noviembre lima – Perú en tesis para optar la licenciatura lima Perú. UNMSM.
- Moreno. (1995). “variables implicadas en el burnout de enfermería: un modelo estructural de diagnosis”. Manual de psicología clínica aplicada, España.
- Oscar Slipak. (1992). “Estrés laboral”. Alcmeon 19 n° 4 España.
- Pairo José María y Alicia salvador (1993). “Control del estrés laboral” editorial Eudema .
- Quispe llanque mercedes. (2006) “Niveles de estrés en enfermeras que laboran en las unidades criticas del hospital Manuel Núñez Butrón”,en tesis para optar licenciatura. Puno.
- Ricardo Núñez. (2000). Memorias del vi simposio. Actualizaciones en enfermería, Fundación Santa Fe de Bogotá.
- Rivero e. (2005). Prevalencia de estrés en Trabajadores de Salud MINSA de la Dirección de Salud IV Lima Perú.
- Sol Durand Arias. (2006). “El manejo del estrés ocupacional en el personal de enfermería” de Paprika p., Taucara a. y Bhattaacharya t. investigación en salud -Vol. VIII. Guadalajara – México.
- Zúñiga huerta (2002). “Investigación científica en ciencias de la salud”. Lima – Perú.

## **Anexos y Apendice**

### **Anexo 1**

#### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**Yo**, por medio del presente acepto participar en el trabajo de investigación titulado Relación del nivel de estrés y la carga laboral en los Profesionales de Enfermería, hospital Víctor Ramos Guardia Huaraz 2017.

**Que tiene como objetivo:** Determinar la relación del Nivel de Estrés y la carga laboral en los Profesionales de Enfermería, **en** el Hospital Víctor Ramos Guardia de Huaraz durante el año 2017.

**Se me explico que** mi participación consistirá en conocer la relación del nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería que laboran en el Hospital “Víctor Ramos Guardia” - Huaraz, que permitirá formular estrategias orientadas a fortalecer el manejo y afrontamiento del estrés.

**También he sido informado** que conservo el derecho de retirarme del estudio en cualquier momento que crea conveniente.

**La investigadora se compromete** en que todo momento se mantendrá el principio de la confidencialidad.

**El beneficio del estudio para mi persona será:** Conocer la relación del nivel de estrés y la carga laboral, para mejorar el desempeño laboral de los profesionales de enfermería y brindar una buena calidad de atención.

---

Firma del participante

## Anexo 2

### CUESTIONARIO

Estimada (o) Lic.:

Buenos días, somos estudiantes de enfermería en esta oportunidad estamos realizando un estudio de investigación titulado **“Relación entre el nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital “Víctor Ramos Guardia 2017”**, con el fin de obtener información sobre el nivel de estrés relacionado con la carga laboral en las enfermeras; a fin de que se formulen las medidas preventivas para fomentar el bienestar integral del profesional de enfermería.

Por lo cual le solicito su participación a través de este instrumento, garantizándole que los datos que Ud. brinde serán de carácter anónimo y reservado. Agradeciéndole por anticipado su colaboración.

#### Instrucciones:

A continuación, se le presenta una serie de interrogantes, marque con una X la respuesta que Ud. Considere correcta.

#### Datos Generales

1. Servicio donde labora.....
2. Edad.....3. Sexo.....4. Estado Civil.....
5. N<sup>ro</sup>. De hijos..... Edades .....
6. Tiempo de servicio en la institución..... (Años)..... (Meses)
7. Tiempo que labora en el Servicio..... (Años)..... (Meses)
8. Turnos que realiza Fijo ( ) Rotativo ( )
9. Horas de trabajo por turno..... N<sup>a</sup> de pacientes en el servicio.....
10. N<sup>o</sup> de Enfermeras por turno: Suficiente.....Insuficiente.....
11. Cargo que desempeña:
  - a) Enfermera(o) jefa de servicio
  - b) Enfermera(o) asistencial
12. Situación laboral:
  - a) Enfermera(o) nombrada
  - b) Enfermera(o) contratada

**13. Tiempo usado para trasladarse de su casa al trabajo.....**

**14. Trabaja en otra institución.**

Si ( ) No ( )

**15. Cuenta con recursos materiales para realizar su trabajo durante su turno.**

Si ( ) No ( )

**16. En qué condiciones se encuentran los equipos con el que usted trabaja.**

- a) Bueno
- b) Regular
- c) Malo

**17. En su centro laboral le brindan Facilidades para el trabajo.**

Si ( ) No ( )

**18. Qué tipo de facilidades le brinda el Hospital a usted.**

- a) Cambio del turno /Licencia por enfermedad
- b) Permiso / licencia por estudio
- c) Licencia por maternidad
- d) Otros (especifique).....

**19. A usted el Hospital le proporciona estímulos laborales.**

Si ( ) No ( )

- a) Felicitaciones
- b) Reconocimiento o Premiaciones
- c) Entrega de resoluciones
- d) Otros (especifique).....

**A. Nivel de estrés:**

**1. El Estrés es:**

- a) Conjunto de alteraciones que se produce en el organismo como respuesta física.
- b) Es el proceso o mecanismo general con el cual el organismo mantiene su equilibrio interno.

- c) Es la respuesta fisiológica o psicológica del individuo ante un estresor ambiental.
- d) Todas las anteriores

**2. ¿Sabe usted como se manifiesta el estrés?**

- a) Mal humor/ irritabilidad
- b) Disminuye su comunicación
- c) Falta de concentración
- d) Cansancio y/o sueño
- e) Cefalea/ migraña
- f) Aumenta / disminuye su apetito
- g) Todas las anteriores

**3. ¿Cree usted que el estrés influye en su trabajo?**

Si ( ) No ( )

**4. ¿Cómo influye el estrés en su trabajo?**

- a) En el cuidado que brinda al usuario
- b) En el trato al personal a su cargo/ trato a los familiares del usuario
- c) En las relaciones interpersonales con el equipo de salud
- d) En las relaciones interpersonales con su (s) jefes inmediatos

**5. ¿Qué hace usted para disminuir su nivel de estrés?**

- a) Grita
- b) Escucha radio y canta
- c) Cuenta su preocupación
- d) Se da un baño
- e) Hace deportes / ejercicios de relajación.
- f) Asiste al psicólogo (médico)
- g) Otros (Especifique).....

**6. El Estrés laboral es:**

- a) Provocado por situaciones agobiantes.
- b) Uno de los temas que actualmente afecta a las relaciones interpersonales, actividad y rendimiento en el trabajo.
- c) La respuesta del organismo a un estado de tensión excesiva y permanente que se prolonga más allá de las propias fuerzas.
- d) Todas las anteriores.

**7. ¿Cree usted que el estrés laboral tiene como efectos secundarios?**

- a) Hablar rápido y temblores
- b) Bajo rendimiento en el trabajo.
- c) Tartamudeo y disminución del rendimiento físico.
- d) Conductas impulsivas.

**8. ¿Las causas para que haya estrés laboral son?**

- a) Dificultad en el trabajo
- b) Actividades sin responsabilidad
- c) Ritmo de vida acelerado
- d) Todas las anteriores.

**9. ¿Conoce usted las técnicas para prevenir el estrés laboral?**

- a) Dieta Sana y dormir lo suficiente.
- b) Diferenciar el ámbito laboral y el familiar
- c) No llevarse trabajo o preocupaciones a casa
- d) Realizar ejercicios físicos
- e) Comunicar los problemas y las dificultades inmediatamente.
- f) Todas las anteriores.

**10. ¿La iluminación en el servicio que usted labora es?**

- a) Bueno
- b) Regular
- c) Malo
- d) Muy malo

11. **¿Cree usted que es importante el silencio dentro del ambiente que usted labora?**

Si ( )            No ( )

**¿Por qué?**

- a) Da tranquilidad
- b) Permite un equilibrio emocional
- c) Hago de cuenta que no me interesa
- d) No le importa
- e) Ninguna de las anteriores

12. **¿En cuanto al espacio físico del servicio que usted trabaja hay?**

- a) Espacio físico restringido
- b) Hacinamiento laboral
- c) Condiciones físicas laborales inadecuadas
- d) Todas las anteriores.
- e) Ninguna de las anteriores.

13. **¿Cree usted que hay compañerismo en el servicio donde usted labora?**

- a) Siempre
- b) A menudo
- c) A veces
- d) Casi nunca
- e) Nunca

14. **¿Usted se siente impotente en el caso de que un paciente no mejora?**

- a) Siempre
- b) A menudo
- c) A veces
- d) Casi nunca
- e) Nunca

15. **¿Usted ha recibido críticas de un médico?**

- a) Siempre
- b) A menudo
- c) A veces

- d) Casi nunca
- e) Nunca

## **B. Carga laboral**

**1. ¿Cree usted la asignación de pacientes es adecuada a su capacidad física?**

Si ( ) No ( )

**2. ¿Conoce usted la importancia de la mecánica corporal que realiza durante sus actividades en su servicio?**

Si ( ) No ( )

**3. ¿Sabe usted de que previene la práctica adecuada de la mecánica corporal?**

- a) Prevención de las Hernias
- b) Prevención de fracturas
- c) Prevención de desviaciones
- d) Prevención de estirones de musculo

**4. ¿Las actividades que realiza usted a diario, son siempre acorde a su capacidad psíquica, sin provocar agotamiento mental?**

Si ( ) No ( )

**5. ¿Usted con frecuencia se ha cuestionado fuera del Hospital pensando en problemas relacionadas con su trabajo?**

- a) Siempre
- b) A menudo
- c) A veces
- d) Casi nunca
- e) Nunca

**6. ¿Cree usted que sus horas de trabajo están establecidas según la organización**

¿Internacional de trabajo? Si ( ) No ( )

**7. ¿Su servicio cuenta con personal suficiente para brindar atención de calidad?**

Si ( ) No ( )

**8. ¿Ha manejado adecuadamente una Mecánica Corporal al movilizar a los pacientes?**

- a) Siempre
- b) A menudo
- c) A veces
- d) Casi nunca
- e) Nunca

**9. ¿Le ha causado problemas de salud al estar mucho tiempo de pie durante un procedimiento?** Si ( ) No ( )

Especifique.....

**10. ¿Ha sufrido agresión física por parte de la paciente cuando le brinda cuidados?** Si ( ) No ( )

**11. ¿Si ha sufrido un accidente laboral, ha recibido inmediatamente alguna atención?** Si ( ) No ( )

Especifique.....

**12. ¿El exceso o sobre carga labora le ha ocasionado algún tipo de accidente en su servicio?** Si ( ) No ( )

Especifique.....

**13. ¿Considera usted que el ejecutar su trabajo en algún momento le genera stress?** Si ( ) No ( )

**14. ¿En el turno que trabaja usted hay demasiadas actividades?** Si ( ) No ( )

## CODIFICACION DE PREGUNTAS

Nivel de estrés			
Pregunta	Respuesta	Cód.	Ptj.
<b>¿Qué es estrés?</b>	a) Conjunto de alteraciones que se produce en el organismo como respuesta física.	1	0
	b) Es el proceso o mecanismo general con el cual el organismo mantiene su equilibrio interno.	2	0
	c) Es la respuesta fisiológica del individuo ante un estresor ambiental.	3	1
	d) Todas las anteriores	4	0
<b>¿Sabe usted como se manifiesta el estrés?</b>	a) Mal humor/ irritabilidad	1	1
	b) Disminuye su comunicación.	2	0
	c) Falta de concentración.	3	0
	d) Cansancio y/o sueño.	4	0
	e) Cefalea/ migraña	5	0
	f) Aumenta / disminuye su apetito	6	0
	g) Todas las anteriores Produce dolor intenso.	7	1
<b>¿Cree usted que el estrés influye en su trabajo?</b>	a) Si	1	1
	b) No	2	0
<b>¿Cómo influye el estrés en su trabajo?</b>	a) En el cuidado que brinda al usuario.	1	0
	b) En el trato del personal a su cargo / trato a los familiares del usuario.	2	1
	c) En las relaciones interpersonales con el equipo de salud.	3	0
	d) En las relaciones interpersonales con sus jefes inmediatos.	4	0
<b>¿Qué es estrés laboral?</b>	a) Provocado por situaciones agobiantes.	1	0
	b) Uno de los temas que actualmente afecta a las relaciones interpersonales, actividad y rendimiento en el trabajo.	2	0
	c) La respuesta del organismo a un estado de tensión excesiva y permanente que se prolonga más allá de las propias fuerzas.	3	1
	d) Todas las anteriores.	4	0
<b>¿Cree usted que el estrés laboral tiene como efectos secundarios?</b>	a) Hablar rápido y temblores.	1	0
	b) Bajo rendimiento en el trabajo.	2	1
	c) Tartamudeo y disminución del rendimiento físico.	3	0
	d) Conductas impulsivas.	4	0
<b>Las causas para que haya estrés son:</b>	a) Dificultad en el trabajo	1	0
	b) Actividades sin responsabilidad.	2	0
	c) Ritmo de vida acelerado.	3	0
	d) Todas las anteriores.	4	1
	a) Dieta sana y dormir lo suficiente	1	0

¿Conoce usted las técnicas para prevenir el estrés laboral?	b) Diferenciar el ámbito laboral y el familiar.	2	0
	c) No llevarse trabajo o preocupación a casa.	3	0
	d) Realizar ejercicios físicos.	4	0
	e) Comunicar los problemas y las dificultades inmediatas.	5	0
	f) Todas anteriores.	6	1
¿Cree usted que es importante el silencio dentro del ambiente que usted labora?	a) Si	1	1
	b) No	2	0
¿En cuanto al espacio físico del servicio que usted trabaja?	a) Espacio físico restringido.	1	0
	b) Hacinamiento laboral.	2	0
	c) Condiciones físicas laborales inadecuadas.	3	0
	d) Todas las anteriores	4	1

#### Carga laboral

Pregunta	Respuesta	Cód.	Ptj.
¿Cree usted que la asignación de pacientes es adecuado a su capacidad física?	a) Si	1	1
	b) No	2	0
¿Conoce usted la importancia de la mecánica corporal que realiza durante sus actividades en su servicio?	a) Si	1	1
	b) No	2	0
¿Sabe usted de que previene la práctica adecuada de la mecánica corporal?	a) Prevención de hernias	1	0
	b) Prevención de fracturas.	2	0
	c) Prevención de desviaciones.	3	0
	d) Prevenciones de estirones de muslo.	4	0
	e) Todas las anteriores.	5	1
¿Las actividades que realiza usted a diario, son siempre acorde a su capacidad psíquica sin provocar agotamiento mental?	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0
¿Cree usted que sus horas de trabajo están establecidas según la organización nacional de trabajo?	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0
¿Su servicio cuenta con personal suficiente para brindar atención de calidad?	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0

<b>¿Le ha causado problemas de salud al estar mucho tiempo de pie durante un procedimiento?</b>	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0
<b>¿Ha sufrido agresión física por parte del paciente cuando le brinda cuidados?</b>	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0
<b>¿Si ha sufrido un accidente laboral, ha recibido inmediatamente una atención?</b>	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0
<b>¿El exceso o sobre carga laboral le ha ocasionado algún tipo de accidente en su servicio?</b>	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0
<b>¿Considera usted que al ejecutar su trabajo en algún momento le genera estrés?</b>	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0
<b>¿En el turno que trabaja usted hay demasiadas actividades?</b>	a) Si.	1	1
	b) No.	2	0

Anexo 3

<b>Problema</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables</b>	<b>Metodología</b>
<p>¿Cuál es la relación entre el nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital “Víctor Ramos Guardia”? Huaraz, Febrero – Julio – 2017?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación del nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital “Víctor Ramos Guardia”. - Huaraz, 2017.</p> <p>Objetivos Específicos:</p> <p>Relacionar el nivel de estrés con la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital “Víctor Ramos Guardia”.</p> <p>Conocer el nivel de estrés del profesional de enfermería, del Hospital “Víctor Ramos Guardia”.</p> <p>Identificar la carga laboral de los profesionales de enfermería, del Hospital “Víctor Ramos Guardia”.</p>	<p>Existe relación entre el nivel de estrés y la carga laboral del profesional de enfermería del Hospital “Víctor Ramos Guardia”- Huaraz, 2017.</p> <p>Hipótesis nula</p> <p>No Existe relación entre el nivel de estrés y la carga laboral del profesional de enfermería del Hospital “Víctor Ramos Guardia”- Huaraz, 2017.</p>	<p>Variable de estudio I</p> <p>Estrés</p> <p>Variable de estudio II</p> <p>Carga laboral</p>	<p>Tipo de investigación: Cuantitativo- Descriptivo</p> <p>Diseño de investigación. No experimental y Transversal:</p> <p>Población: Donde N = 125 profesionales de enfermería</p> <p>Muestra: Donde n = 95</p>

#### Anexo 4

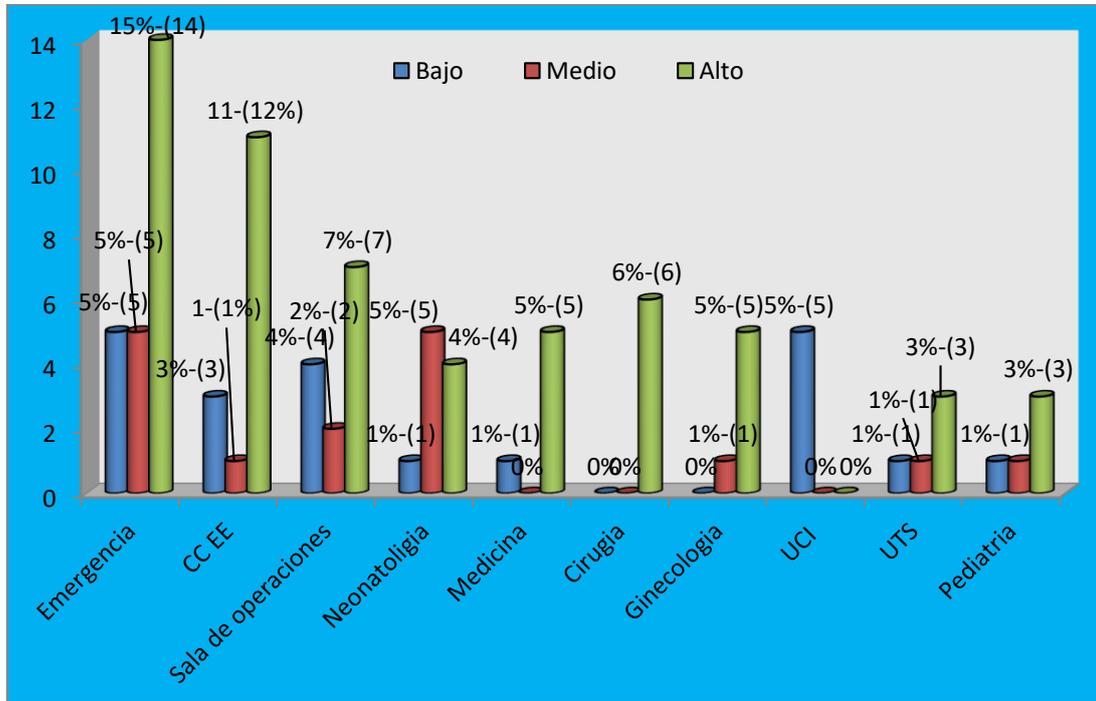


Figura 1. Nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería según los servicios

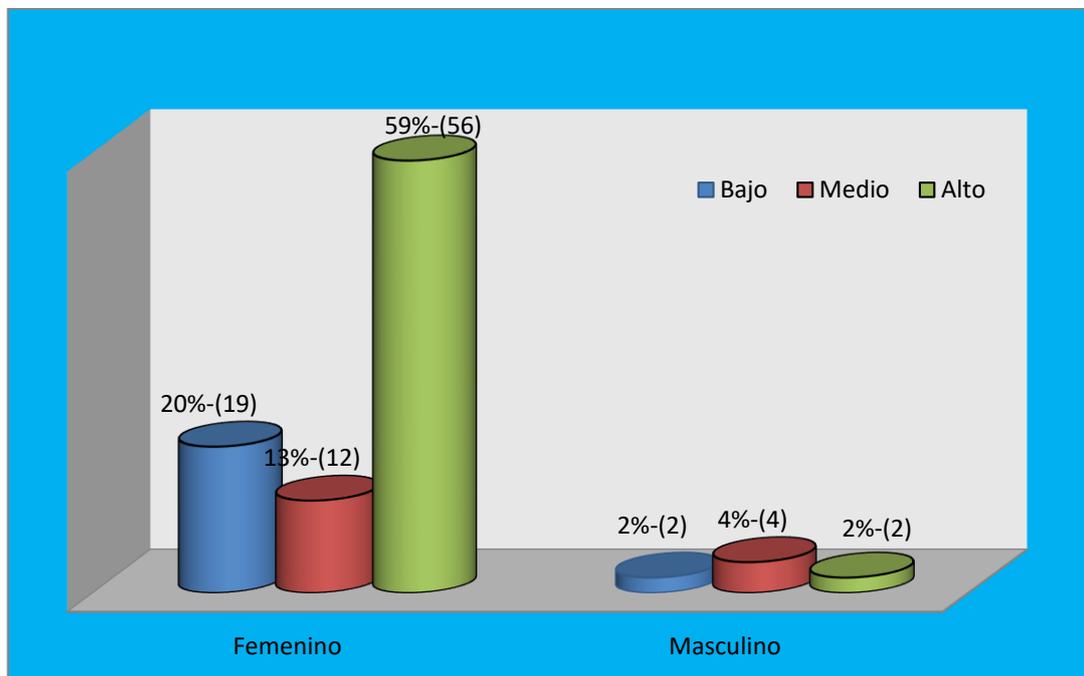


Figura 2. Nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería según los servicios

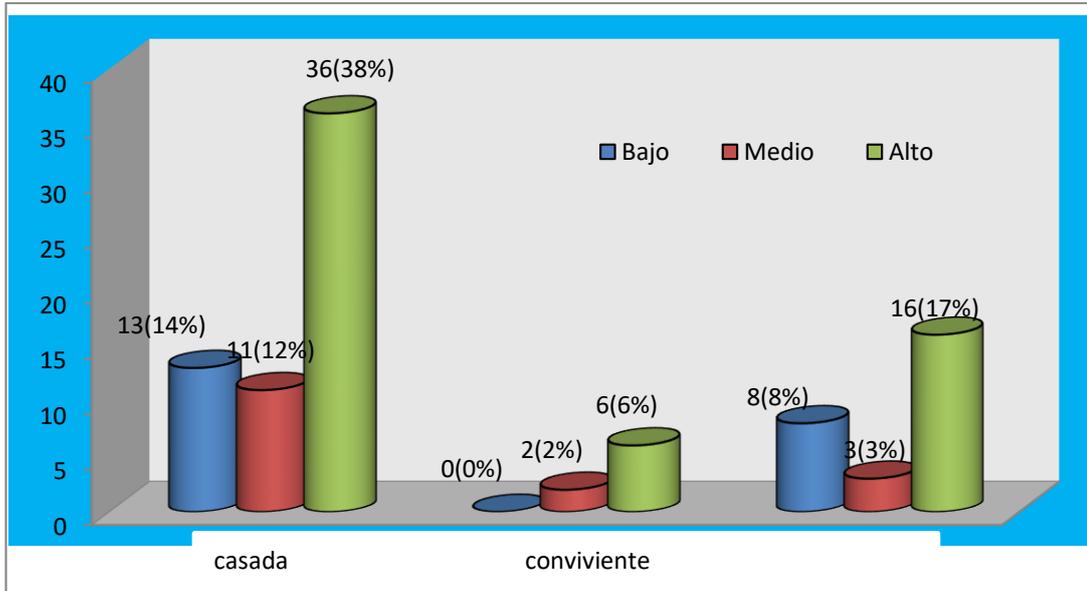


Figura 3. Nivel de estrés en las profesionales de enfermería según el estado civil

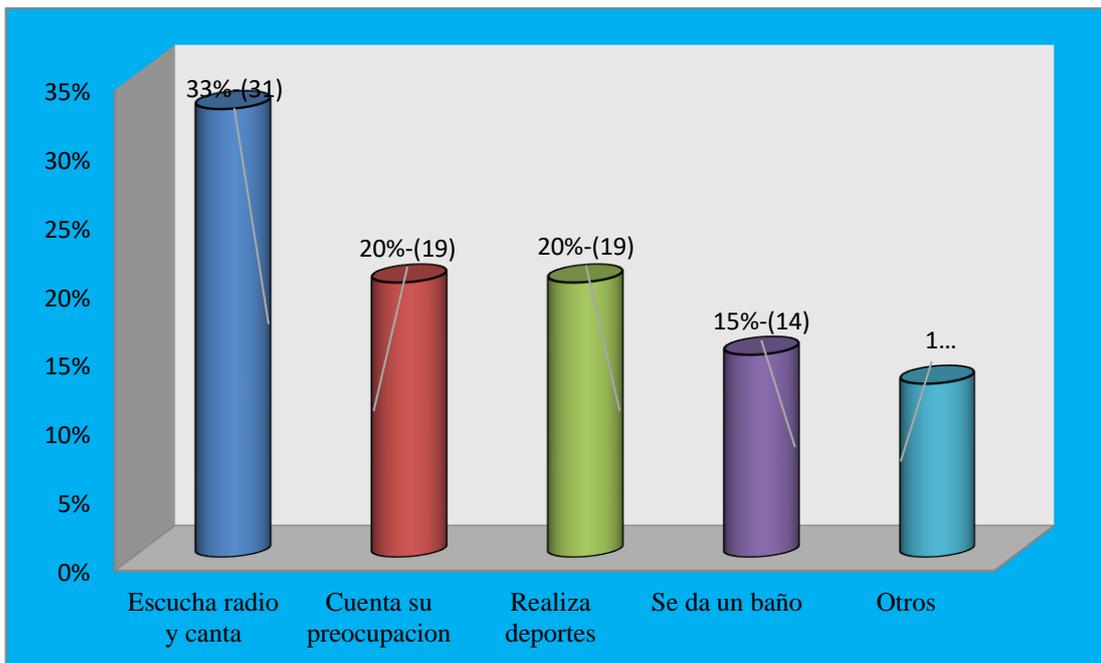


Figura 4. Tipo de recreación que practican las profesionales de enfermería para disminuir el nivel de estrés

## CUESTIONARIO

Estimada (o) Lic.:

Buenos días, somos estudiantes de enfermería en esta oportunidad estamos realizando un estudio de investigación titulado “**Relación entre el nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital “Víctor Ramos Guardia 2017”**”, con el fin de obtener información sobre el nivel de estrés relacionado con la carga laboral en las enfermeras; a fin de que se formulen las medidas preventivas para fomentar el bienestar integral del profesional de enfermería.

Por lo cual le solicito su participación a través de este instrumento, garantizándole que los datos que Ud. brinde serán de carácter anónimo y reservado. Agradeciéndole por anticipado su colaboración.

### Instrucciones:

A continuación, se le presenta una serie de interrogantes, marque con una X la respuesta que Ud. Considere correcta.

### Datos Generales

1. Servicio donde labora..... *Emergencia*.....  
2. Edad..... *47 años*..... 3. Sexo..... *F*..... 4. Estado Civil..... *casada*  
5. N° De hijos..... *02*..... Edades

1	<i>06</i>
2	<i>10</i>
3	

6. Tiempo de servicio en la institución..... *6*..... (Años)..... *8*..... (Meses)  
7. Tiempo que labora en el Servicio..... *4*..... (Años)..... *5*..... (Meses)  
8. Turnos que realiza Fijo ( ) Rotativo   
9. Horas de trabajo por turno..... *12*..... N\* de pacientes en el servicio..... *20*.....  
10. N° de Enfermeras por turno: Suficiente..... Insuficiente.....   
11. Cargo que desempeña:  
a) Enfermera(o) jefa de servicio  
 b) Enfermera(o) asistencial  
12. Situación laboral:  
 a) Enfermera(o) nombrada

b) Enfermera(o) contratada

13. Tiempo usado para trasladarse de su casa al trabajo..... 20 minutos (aprox)

14. Trabaja en otra institución. Si ( ) No

15. Cuenta con recursos materiales para realizar su trabajo durante su turno.

Si ( ) No

16. En qué condiciones se encuentran los equipos con el que usted trabaja.

a) Bueno

b) Regular

c) Malo

17. En su centro laboral le brindan Facilidades para el trabajo. Si  No ( )

18. Qué tipo de facilidades le brinda el Hospital a usted.

a) Cambio del turno /Licencia por enfermedad

b) Permiso / licencia por estudio

c) Licencia por maternidad

d) Otros (especifique).....

19. A usted el Hospital le proporciona estímulos laborales. Si ( ) No

a) Felicitaciones

b) Reconocimiento o Premiaciones

c) Entrega de resoluciones

d) Otros (especifique).....

#### A. Nivel de estrés:

1. El Estrés es:

a) Conjunto de alteraciones que se produce en el organismo como respuesta física.

b) Es el proceso o mecanismo general con el cual el organismo mantiene su equilibrio interno.

c) Es la respuesta fisiológica o psicológica del individuo ante un estresor ambiental.

d) Todas las anteriores

2. ¿Sabe usted como se manifiesta el estrés?

a) Mal humor/ irritabilidad

- b) Disminuye su comunicación
- c) Falta de concentración
- d) Cansancio y/o sueño
- e) Cefalea/ migraña
- f) Aumenta / disminuye su apetito
- g) Todas las anteriores

3. ¿Cree usted que el estrés influye en su trabajo?    Si     No ( )

4. ¿Cómo influye el estrés en su trabajo?

- a) En el cuidado que brinda al usuario
- b) En el trato al personal a su cargo/ trato a los familiares del usuario
- c) En las relaciones interpersonales con el equipo de salud
- d) En las relaciones interpersonales con su (s) jefes inmediatos

5. ¿Qué hace usted para disminuir su nivel de estrés?

- a) Grita
- b) Escucha radio y canta
- c) Cuenta su preocupación
- d) Se da un baño
- e) Hace deportes / ejercicios de relajación.
- f) Asiste al psicólogo (médico)
- g) Otros (Especifique).....

6. El Estrés laboral es:

- a) Provocado por situaciones agobiantes.
- b) Uno de los temas que actualmente afecta a las relaciones interpersonales, actividad y rendimiento en el trabajo.
- c) La respuesta del organismo a un estado de tensión excesiva y permanente que se prolonga más allá de las propias fuerzas.
- d) Todas las anteriores.

7. ¿Cree usted que el estrés laboral tiene como efectos secundarios?

- a) Hablar rápido y temblores
- b) Bajo rendimiento en el trabajo.
- c) Tartamudeo y disminución del rendimiento físico.
- d) Conductas impulsivas.

8. **¿Las causas para que haya estrés laboral son?**

- a) Dificultad en el trabajo
- b) Actividades sin responsabilidad
- c) Ritmo de vida acelerado
- ~~d) Todas las anteriores.~~

9. **¿Conoce usted las técnicas para prevenir el estrés laboral?**

- a) Dieta Sana y dormir lo suficiente.
- b) Diferenciar el ámbito laboral y el familiar
- c) No llevarse trabajo o preocupaciones a casa
- d) Realizar ejercicios físicos
- e) Comunicar los problemas y las dificultades inmediatamente.
- ~~f) Todas las anteriores.~~

10. **¿La iluminación en el servicio que usted labora es?**

- a) Excelente
- b) Bueno
- ~~c) Regular~~
- d) Malo
- e) Muy malo

11. **¿Cree usted que es importante el silencio dentro del ambiente que usted labora?**

Si ~~(X)~~ No ( )

**¿Por qué?**

- a) Da tranquilidad
- ~~b) Permite un equilibrio emocional~~
- c) Hago de cuenta que no me interesa
- d) No le importa
- e) Ninguna de las anteriores

12. **¿En cuanto al espacio físico del servicio que usted trabaja hay?**

- a) Espacio físico restringido
- ~~b) Hacinamiento laboral~~
- c) Condiciones físicas laborales inadecuadas
- d) Todas las anteriores.
- e) Ninguna de las anteriores.

13. ¿Cree usted que hay compañerismo en el servicio donde usted labora?

- a) Siempre
- b) A menudo
- ~~c) A veces~~
- d) Casi nunca
- e) Nunca

14. ¿Usted se siente impotente en el caso de que un paciente no mejora?

- a) Siempre
- b) A menudo
- ~~c) A veces~~
- d) Casi nunca
- e) Nunca

15. ¿Usted ha recibido críticas de un médico?

- a) Siempre
- b) A menudo
- ~~c) A veces~~
- d) Casi nunca
- e) Nunca

**B. Carga laboral**

1. ¿Cree usted la asignación de pacientes es adecuada a su capacidad física? Si ( ) No (X)

2. ¿Conoce usted la importancia de la mecánica corporal que realiza durante sus actividades en su servicio? Si (X) No ( )

3. ¿Sabe usted de que previene la práctica adecuada de la mecánica corporal?

- ~~a) Prevención de las Hernias~~
- b) Prevención de fracturas
- c) Prevención de desviaciones
- d) Prevención de estirones de musculo

4. ¿Las actividades que realiza usted a diario, son siempre acorde a su capacidad psíquica, sin provocar agotamiento mental? Si ( ) No (X)

5. ¿Usted con frecuencia se ha cuestionado fuera del Hospital pensando en problemas relacionadas con su trabajo?

- a) Siempre
- b) A menudo
- ~~c) A veces~~
- d) Casi nunca
- e) Nunca

6. ¿Cree usted que sus horas de trabajo están establecidas según la organización  
¿Internacional de trabajo? Si  No ( )

7. ¿Su servicio cuenta con personal suficiente para brindar atención de calidad?  
Si ( ) No

8. ¿Ha manejado adecuadamente una Mecánica Corporal al movilizar a los  
pacientes?

- a) Siempre
- b) A menudo
- ~~c) A veces~~
- d) Casi nunca
- e) Nunca

9. ¿Le ha causado problemas de salud al estar mucho tiempo de pie durante un  
procedimiento? Si  No ( )

Especifique.....Dolor.....f.umbra ✓

10. ¿Ha sufrido agresión física por parte de la paciente cuando le brinda  
cuidados? Si ( ) No ( )

11. ¿Si ha sufrido un accidente laboral, ha recibido inmediatamente alguna  
atención? Si ( ) No

Especifique.....

12. ¿El exceso o sobre carga labora le ha ocasionado algún tipo de accidente  
en su servicio? Si ( ) No

Especifique.....

13. ¿Considera usted que el ejecutar su trabajo en algún momento le genera  
stress? Si  No ( )

14. ¿En el turno que trabaja usted hay demasiadas actividades? Si ( ) No ( )