



USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

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

**“Relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en
Profesionales de Enfermería Hospital Caraz 2016”.**

Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería

AUTORA:

Zelaya Hurtado Fiorella Leslye

ASESORA:

Lic. SONIA ABANTO CERNA

Caraz - Perú

2016

PALABRAS CLAVES

TITULO	Relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz 2016
METODO	TRANSVERSAL, NO EXPERIMENTAL
ESPECIALIDAD	ENFERMERIA
OBJETIVO GENERAL	Determinar la relación entre nivel de estrés y carga laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Caraz, Octubre 2016 – Marzo 2017
METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION	Tipo de investigación: Descriptiva. Línea de investigación: 02020002 Salud Mental Diseño de investigación: No experimental, de corte transversal

KEYWORDS

TITILE	Relationship between Stress Level and Workload in Nursing Professionals Hospital Caraz 2016
METHOD	TRANSVERSAL, NON-EXPERIMENTAL
SPECIALTY	NURSING
GENERAL OBJECTIVE	To determine the relationship between the level of stress and the workload in the nursing professionals of the Hospital "San Juan de Dios" Caraz, October - March 2017.
RESEARCH METHODOLOGY	Type of research: Descriptive. Research Line: 02020002 Mental Health Research design: Non-experimental, cross-sectional

Dedicatoria

A Dios, Por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A mis padres, por brindarme su amor, por su ejemplo de lucha y sacrificio, que me enseñó a seguir adelante a pesar de los tropiezos

A Lic. Sonia Abanto Cerna por su paciencia, tiempo y valiosos aportes para la realización del presente trabajo y deseo contar siempre con su sabiduría y amistad.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Universidad San Pedro por haberme albergado en sus aulas durante mi formación profesional.

Agradezco también de manera especial a mi asesora de tesis Lic. Sonia Abanto Cerna, quien con sus conocimientos y constante apoyo pudo guiarme para realizar el desarrollo de la presente tesis desde el inicio hasta su culminación.

A los docentes de la carrera profesional de Enfermería por toda la dedicación que me brindaron al impartirme conocimientos para mi formación profesional, por ser mis maestros y amigos les doy mis más sinceros agradecimientos.

A todos los Licenciados de Enfermería del Hospital San Juan de Dios - Caraz, por el tiempo que me brindaron para realizar el desarrollo del presente trabajo de Investigación.

DERECHOS DEL AUTOR

Se reserva esta propiedad intelectual y la información del autor, basados en el Decreto Legislativo “D.L” N° 822 de la República del Perú, que protege la intelectualidad de derecho de autor por lo tanto el presente trabajo de investigación no puede ser reproducido ya sea para venta o publicaciones comerciales, y en cualquier uso para fines distintos debe contar con mi autorización correspondiente.

La Escuela Académica Profesional de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad San Pedro - Caraz, ha tomado las precauciones razonables, para verificar el contenido de esta publicación.

Zelaya Hurtado Fiorella L.
Autora

PRESENTACIÓN

La presente tesis es para obtener el título profesional de licenciada en enfermería, titulada “Relación entre nivel de estrés y carga laboral en profesionales de enfermería, del Hospital, caraz 2016”.

El mundo actual implica una época de grandes cambios, con un ritmo de vida enormemente acelerado, mayor demanda de competencia y especialización, con continua reformulación de objetivos, metas, estrategias, entre otros aspectos. Este entorno exige a las personas mayor grado de autonomía, flexibilidad, capacidad de iniciativa, seguridad en sí mismo y capacidad para moldearse a situaciones nuevas. Precisamente las contrariedades y exigencias que cotidianamente debe enfrentar el hombre propician estar sometido al estrés y sus posibles consecuencias negativas.

El estrés laboral aparece como consecuencia del contenido o la intensidad de las demandas laborales o por problemas de índole organizacional, el trabajador comienza a experimentar vivencias negativas asociadas al contexto laboral, entre las que destacan: apatía por el trabajo, astenia, dificultades en las relaciones interpersonales, disminución en el rendimiento laboral, tristeza, depresión, síntomas psicósomáticos que pueden llegar a generar la aparición de determinados trastornos psicofisiológicos, al igual que marcada insatisfacción laboral.

Las enfermeras debido a las características de su trabajo enfrentan situaciones que le pueden generar inestabilidad emocional, lo cual puede afectar su desempeño laboral que afecta al mismo equipo de salud y también al usuario.

El personal de enfermería tiene un alto riesgo de experimentar una excesiva sobrecarga. En cuanto a los estresores que tenían una incidencia significativa sobre el personal de enfermería en función de su severidad. Indican que la alta sobrecarga laboral es la principal fuente de estrés de este colectivo y señalan que la reestructuración y la

reducción de personal tienen un impacto considerable sobre el personal de enfermería, de modo que, con menos personal cualificado para el cuidado de los pacientes, la sobrecarga laboral se ve dramáticamente incrementada. Consideramos que el presente estudio es de suma importancia y para determinar la relación entre nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital de Caraz 2016”.

Capítulo I: Introducción que contiene los antecedentes, justificación, planteamiento del problema, formulación del problema, marco teórico conceptual, definición de términos u operaciones de las variables, hipótesis y objetivos.

Capítulo II: Material y métodos en el cual se expone el tipo, diseño, población y muestra, así mismo encontramos la técnica e instrumento, procedimiento para recolectar, procesar, presentar y analizar e interpretar los datos.

Capítulo III: Resultados, análisis y discusión.

Capítulo IV: Conclusiones y recomendaciones. Finalmente se presenta las referencias bibliográficas y anexos.

INDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
Caratula.....	i
Palabras claves.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimiento.....	iv
Derecho de autoría.....	v
Presentación.....	vi
Índice de contenidos.....	vii
Índice de tablas y gráficos.....	viii
Resumen.....	ix
Abstract.....	xiv

I. CAPITULO

INTRODUCCION.....	13
1.1. ANTECEDENTES.....	15
1.2. JUSTIFICACION.....	17
1.3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	19
1.4. MARCO REFERENCIAL.....	22

1.4.1. ESTRÉS.....	22
14.2. FISILOGIA DEL ESTRÉS.....	23
1.4.3. CLASIFICACION DEL ESTRÉS.....	25
1.4.3.1. SEGÚN SUS EFECTOS.....	25
1.4.3.2. SEGÚN EL TIEMPO DE DURACION.....	25
1.4.3.3. SEGÚN EL CONTEXTO EN EL QUE SE PRESENTA.....	26
1.5.FACTORES QUE GENERAN ESTRES.....	27
1.6. CLIMA LABORAL.....	27
1.7. ESTRÉS LABORAL.....	28
1.8. ESTRESORES LABORALES.....	29
1.9. MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS LABORAL.....	29
1.10. CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS LABORAL.....	30
1.11. ENFERMEDADES Y ESTRÉS LABORAL.....	31
1.12. ESTRÉS LABORAL EN ENFERMERIA.....	34
1. 13. FACTORES RELACIONADOS CON EL ESTRÉS LABORAL EN ENFERMERIA.....	35
1.14. CARGA LABORAL.....	42
1.15. EL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA Y SU RELACION CON EL SÍNDROME DE BURNOUT.....	43
MARCO REFERNCIAL.....	47

OPERACIONALIZACION DE VARIABLES.....	49
1.5 HIPOTESIS.....	53
1.5.1. HIPOTESIS GENERAL.....	53
1.5.2. HIPOTESIS NULA.....	53
1.6. OBJETIVOS.....	53
1.6.1. OBJETIVO GENERAL.....	53
1.6.2. OBJETIVO ESPEVIFICO.....	53

CAPITULO II

METODOLOGIAS DEL TRABAJO DE INVESTIGACION

2.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACION.....	54
2.2. POBLACION Y MUESTRA.....	54
2.3. TECNICAS E INSTRUMENTO DE INVESTIGACION.....	55
2.4. METODO.....	55
2.4.1. ENTREVISTA.....	55
2.4.2. TECNICA.....	55
2.5. PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE LA INFORMACION.....	57

CAPITULO III

RESULTADOS

ANALISIS Y DISCUSION

RESULTADOS

GRAFICO N°1.....	56
------------------	----

GRAFICO N°2.....	57
GRAFICO N°3.....	58
GRAFICO N°4.....	59
GRAFICO N°5.....	60

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. CONCLUSION.....	63
4.2. RECOMENDACIONES.....	64
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	65
ANEXO.....	69

ÍNDICE DE CUADROS Y GRÁFICOS

GRAFICO	PÁGINA
N°1 Nivel de estrés en los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz Según genero	46
N°2 Nivel de estrés en los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz según estado civil	47
N°3 Carga laboral en los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz	48
N°4 Nivel de estrés en los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz	49
N°5 Relación entre Carga laboral y nivel de estrés de los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz	50

RESUMEN

En el presente trabajo de investigación titulado el “Relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz 2016”, se realizó con el Objetivo de determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y la carga laboral; el tipo de investigación fue de tipo descriptivo de corte transversal, en la cual se utilizó como instrumento la encuesta, no se realizó la obtención de la muestra debido a que la población es finita (25 enfermeras) , a quienes se les aplicó una encuesta de 36 items sobre la relación entre el nivel de estrés y la carga laboral. Se utilizó la prueba del Chi² cuyos resultados fueron procesados y analizados mediante el programa SPSS 21.

El profesional de enfermería brinda atención a los pacientes basado en conocimientos teóricos y prácticos en la búsqueda de realizar sus diferentes actividades de manera eficiente y efectiva, por lo que las enfermeras (os) que laboran en las áreas asistenciales y atención primaria de salud están sometidas a situaciones de estrés, aparte de las actividades propias del cuidado que brinda, tiene que asumir otras responsabilidades del trabajo, y tiene muchas veces que estar afectada por la presencia excesiva de estresores, de diferentes maneras y formas es por ello esta investigación dará respuesta a las diferentes situaciones o niveles de estrés en que se encuentran dichos profesionales del Hospital de Caraz.

Palabras Claves: Relación del Nivel Estrés y Carga Laboral de Profesionales de Enfermería.

ABSTRACT

In this research work entitled "Relationship between Level of Stress and Workload in Nursing Professionals Caraz Hospital 2016", was conducted with the objective of determining the relationship between the level of stress and workload; the type of research was of a cross-sectional descriptive type, in which the survey was used as an instrument; the sample was not obtained because the population is finite (25 nurses), to whom a survey was applied. 36 items on the relationship between stress level and workload. The Chi2 test was used, the results of which were processed and analyzed through the SPSS 21 program

The nursing professional provides care to patients based on theoretical and practical knowledge in the search to perform their different activities in an efficient and effective manner, so that nurses working in the areas of health care and primary health care are submitted To situations of stress, apart from the activities of the care provided, has to assume other responsibilities of work, and has many times to be affected by the excessive presence of stressors, in different ways and forms is why this research will respond to The different situations or levels of stress in which these professionals of the Hospital are located

Keywords: Relation of the Stress Level and Workload of Nursing Professiona

I. INTRODUCCION

El presente trabajo de investigación se desarrolló con el objetivo de Determinar la relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz, Octubre de 2016 a Marzo de 2017

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.

PLAN DE INVESTIGACIÓN

1. Antecedentes y fundamentación científica.

A Nivel internacional:

MONTIS L. Y GONZÁLEZ R. (2013) “Estrés laboral en el personal de Enfermería de Alto Riesgo del Hospital de Argentina”

HALLAZGOS:

Se obtuvo un nivel de estrés Severo (52%) de la población estudiada, se obtuvo un nivel de estrés moderada en el (52%), un nivel de estrés agudo (18%)

CONCLUSIONES: el nivel de estrés global fue severo (52%) de la población estudiada.

LEÓN A. (2014) “Estrés laboral en el personal auxiliar de Enfermería de emergencia de adultos y pediatría del hospital regional de Guatemala”

HALLAZGOS:

Se obtuvo un nivel de estrés moderado (53%), un nivel de estrés agudo (25%), un nivel de estrés más severo; (22%) de la población estudiada.

CONCLUSIONES: el nivel de estrés global fue moderado (53%) de la población estudiada.

A Nivel nacional:

CALSINA Y. (2012), “Nivel de estrés de las Enfermeras de Centro Quirúrgico del Hospital III Salcedo - Puno

HALLAZGOS:

Se obtuvo un nivel de estrés moderado (62.5%), un nivel de estrés leve (31.25%), un nivel de estrés alto; (6.25%) de la población estudiada.

CONCLUSIONES: el nivel de estrés global fue moderado (62.5%) de la población estudiada.

A Nivel Regional:

MEDINA E. (2015) “Nivel de estrés laboral en los Enfermeros de los Servicios de: Emergencia, Trauma Shock y UCI del Hospital Víctor Ramos Guardia” – Huaraz, en el tercer trimestre del año 2015”.

HALLAZGOS

Se obtuvo un nivel de estrés moderado en el 47.50%, un nivel de estrés severo en el 22.50%, un nivel de estrés agudo 30 %de la población estudiada.

CONCLUSIONES: el nivel de estrés global fue moderado (47.50%) de la población estudiada.

1.2. Justificación de la Investigación.

Desde el punto de vista técnico.

La esencia de la actividad de la enfermera radica en brindar un óptimo cuidado a las personas tanto en la salud como en la enfermedad, por lo cual la enfermera además de conocimientos debe poseer un equilibrio mental y físico. La salud física y emocional de los Profesionales de Enfermería es indispensable para brindar atención de calidad a los usuarios.

Durante el trabajo diario la Enfermera está sujeta a diversos tipos de situaciones, la mayor parte de ellas son generadoras de estrés, que se traduce en agotamiento, mal humor y baja calidad en el cuidado hacia los pacientes por lo que es necesario conocer los factores relacionados a la aparición del estrés y la magnitud de la misma, porque al identificar y evaluar los niveles de estrés en los profesionales de enfermería que laboran en el Hospital “San Juan de Dios” Caraz, permitirá formular estrategias para el manejo y afrontamiento del estrés, ya que esto puede afectar la estabilidad emocional de la Enfermera(o), disminuir su rendimiento laboral y repercutir en el desempeño laboral y la imagen del Profesional de Enfermería y de la Institución.

El presente proyecto de investigación está enmarcado dentro del campo de la salud mental, emocional que es parte de la salud pública y salud ocupacional, y contribuirá al desarrollo del Profesional de Enfermería y del equipo de salud. Los aportes serán insumos necesarios para los Enfermeros quienes podrán establecer estrategias para enfrentar los factores estresantes y el desempeño de sus funciones

Desde el punto de vista académico.

Los resultados de esta investigación podrán aportar conocimientos al comportamiento de las enfermeras que padecen estrés, así como sus

consecuencias entre ellas las implicancias en la atención al usuario, socializar con las entidades formadoras de Profesionales y preparar a los estudiantes para enfrentar en forma positiva las responsabilidades que demanda la profesión.

Desde el punto de vista metodológico.

Los resultados obtenidos servirán como antecedentes para futuras investigaciones relacionadas con el tema en estudio; permitirá fortalecer el desarrollo de líneas de investigación sobre este aérea, en la Escuela de Enfermería.

Desde el punto de vista social.

Socializados los resultados, permitirá fortalecer la capacidad técnica de los profesionales que redundará en la calidad y calidez del cuidado y la satisfacción de los usuarios en los diferentes ámbitos de atención de Enfermería, así como mejorar la imagen del Profesional de Enfermería.

1.3.Planteamiento del Problema

Presentación de la razón e importancia del tema a ser investigada.

El profesional de Enfermería está sometido a múltiples factores estresantes durante las actividades laborales tanto de carácter organizacional, como propios de la tarea que ha de realizar, estas características hacen que el estrés relacionado al trabajo tenga una incidencia relativamente alta en esta profesión.

El estrés es un proceso dinámico complejo desencadenado por la percepción de amenaza para la integridad del individuo y para la calidad de sus relaciones significativas, los agentes estresantes pueden ser físicos y psicosociales; son situaciones que se caracterizan por significar incertidumbre, conflictos o falta de control sobre las situaciones, problemas personales, falta de contactos sociales.

En el ambiente laboral se presentan ciertos factores estresores según como sean vividas, resueltos y afrontados, que requiere de una respuesta individual para mantener un equilibrio que no afecte el actuar del trabajador. (WIKIPEDIA, 2016)

El estrés laboral es uno de los problemas más frecuentes que se da en la actualidad, muchos especialistas estudian, clasifican y además recomiendan acciones o respuestas para evitar un nivel de estrés elevado, sin embargo; esto no se puede evitar ya que el origen y consecuencias de este estrés varía mucho de un individuo a otro, este riesgo laboral también lo presenta el profesional de enfermería, teniendo en cuenta a los estresores que se enfrentan en cada jornada laboral. (LAZARUS, 1986)

El personal de Enfermería trabaja en un ambiente de alto estrés, resultado del conflicto entre presiones internas y externas que alteran su efectividad individual entre los principales factores estresantes encontramos la carga

laboral, ambigüedad en los roles, responsabilidades del cambiante, pacientes moribundos y sus familiares, demandas conflictivas entre el trabajo y el hogar y su escasa participación en la planeación y la toma de decisiones. (LAZARUS, 1986)

Las demandas de la vida familiar influyen también en el estrés ocupacional. A su vez, la satisfacción y el estrés en el trabajo tienen un impacto en el hogar, Por lo tanto existen diferentes grados de estrés laboral entre las enfermeras en función del puesto, lugar y tipo de trabajo que desarrollan en los distintos niveles asistenciales. (SALUD, 2010)

La Organización Mundial de Salud (OMS). Define a la salud, como un estado de completo bienestar físico psíquico y social; ausencia de una enfermedad, el estrés afecta negativamente a la salud tanto físico y psicológico de los trabajadores y también puede afectar la actividad y rendimiento de cualquier profesional y la vida personal; como consecuencia podría conllevar al “Síndrome de Burnout” .También conocido como el síndrome de desgaste profesional ,que puede llegar a causar una incapacidad total para volver a trabajar y afecta a un 60% en los profesionales de salud: Médicos, enfermeras, psicólogos, etc. (MENTAL, 2017)

Estudios realizados en Perú, en relación a la condición laboral de los profesionales de enfermería, indican mayor incidencia de estrés (51.7%) en el grupo con tiempo de servicio de 1 a 5 años de labor continua.

(MENTAL, 2017)

El Hospital “San Juan de Dios” – Caraz tiene un entorno laboral estresante donde la profesión de enfermería es considerada una ocupación agotadora y agobiante debido a que diariamente enfrentan situaciones difíciles como riesgosas, la Enfermera debe actuar con habilidad y competencia para lo cual han sido capacitadas, demostrando empatía y la experiencia necesaria para brindar una atención de calidad; a ello se le puede sumar otros factores

estresantes, como la falta de personal ante una gran demanda de pacientes, las condiciones inadecuadas de los ambientes, pocos instrumentos para la realización de los procedimientos, falta de gestión de recursos humanos, que incrementa el riesgo a estrés y la estabilidad emocional de los enfermeros.

Durante las prácticas en los diferentes servicios se ha observado con frecuencia que los profesionales de enfermería se muestran molestos, levantan la voz, al interactuar con ellas refieren... “Tantos pacientes ya quiero que se acabe mi turno...”, “Me siento cansada...”, “Cuando llego a mi casa me voy a dormir y no quiero que nadie me moleste...” entre otras. Expresiones.

Motivo por el cual decidí investigar la relación del nivel de estrés y la carga laboral de los profesionales de enfermería del Hospital “San Juan de Dios” – Caraz.

De lo planteado anteriormente se delimita y se presenta el siguiente problema:

¿Cuál es la relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz – 2016?

1.4. MARCO REFERENCIAL

1.4.1. ESTRÉS

- . Deriva e latín “Stringe” que significa “Apretar” o “Provocar, tensión”. Posteriormente los físicos y los investigadores utilizaban esta palabra, pero le daban diferentes significados, los físicos la utilizaron para describir una fuerza aplicada a un objeto, de tal modo que los cambios resultantes en cuanto al volumen, forma y tamaño se conocieron como esfuerzos; mientras que los investigadores trataban de identificar los cambios de adaptación encargados de mantener una situación estable; a este equilibrio se denomina homeostasis, se creía que el estrés era una amenaza para el homeostasis. (WIKIPEDIA, 2016)

LAZARUS Y FOLKMAN: Definen el estrés como el resultado de la relación entre el individuo y el entorno. Evaluado por aquel como amenazante, que desborda sus recursos debido a la presencia de demandas, tareas, roles interpersonal y físico y pone en peligro su bienestar. (LAZARUS, 1986)

El estrés designa el peligro que amenaza al bienestar y como consecuencia, incluso la supervivencia. Como resultado del efecto del estrés, el ser vivo que se ve afectado intenta ajustarse a estas condiciones modificadas al servicio del medio ambiente y actuar contra esta influencia perniciosa (actividad) o huir de ella (pasividad) (LAZARUS, 1986)

En la actualidad la biología y la medicina han incorporado el término “stress” como “el proceso o mecanismo general con el cual el organismo mantiene su equilibrio interno, adaptándose a las exigencias, tensiones e influencias a las que se expone en el medio en que se desarrolla”. Este proceso, mecanismo general o sistema

psiconuroendocrinológico, es el que denominamos como estrés. (LAZARUS, 1986)

En 1992 Oscar Eduardo Slipak, manifestó que el estrés involucra “la interacción del organismo con el medio”, lo que nos lleva a definir al estrés según el estímulo:

- a) Estrés es la fuerza o el estímulo que actúa sobre el individuo y que da lugar a una respuesta.
- b) Estrés es la respuesta fisiológica o psicológica del individuo ante un estresor ambiental.
- c) Estrés es una consecuencia de la interacción de los estímulos ambientales y la respuesta idiosincrásica del individuo. (LAZARUS, 1986)

El Ministerio de Salud (MINSA) lo conceptualiza como la expresión de la relación entre el individuo y su medio ambiente. Este puede ser temporal o a largo plazo, ligero o severo, según la duración de sus causas, la fuerza de estas y la capacidad de recuperación que tenga la persona (SALUD, 2010)

1.4.2. FISIOLÓGÍA DEL ESTRÉS

En la producción del estrés se implican fisiológicamente tres sistemas



El estrés pone en actividad todos los componentes del cerebro en forma de cascada. (MENTAL, 2017)

La respuesta neurológica activa el HIPOTÁLAMO, provocando una respuesta hormonal y estimulando la HIPÓFISIS, que segrega ACTH (corticotropina), ésta a su vez activa las glándulas SUPRARRENALES.

- La parte interna o médula de las SUPRARRENALES segrega ADRENALINA

(Epinefrina) y NORADRENALINA (norepinefrina). (MENTAL, 2017)

- La parte externa o corteza segrega CORTICOSTEROIDES (aldosterona) y GLUCOCORTICOIDES (cortisol).()

- La ADRENALINA y NORADRENALINA (catecolaminas) generan una producción de energía en un corto período de tiempo. (MENTAL, 2017)

- Los GLUCOCORTICOIDES (cortisol) aumentan en situaciones de indecisión.

- Los MINERALCORTICOIDES (aldosterona y corticosterona) producen vasoconstricción de los vasos sanguíneos. También el HIPOTÁLAMO actúa en el sistema nervioso autónomo para producir una respuesta inmediata de estrés y activar nervios sensoriales. (MENTAL, 2017)

Como vemos las SUPRARRENALES están sometidas a una doble acción: Por una parte, el sistema nervioso autónomo y por otra el ACTH secretado por la HIPÓFISIS (MENTAL, 2017)



1.4.3 CLASIFICACION DEL ESTRÉS

1.4.3.1. Según sus efectos

Eutres (Estrés positivo): Es aquel que permite alcanzar el placer y adaptarse al entorno, medio ambiente desencadenando una respuesta agradable o placentera. (LABORAL, 2016)

Distress (Estrés negativo): Es aquel estrés perjudicante o desagradable. Este tipo de estrés produce una sobrecarga de trabajo no asimilable, la cual eventualmente desencadena un desequilibrio fisiológico y psicológico que termina en una reducción en la productividad del individuo, aparición de enfermedades psicosomáticas y un envejecimiento acelerado y pérdida de trabajo (MENTAL, 2017)

1.4.3.2. Según el tiempo de duración

a) Estrés agudo: Es la forma de estrés más común. Proviene de las demandas y las presiones del pasado inmediato y se anticipa a las demandas y presiones del próximo futuro. El estrés agudo es estimulante y excitante a pequeña dosis, pero demasiado agotador. (BIENESTAR, 2017)

b) Estrés crónico: Es un estrés creciente que aparece día tras día, año tras año. El estrés crónico destruye el cuerpo, la mente y la vida. Es el estrés de la pobreza, de las familias disfuncionales, de estar atrapado en un matrimonio infeliz o en un trabajo no deseado. Es el estrés de los problemas interminables, económicos, políticos, de las tensiones religiosas. Aparece cuando la persona no ve una salida a su situación. Es el estrés de demandas y presiones muy por encima de las posibilidades del individuo y durante interminables periodos de tiempo, sin esperanza, en donde el individuo renuncia a buscar soluciones.

Se puede presentar en el trabajo cuando las actividades se realizan bajo condiciones estresantes. (BIENESTAR, 2017)

c) Estrés agudo episódico: Es aquel que se produce de modo puntual y momentáneo en el tiempo. Éste tipo de estrés se caracteriza por su corta duración y su naturaleza esporádica (BIENESTAR, 2017)

1.4.3.3. Según el contexto en el que se presenta

a) Estrés laboral o de trabajo: Se denomina estrés laboral al malestar y a las afecciones ocasionadas por las condiciones y tareas propias de la institución donde se trabaja afectando por norma general a trabajadores con gran presión psicológica, directivos y profesionales con alto grado de actividad mental como los jueces, policías, militares, conductores, personal de salud, maestros; o pertenecientes a sectores innovadores como matemáticos, físicos, ingenieros, etc. Se presenta como consecuencia de la confusión de los factores estresantes y de la personalidad del sujeto. (ESTRESLABORAL, 2016)

d) Estrés no laboral o cotidiano: El cual está relacionado como causas individuales, familiares y de relaciones interpersonales presentándose de diferentes formas, entre los principales se puede mencionar, aquel que se da en las relaciones entre padres, hijos y otros parientes presentan el estrés familiar, el estrés de pareja el cual es provocado por conflictos amorosos y matrimoniales, el estrés provocado por la muerte de personas queridas designado como estrés por duelo, el estrés que se presenta en personas desde los grados escolares hasta que terminan sus estudios, se le denomina estrés académico, el malestar que provocan las entrevistas, exámenes médicos y temor a diagnósticos graves, es considerado como estrés médico,

además se pueden considerar también el estrés doméstico y el estrés económico. (ESTRESLABORAL, 2016)

1.5. FACTORES QUE GENERAN ESTRÉS

Dentro los factores que generan estrés tenemos:

a) **Factores biológicos:** Son aquellos cambios o modificaciones orgánicas que se producen en el individuo y que contribuyen a generar estrés. Por ejemplo, embarazos, problemas de peso, enfermedad, lesiones, envejecimiento, accidentes, violación, cirugía, entre otros. (ESTRES, 2017)

b) **Factores psicológicos:** Se refieren a aquellas características de los diferentes tipos de personalidad, que al desencadenarse una situación de estrés van a ocasionar también daños psicológicos, está dado por la sensación de no ser atractivo, dificultad para lograr objetivos, sentimientos de inferioridad, temor al error, sentimientos de inseguridad entre otros. (ESTRES, 2017)

c) **Factores socioculturales:** Está dado por aquellos que inciden en las relaciones fenómenos sociales y culturales que contribuyen a generar estrés. Así tenemos que dentro de los factores – sociales están la responsabilidad como un grupo, el matrimonio, el divorcio, cambio de domicilio, nacimientos, problemas laborales, Ascensos, conflictos interpersonales, etc. Dentro los factores culturales tenemos, la preparación insuficiente, desconocimiento del panorama social y cultural, cambios de habito y costumbre entre otros. (ESTRES, 2017)

1.6. CLIMA LABORAL

El clima laboral es el medio ambiente humano y físico en el que se desarrolla el trabajo cotidiano. Influye en la satisfacción del personal y por lo tanto en la productividad. (ESTRESLABORA, 2017)

1.7. ESTRÉS LABORAL

El estrés laboral es un fenómeno personal y social cada vez más frecuente y con consecuencias importantes a nivel individual y organizacional; a nivel individual puede afectar el bienestar físico y psicológico, y la salud de las personas. A nivel colectivo, puede deteriorar la salud organizacional, puede causar invalidez psicológica y fisiológica; sin embargo también tiene manifestaciones más útiles de morbilidad que pueden afectar el bienestar personal. (ESTRÉS, 1996)

En 1997, la O.I.T. desde una perspectiva integradora, define al estrés laboral como "La respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento de un individuo que intenta adaptarse y ajustarse a presiones internas y externas", por lo tanto "el estrés aparece cuando se presenta un desajuste entre la persona, el puesto de trabajo y la propia organización". (ESTRÉS, 1996)

Tipos De Estrés Laboral:

Existen dos tipos de estrés laboral:

a) El episódico: Puede ser ocasionada por la aparición no prevista de gran intensidad, pero de corta duración por ej. Un despido. (PREVENCION, 2016)

b) El crónico: Que se puede presentar cuando la persona se encuentra sometida frecuentemente a las siguientes situaciones (PREVENCION, 2016)

- Ambiente laboral inadecuado
- Sobrecarga de trabajo
- Alteraciones de ritmos biológicos
- Responsabilidades y decisiones muy importantes
- Estimulación lenta y monótona
- Condiciones laborales inadecuadas

1.8. ESTRESORES LABORALES

a) **Conflicto de trabajo:** Se entiende la presencia de demandas opuestas e incompatibles en la realización de una tarea laboral. En el cuidado de enfermos este conflicto se puede manifestarse al tener que optar entre los principios éticos aprendidos durante el periodo de formación, la limitación de los recursos asistenciales disponibles y la restricción económica que condicionan la toma de decisiones en la práctica clínica habitual. (ESTRESLABORAL I. , 2017)

b) **Ambigüedad de trabajo:** Se entiende la incertidumbre acerca de las exigencias propias de las tareas, la formación en que debe ser llevada a cabo y las expectativas sobre los resultados deseables. En la práctica clínica destacan el estrés, la incertidumbre diagnóstica y terapéutica, y la ambigüedad entre el papel de médicos, enfermeras y auxiliares de enfermería. (ESTRESLABORA, 2017)

c) **Sobrecarga de trabajo:** Es el exceso de trabajo, el trabajo difícil de efectuar por la urgencia o presión del tiempo. En todos estos casos las demandas de trabajo superan los recursos para poder dar una respuesta eficaz a las mismas, es decir; para poder ejecutar control sobre las tareas y cada persona ha de realizar. Con frecuencia los profesionales sanitarios se enfrentan a pacientes en situaciones de riesgo vital, frente a los que se sienten incapaces inseguros y frustrados. (ESTRESLABORA, 2017)

1.9. MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS LABORAL

a) **Manifestaciones cognitivas:** Produce sensación de preocupación, indecisión, bajo nivel de concentración, desorientación, mal humor, hipersensibilidad a la crítica, sentimientos de falta de control, etc. (HISTORIA Y BIOGRAFIAS, 2017)

b) **Manifestaciones motoras:** Se puede evidenciar el hablar rápido, temblores, tartamudeo, voz entrecortada, explosiones

emocionales, exceso de apetito, falta de apetito, conductas impulsivas, risas nerviosas, bostezos, etc. (HISTORIA Y BIOGRAFIAS, 2017)

c) Manifestaciones fisiológicas: Se manifiesta mediante la presencia de taquicardia, aumento de la tensión arterial, sudoración, alteraciones del ritmo respiratorio, aumento de la tensión muscular, aumento de la glucemia en sangre, aumento del metabolismo basal, aumento del colesterol, inhibición del sistema inmunológico, sensación de nudo en la garganta, dilatación de pupilas, etc. (HISTORIA Y BIOGRAFIAS, 2017)

1.10. CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS LABORAL

El estrés laboral produce una serie de consecuencias y efectos negativos:

a) Consecuencias sociales: La imposibilidad de modificar el factor estresor, y a veces a enorme presión psicológica a la que se ve sometida la persona, lleva a menudo a salidas como, por ejemplo, incremento en el consumo de cigarrillo, alcohol, psicofármacos, drogas. (HISTORIA Y BIOGRAFIAS, 2017)

Raphael, 1981: Alteraciones de humor y de sueño, relaciones alteradas y conflictivas a nivel conyugal, familiar y con los amigos (Jagaranet, 1986), y la obesidad entre otros, que terminan agravando el estrés y sumando factores de riesgo. (HISTORIA Y BIOGRAFIAS, 2017)

b) Consecuencias económicas: Son cuantiosos los gastos y pérdidas derivadas por el costo del estrés; aumentan año a año, generalmente determinados por crecientes índices de ausentismo, baja productividad, accidentes profesionales, aumento del lucro incesante y lo que es más importante, la incidencia sobre la salud mental y física de los individuos, que si bien podrán ser cuantificados por los gastos en salud, etcétera, son en realidad invalorable, por cuanto la calidad de vida y la vida en sí misma no deben tener índices.

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”. (HISTORIA Y BIOGRAFIAS, 2017)

c) **Consecuencias en la salud:** Desde hace 20 años, muchos estudios han considerado la relación entre el estrés laboral y una variedad de enfermedades, tales como: alteraciones de humor y de sueño, el estómago descompuesto y el dolor de cabeza son señales tempranas del estrés relacionado al trabajo, usualmente son fáciles de reconocer. Pero los efectos del estrés de trabajo en las enfermedades crónicas son más difíciles de ver, puesto que en estas, necesitan de mucho tiempo para desarrollarse y pueden ser influidos por muchos factores aparte del estrés. Sin embargo, la evidencia rápidamente está acumulando y sugiere que el estrés tiene un papel importante en varios tipos de problemas crónicos de la salud particularmente la enfermedad cardiovascular, las afecciones músculos esqueléticos y las afecciones psicológicas. En resumen podría concluirse que, el estrés puede desarrollar diferentes patologías: ansiedad, depresión, neurosis, enfermedad cardíaca y cerebrovascular, hipertensión, etc. (HISTORIA Y BIOGRAFIAS, 2017)

1.11. **ENFERMEDADES Y ESTRÉS LABORAL**

El estrés laboral también involucra el desarrollo de ciertas enfermedades, donde la causa indirecta o directa lo constituye el ejercicio laboral como lo veremos a continuación. (WWWUMA, 2017)
(BDIGITAL, 2017)

El término enfermedades del trabajo hace referencia a dos concepciones:

a) Enfermedades vinculadas o relacionadas con el trabajo:

Comprende a aquellas en las cuales las condiciones de trabajo son un elemento entre otros en la etiopatogenia de una enfermedad multifactorial. Es decir, son inespecíficas que aunque no sean causas desencadenantes a veces se constituye en factor colaborador y el trabajo puede causarlas en parte, agravarlas o acelerar su evolución entre ellas tenemos (BDIGITAL, 2017) (WWWUMA, 2017)

• **Trastornos Respiratorios:** Son enfermedades respiratorias pueden incluir una variedad de problemas, entre ellos: Asma, hiperventilación, taquipnea, etc. (WWWUMA, 2017) (BDIGITAL, 2017)

• **Trastornos Cardiovasculares:** Son un conjunto de trastornos del corazón y de los vasos sanguíneos, entre ellos: Enfermedad coronaria, hipertensión arterial, alteraciones del ritmo cardiaco, etc. (BDIGITAL, 2017)

• **Trastornos Inmunológicos:** Son enfermedades inmunológicas causadas por mecanismos del sistema inmune anormales o ausentes, humorales, celulares o ambos, pueden ser inmunodeficiencia, hipersensibilidad o auto inmunitario. (WWWUMA, 2017)

• **Trastornos Endocrinos:** Tienen que ver con la suspensión total o parcial de la función hormonal que produce una determinada glándula, y entre ellos tenemos: Hipertiroidismo, hipotiroidismo, síndrome de Cushing, Diabetes, etc. (WWWUMA, 2017)

• **Trastornos Dermatológicos:** Son patologías dermatológicas que dañan a la piel, entre ellos: Prurito, sudoración excesiva, dermatitis atópica, caída del cabello, urticaria crónica, rubor facial, etc. (WWWUMA, 2017)

• **Las Afecciones Músculo Esqueléticas:** Son problemas de salud que abarcan desde incomodidad, molestias y dolores hasta cuadros médicos más graves que obligan a solicitar la baja laboral e incluso a recibir

tratamiento médico. En los casos más crónicos, el tratamiento y la recuperación suelen ser insatisfactorios y el resultado puede ser una discapacidad permanente, con pérdida del empleo. El estrés de trabajo aumenta el riesgo del desarrollo de estas afecciones a nivel de la espalda y de las extremidades inferiores.

- **Trastornos sexuales:** Se consideran disfunciones sexuales a la existencia de inhibición de los deseos sexuales o de los cambios psicofisiológicos que caracterizan al ciclo completo de la respuesta sexual, entre ellos: Impotencia, eyaculación precoz, vaginismo, etc. (WWWUMA, 2017)

- **Las Afecciones Psicológicas:** Son alteraciones de los procesos cognitivos y afectivos del desarrollo, consideradas como anormales con respecto al grupo social de referencia del cual proviene el individuo, entre ellos: La depresión, ansiedad, miedos, fobias, depresión, conductas adictivas, insomnio, agotamiento entre otros. (WWWUMA, 2017)

- **El Suicidio:** Es el acto por el que un individuo, deliberadamente, se provoca la muerte.

- **El Homicidio:** es el resultado de una acción u omisión mediante el cual se priva de la vida a otra persona ya sea dolosa o culposamente. (WWWUMA, 2017)

- **El Cáncer:** Es una enfermedad provocada por un grupo de células que se multiplican sin control y de manera autónoma, invadiendo localmente y a distancia otros tejidos. En general, tiende a llevar a la muerte a la persona afectada. (WWWUMA, 2017)

- **las Úlceras:** Es toda lesión abierta de la piel o membrana mucosa con pérdida de sustancia. Las úlceras pueden tener origen y localización muy variada. (WWWUMA, 2017)

1.12. ESTRÉS LABORAL EN ENFERMERIA.

La enfermería, por sus características específicas es una profesión cuyos componentes corren altísimo riesgo de padecer estrés laboral. Dada las características del trabajo y del entorno en las que se desarrollan, se ha observado que el profesional de enfermería que es uno de los trabajadores que corren mayor riesgo de desarrollar trastornos relacionados con el estrés. La razón fundamental es que estos profesionales sanitarios, en gran proporción, realizan su trabajo administrando cuidado directo a personas con sufrimiento físico o psicológico y sobre todo los que trabajan cuidando a enfermos críticos y terminales. Es por ello que se encuentran con frecuencia al personal de enfermería con pérdida de motivación, descenso de rendimiento, deterioro de la calidad de trato ofrecido, junto al desarrollo de sensaciones de cansancio emocional, inadecuación, y fracaso personal y profesional, todos ellos síntomas de estrés laboral crónico. Son tantos de estresores diarios que sufre la enfermería, todos ellos inherentes al desarrollo de su actividad, que no solo es una de las profesiones con mayor estrés laboral, sino la profesión con mayor índice de deserción y abandono profesional. (CYBERTESIS, 2014)

Según los estudios realizados existen diferentes grados de estrés laboral entre las enfermeras en función del puesto, lugar y tipo de trabajo que desarrollan en distintos niveles asistenciales. Las presiones de trabajo van a estar diferentes según la especialidad, la organización de la actividad, el tiempo de experiencia o el tipo de contrato laboral, por citar algunos de los factores intervinientes en el desarrollo del estrés. (CYBERTESIS, 2014)

Las conclusiones de los análisis realizados indican que el estrés de la enfermera de atención especializada (hospitalaria) es más alto que es las

enfermeras de atención primaria. El profesional de enfermería que desarrollan sus actividades en un hospital sufre mayor agotamiento emocional y se siente menos realizado que sus colegas de atención primaria. (CYBERTESIS, 2014)

1.13. FACTORES RELACIONADOS CON EL ESTRÉS LABORAL EN ENFERMERÍA

Dentro de los factores de riesgo de estrés laboral en el profesional de Enfermería tenemos:

a) Factores Personales: Son aquellas condiciones propios de cada persona que le impiden ejercer su función con tranquilidad y efectividad. En general se encuentra en personas propensas al estrés (ansiosas), con poca tolerancia a la frustración, al liderazgo y a la toma de decisiones; personas que acusan sentimientos de impotencia por la no mejoría del paciente; inseguridad y miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería; que se sienten insuficientemente preparados para ayudar emocionalmente a la familia y al paciente; incapaces de resolver de manera satisfactoria las inquietudes del paciente; con dificultad para trabajar con uno o varios compañeros del servicio; con obligaciones familiares, mantenimiento de la casa, hijos y deberes como pareja con problemas personales falta de habilidad en el manejo de las personas e intolerancia ante las mismas; incapacidad para trabajar en equipo, dependencia absoluta de otras personas para trabajar y tomar decisiones. Otros de los factores que se deben tener en cuenta son la edad, sexo y el estado civil. (CROEM, 2016)

b) Factores Ambientales: Condiciones físicas externas o también llamados estresores del ambiente físico, que alteran el curso normal de la labor del profesional en salud debido a que distorsionan la

concentración y tranquilidad que requieren para ejecutar su labor de una manera óptima, entre los que se encuentran (CROEM, 2016)

- **La iluminación:** Una iluminación apropiada no sólo nos ayuda a ver mejor mientras trabajamos, sino que también nos ayuda a prevenir problemas de salud, mejorar nuestra productividad y crear un mejor ambiente laboral en general. No es lo mismo trabajar en turno nocturno que en el diurno. (CROEM, 2016)
- Una iluminación inadecuada en el trabajo puede originar fatiga ocular, cansancio, dolor de cabeza, estrés y accidentes. El trabajo con poca luz daña la vista. También cambios bruscos de luz pueden ser peligrosos, pues ciegan temporalmente, mientras el ojo se adapta a la nueva iluminación. (CROEM, 2016)
- **El ruido:** Es la sensación auditiva inarticulada generalmente desagradable. En el medio ambiente, se define como todo lo molesto para el oído y afecta órganos y sistemas del cuerpo humano. Trabajar con alarmas continuamente, puede afectar al desempeño del trabajador (satisfacción, productividad, etc.). (CROEM, 2016)
- **Ambientes contaminados:** La calidad del aire en los ambientes cerrados se inicia el tratamiento de un problema que no sólo afecta a la población laboral, sino también al resto de la comunidad, ya que está demostrado que el hombre urbano pasa entre el 80 y el 90% de su tiempo en ambientes cerrados, Los contaminantes presentes en el aire ambiente penetran en el organismo por inhalación y por tanto afectan inicialmente al tracto respiratorio, pudiendo también ser absorbidos y afectar a otros órganos o acumularse en distintos tejidos. La percepción de los riesgos biológicos, puede producir mayor ansiedad en el profesional,

repercutiendo en el rendimiento y en el bienestar psicológico. (CROEM, 2016)

- Por otra parte, cualquier profesional de enfermería está expuesto continuamente a sustancias biológicas peligrosas, tales como sangre, orina, heridas infectadas, medicaciones tóxicas, que producen una continua tensión por el daño que todas ellas pueden ocasionar. El hecho de trabajar con enfermos infectados con SIDA, Hepatitis, nos lleva a tener un especial cuidado en todas aquellas técnicas que vamos a realizar y, por tanto, aumenta el nivel de tensión al contacto con estos enfermos. (CROEM, 2016)

- **Peso:** indicador global de la masa corporal, los profesionales que han de trabajar en quirófano muchas horas con delantales o guantes protectores de plomo pueden estar sometidos a cargar con un peso importante, el cansancio puede duplicarse. Estos factores requieren una doble adaptación, tanto física como psicológica. (CROEM, 2016)

c) **Factores relacionados con presión y exigencia o contenido del trabajo:** Se refiere a las características propias del ejercicio profesional y que son independientes del lugar en donde se está trabajando. La generación de estrés varía de una persona a otra, ya que las características de cada tarea y de lo que genera en los profesionales va en función de lo que gusta o no hacer. Cuando la tarea se adecua a las expectativas y a la capacidad del profesional, contribuye al bienestar psicológico y supone una importante motivación. Estos estresores requieren una doble adaptación fuera del límite normal. Entre estos estresores se encuentran (CROEM, 2016)

- **Poco / demasiado trabajo:** Independientemente de que sea mucho o poco la cantidad de trabajo, ambas situaciones pueden ocasionar para el profesional una situación estresante; por una parte, la

sensación de no poder llevar a cabo todo el trabajo y por otra, la sensación de insatisfacción personal por no realizar nada productivo (CROEM, 2016)

- **Ritmo de trabajo elevado:** Lo agravante que puede resultar con respecto a este punto para el profesional es la falta de un ritmo continuado. Por tanto, ése factor está muy ligado al anterior porque en función de la cantidad estaría el ritmo de trabajo. (CROEM, 2016)
- **Supervisión escasa / elevada:** Puede desencadenar una situación de estrés ya que una supervisión autoritaria, entrometida y excesiva puede desembocar en una sensación de miedo a cometer algún error. (CROEM, 2016)
- **Falta de participación en la toma de decisiones:** La falta de participación por parte del personal de Enfermería en la toma de decisiones supone una falta de motivación en el trabajo, debido a la descohesión entre responsabilidad y ejecución del trabajo. Por tanto esta falta de motivación puede desencadenar una situación de estrés. (CROEM, 2016)
- **La Carga Mental de Trabajo:** Es el grado de movilización de energía y capacidad mental que el profesional pone en juego para desempeñar la tarea. Ejemplo: tener que preparar la medicación en un horario reducido. (CROEM, 2016)
- **El control sobre la tarea:** Ocurre cuando no se controla la tarea, es decir, cuando las actividades a realizar no se adecuan a nuestros conocimientos. Ejemplo: Han cambiado a un profesional de puesto de trabajo, y ha sido trasladado a un servicio de nefrología, cuando resulta que los cinco últimos años ha trabajado en la unidad de cardiología. No controla la tarea a realizar y no se atreve a tomar las

iniciativas adecuadas por temor a la falta de conocimientos y atención que requieren este tipo de pacientes. (CROEM, 2016)

- **Estimulación lenta y monótona:** Es el estrés por sub estimulación. Se produce por la falta de estímulo normal y fisiológico de los sentidos y del pensamiento. Se presenta, por ejemplo, en el trabajo rutinario y automatizado que no permite la creatividad y el pensamiento independiente. (CROEM, 2016)

d) **Factores Organizativos:** Son aquellos factores que dependen y son inherentes a la institución donde se realiza la actividad profesional. Aquí entran a tallar la disposición de los turnos de trabajo, donde se observa una nómina, donde igual se trabaja de mañana, de tarde, de noche o de días festivos sufriendo las consecuencias que trabajar estos turnos implica, o por ejemplo trabajar por la mañana en el Centro de Salud, continuar con la guardia correspondiente y seguir con el trabajo normal a la mañana siguiente. Los estresores más importantes que aparecen en la organización son los siguientes: (CROEM, 2016)

- **Sobrecarga de trabajo:** La sobrecarga o el estrés por sobre estimulación puede ser objetiva o subjetiva, de acuerdo con la valoración y las características de las personas. Se considera sobrecarga de trabajo el ejercer responsabilidades importantes y genera tensión nerviosa, fatiga, irritabilidad, crisis de decisión, ansiedad, confusión, embotamiento, desconcentración, insatisfacción, disminución de la autoestima, sensación de amenaza, taquicardia, aumento del colesterol, del consumo de nicotina y otras adicciones, para tratar de responder a la sobre exigencia. Desde el punto de vista laboral provoca la disminución de la motivación en el trabajo, de los aportes o sugerencias laborales y de la calidad de las

decisiones, el aumento del índice de accidentes laborales. (CROEM, 2016)

- **Clima de la organización:** Una organización tiene un carácter, una atmósfera particular propia de su esquema productivo. Este clima condiciona la conducta de los individuos que la integran, pero su valoración es difícil de lograr, ya que su medición carece de rigor científico. Puede ser un clima tenso, relajado, cordial o no. Todo ello produce distintos niveles de estrés en los individuos, según la susceptibilidad o vulnerabilidad que tenga cada uno. (CROEM, 2016)
- **Estilos gerenciales:** Pueden estar determinados por estructuras rígidas e impersonales, por una supervisión o información inadecuada, por la imposibilidad de participar en las decisiones, etc. (CROEM, 2016)
- **Tecnología:** Será de alto valor estresante la disponibilidad con que la organización dota a sus empleados de los elementos necesarios para su acción, como así también la capacitación para el uso de la tecnología respectiva. Los recursos deben ser acordes con los requerimientos y exigencias laborales. (CROEM, 2016)
- **Conflicto de roles:** Ocurre cuando hay diferencias entre lo que espera del profesional y la realidad de lo que le exige la organización. Puede haber conflictos como por ejemplo recibir órdenes contradictorias de un responsable de enfermería o cuando los deseos y metas no se corresponden con lo que realmente estamos haciendo. Cuando no se tiene claro lo que se tiene que hacer, los objetivos del trabajo y la responsabilidad inherente que conlleva, nos puede estresar de forma importante. Estas situaciones disminuyen la creatividad de los individuos sometidos al conflicto, ya que el temor a fallar provoca un desempeño laboral menos

satisfactorio. En lo personal, el individuo suele tener hipertensión arterial y aumento del colesterol. También influyen los tiempos de descanso, las relaciones interpersonales, sentirse observado - criticado por los compañeros, las dificultades de comunicación y las escasas posibilidades de promoción. Estos factores también pueden generar estrés laboral. (CROEM, 2016)

- **Responsabilidades y decisiones muy importantes:** Es el estrés del personal jerárquico o con grados de responsabilidad. Se debe a:
 - Responsabilidades numerosas y variables.
 - Trabajo intelectual excesivo.
 - Tensión psicológica continuo.
 - Inseguridad laboral
 - Competencia
 - Búsqueda de la eficacia
 - Adaptación a situaciones nuevas y datos inestables. (CROEM, 2016)
- **Malas relaciones interpersonales:** La base sobre la que se sustenta la labor del personal de Enfermería es el trabajo en equipo, difícilmente va a poder realizarse este trabajo si existe una mala relación con compañeros o supervisores, de este problema se derivan todos los demás, es decir, las malas relaciones con usuarios / pacientes, el trato impersonal en el trabajo y la falta de comunicación, todos estos hechos van a producir un efecto tremendamente negativo sobre la vida social y sobre todo, el nivel de salud del profesional. Problemas como baja autoestima, falta de apoyo, bajo rendimiento, falta de realización personal, están estrechamente relacionados con las malas relaciones con los compañeros. (CROEM, 2016)

1.14. CARGA LABORAL

También llamada carga de trabajo se define como el conjunto de requerimientos psicofísicos a los que se ve sometido el trabajador a lo largo de su jornada laboral. Estos requerimientos pueden ser de tipo físico y/o mental. (RENATI, 2014)

Históricamente, el trabajo implicaba la realización de trabajos con altas exigencias físicas, pero actualmente a raíz de la mecanización y automatización de los sistemas de trabajo, las exigencias físicas han disminuido siendo cada vez más frecuentes los puestos de trabajos con mayores exigencias psicológicas. (RENATI, 2014)

a) **Carga Física**

La capacidad física para realizar un trabajo puede variar en función de factores como: el entrenamiento, el sexo, la edad, la constitución física, la carga mental, la alimentación, trabajos a turnos y/o nocturnos o las situaciones ambientales desfavorables. (RENATI, 2014) Cuando hay una carga de trabajo excesiva se produce la fatiga. La fatiga es la disminución física del individuo después de haber realizado un trabajo durante un tiempo determinado. Cuando aparece la fatiga, el trabajador baja el ritmo de actividad, nota cansancio, los movimientos se hacen más torpes e inseguros, se acompaña de sensación de malestar e insatisfacción, y una disminución del rendimiento en cantidad y calidad (RENATI, 2014)

Los trastornos musculo esqueléticos afectan sobre todo a dos zonas:

- Trastornos en la columna vertebral: Debido fundamentalmente a posturas forzadas y a manipulación manual de cargas. (RENATI, 2014)

Trastornos en miembros superiores y hombro: Debido a pequeños traumatismos repetidos como consecuencia de la

automatización de los procesos productivos que han provocado un aumento de los ritmos de trabajo y la concentración de fuerzas en manos, muñecas y hombros, así como el mantenimiento de posturas en el tiempo. (RENATI, 2014)

b) Carga Mental

La carga mental se puede definir como el nivel de control deliberado y consciente de las informaciones, necesario para que se produzca un comportamiento. (RENATI, 2014)

Los problemas para la salud que pueden derivarse de la carga mental si se mantiene en el tiempo son: irritabilidad, preocupaciones injustificadas, falta de energía, insomnio, alteraciones somáticas, disminución del rendimiento de trabajo. (RENATI, 2014)

Algunas pautas de prevención de riesgos derivados de la carga mental de trabajo pueden ser: enriquecimiento de tareas, concepción adecuada del entorno físico, facilitar la comunicación, diseño adecuado de las señales, control sobre el ritmo de trabajo, legibilidad de los caracteres. (RENATI, 2014)

1.15. EL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA Y SU RELACION CON EL SÍNDROME DE BURNOUT

El síndrome de Burnout es un síndrome padecido por personas que trabajan en íntimo contacto con otros seres humanos, relación que se les exige una respuesta emocional continua, por lo tanto, viene a ser una patología laboral y emocional, y solo afecta a quien sufre una demanda emocional. El Burnout, ejerce efectos somáticos y mentales, pero no es una enfermedad somática, ni mental, puesto que este síndrome de Burnout se caracteriza por una serie de efectos físicos y mentales, constituyéndose, básicamente como una patología emocional. Otro aspecto importante del síndrome de Burnout lo constituye su origen

exógeno y siempre relacionado con el trabajo. Existen factores endógenos y de personalidad, que predisponen al Burnout, pero no son su origen. Algunos cambios bioquímicos causados por el Burnout son bastante inespecíficos, comunes con otros síndromes, y expresión de la angustia y del sufrimiento que el síndrome provoca. Las evidencias actuales apuntan decididamente hacia las causas laborales como principal origen del Burnout. Pero, estas afirmaciones han de tomarse con las reservas necesarias, pues, las investigaciones sobre este síndrome se remonta a hace tan solo quince años. (PROYECTO, 2013)

Un esperanzador aspecto del Burnout: Es reversible. De hecho, esta reversibilidad es uno de los indicios más notorios del origen exógeno del síndrome. Si se interviene sobre las causas externas, el Burnout desaparece, lo cual es un dato más que apoya su cronicidad. (PROYECTO, 2013)

Sin embargo, a medida que dejamos transcurrir el tiempo sin aplicar un tratamiento adecuado, el síndrome se hace crónico, se enquistada. Las inadecuadas estrategias personales de enfrentamiento se fortalecen y se dificulta la curación. Por eso tan importante la prevención y el tratamiento precoz del Burnout: a medida que pase el tiempo nos veremos obligados a luchar, no ya con un trastorno bioquímico estable, sino contra un síndrome evolutivo y progresivo, que se fortalece conforme avanza la enfermedad. (PROYECTO, 2013)

FREUDENBERGER, (1974): Empleó por vez primera el término burnout para describir un conjunto de síntomas físicos sufridos por personal sanitario como resultado de las condiciones de trabajo. Según este autor, es típico de las profesiones de servicios de ayuda, y se caracteriza por un estado de agotamiento como consecuencia de trabajar intensamente, sin tomar en consideración las propias necesidades. Este

enfoque defiende que burnout aparece más frecuentemente, en los profesionales más comprometidos, en los que trabajan más intensamente ante la presión y demandas de su trabajo, poniendo en segundo término sus intereses. (ENFERMERIAUNS, 2016)

Se trata de una relación inadecuada entre profesionales, excesivamente celosos en su trabajo y clientes excesivamente necesitados, una respuesta del profesional asistencial al realizar un sobreesfuerzo. (ENFERMERIAUNS, 2016)

Agotamiento emocional: Se define como cansancio y fatiga que puede manifestarse física, psíquicamente o como una combinación de ambos. (ENFERMERIAUNS, 2016)

a) **La dimensión despersonalización:** Está dado por el desarrollo de sentimientos, actitudes y respuestas negativas, distantes y frías hacia otras personas, especialmente hacia los beneficiarios del propio trabajo. Se acompaña de un incremento en la irritabilidad y una pérdida de motivación hacia el mismo. El profesional trata de distanciarse no sólo de las personas destinatarias de su trabajo sino también de los miembros del equipo con los que trabaja mostrándose cínico, irritable, irónico e incluso utilizando a veces etiquetas despectivas para aludir a los usuarios y tratando de hacerles culpables, de sus frustraciones descenso del rendimiento laboral. (ENFERMERIAUNS, 2016)

b) **La dimensión realización profesional:** Surge cuando se verifica que las demandas que se le hacen, exceden su capacidad para atenderlas de forma competente. Supone respuestas negativas hacia uno mismo y hacia su trabajo, evitación de las relaciones personales y profesionales, bajo rendimiento laboral, incapacidad para soportar la presión y una baja autoestima. La falta de logro personal en el

trabajo se caracteriza por una dolorosa desilusión y fracaso en dar sentido personal al trabajo. (ENFERMERIAUNS, 2016)

El síndrome de Burnout comprende una serie de alteraciones físicas, comportamentales y emocionales que tiene su origen en factores individuales, laborales y sociales, los síntomas según diversos autores (Maslach y Pines, 1977; Cherniss, 1980 y Maslach, 1982) revelan que se pueden agruparse en cuatro áreas sintomatológicas: Psicosomáticas, conductuales, emocionales y defensivos. (ENFERMERIAUNS, 2016)

TEORIAS DE ENFERMERIA.

DOROTHEA OREM

“TEORIA DEL AUTOCUIDADO”

Explica el concepto del autocuidado como una contribución constante del individuo a su propia existencia: "El autocuidado" es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas sobre sí mismas, hacia los demás o hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar. (SLIDESHARE, 2016)

Define además tres requisitos de autocuidado, entendiendo por tales los objetivos o resultados que se quieren alcanzar con el autocuidado, indican una actividad que un individuo debe realizar para cuidar de sí mismo. (SLIDESHARE, 2016)

TEORÍA DEL DÉFICIT DE AUTOCUIDADO

En la que describe y explica las causas que pueden provocar dicho déficit. Los individuos sometidos a limitaciones a causa de su salud o relaciones con ella, no pueden asumir el autocuidado o el cuidado dependiente. Determina cuándo y por qué se necesita de la intervención de la enfermera. (SLIDESHARE, 2016)

La teoría de sistemas de enfermería:

En la que se explican los modos en que las enfermeras/os pueden atender a los individuos.

METAPARADIGMAS:

Persona: Orem define como paciente, a un ser que tiene funciones biológicas, simbólicas, sociales, con potencial para aprender y desarrollarse. Con capacidad para auto conocerse. Puede aprender a satisfacer los requisitos de autocuidado; si

no fuese así, serán otras personas las que le proporcionen cuidados. (SLIDESHARE, 2016)

Entorno: Es entendido en este modelo como todos aquellos factores, físicos, químicos, biológicos y sociales, ya sean éstos familiares o comunitarios, que pueden influir e interactuar en la persona. (SLIDESHARE, 2016)

Salud: Es definida como “el estado de la persona que se caracteriza por la firmeza o totalidad del desarrollo de las estructuras humanas y de la función física y mental”, por lo que la salud es un concepto inseparable de factores físicos, psicológicos, interpersonales y sociales. Incluye la promoción y el mantenimiento de la salud, el tratamiento de la enfermedad y la prevención de complicaciones. (SLIDESHARE, 2016)

Enfermería: El término “cuidado” surge de las proposiciones que se han establecido entre los conceptos de persona, entorno y salud; Es una disciplina, que tiene como objetivo ayudar a las personas a cubrir las demandas de autocuidado terapéutico o a cubrir las demandas de autocuidado terapéutico de otros desde un entorno: Persona, entorno y salud”.. (SLIDESHARE, 2016)

Epistemología: La intuición espontánea de Orem la condujo a su formalización inicial y subsecuente expresión inductiva de un concepto general de Enfermería. Aquella generalización hizo posible después razonamientos deductivos sobre la enfermería. (SLIDESHARE, 2016)

Las actividades de autocuidado se aprenden conforme el individuo madura y son afectados por creencias, culturales hábitos y costumbres de la familia y de la sociedad. Edad, etapa del desarrollo, y estado de salud, pueden afectar la capacidad del individuo para realizar actividades de autocuidado; por ejemplo un padre o un tutor debe brindar continuamente atención terapéutica al niño. (SLIDESHARE, 2016)

1. OPERACIONALIZACION DE VARIABLES.

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	CATEGORÍAS	ESCALA DE EVALUACIÓN
Variable Dependiente Nivel de estrés en los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz	Es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.	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. Para conocer el nivel de estrés, se ha elaborado un cuestionario a base de 13 ítems que consideran aspectos mínimos para evaluar el estrés. Además, se ha elaborado 18 ítems de aspectos generales que permitirán conocer factores desencadenantes del estrés.	Aspectos Generales.	Edad. Sexo. Estado Civil. Servicio N° de hijos. Tiempo de servicio. Horas de trabajo por turno. No de Enfermeras. Cargo que desempeña.	Años. Masculino y femenino. Casado soltero divorciado Tipos N°: 1 ;2; 3; 4 Años: 1 a 6 ;10 a 20, 25 a 30 N° 6 y 12 hrs Suficiente o Insuficiente Asistencial o Jefe	Ordinal Nominal Nominal Nominal Ordinal Ordinal Nominal Nominal

				Situación laboral.	Nombrado Contratado	Nominal
				Estímulos laborales.	Si No	Nominal
			Conocimiento	¿Sabe usted como se manifiesta el estrés?	Si No	Nominal
				¿Cree usted que el estrés influye en su Trabajo?	Si No	Nominal
				¿Hace algo usted para disminuir su nivel de estrés?	Si No	Ordinal
				¿Sabe Ud. qué es el estrés laboral?	Si No	Ordinal
				¿Cree usted que el estrés laboral tiene efectos secundarios?	Si No	Ordinal
				¿Conoce las causas para que haya estrés laboral?	Si No	Ordinal
				¿Conoce usted cuales son las técnicas para prevenir el estrés laboral?	Si No	Nominal
			Estado emocional	¿Usted se siente impotente en el caso de que un paciente no mejora?	Si No	Nominal
				¿Cree usted que hay compañerismo en el servicio donde usted labora?	Si No	Nominal

				¿Usted ha recibido críticas de un Médico?	Si No	Nominal
				¿Cree usted que es importante el silencio dentro del ambiente que usted labora?	Si No	Nominal
				¿Es adecuado el espacio físico del servicio donde usted trabaja?	Si No	Ordinal
				¿Hay una adecuada iluminación en el servicio que usted labora?	Si No	Nominal
Variable Independiente	Es la cantidad de actividad que puede ser asignada y puede estar formada por una o varias unidades mínimas de trabajo.	El trabajo implica altas exigencias físicas, sin embargo la mecanización y automatización de los sistemas de trabajo, las exigencias físicas han disminuido pero se han incrementado las exigencias psicológicas; para medir la carga laboral	Carga física	¿Cree usted que la asignación de pacientes es adecuada a su capacidad física?	Si No	Nominal
Carga laboral en los profesionales de Enfermería del hospital de caraz.				¿Las actividades que realiza usted a diario, están acorde a su capacidad psíquica, sin provocar agotamiento mental?	Si No	Nominal
				¿Cree usted que sus horas de trabajo están establecidas según la organización internacional de trabajo?	Si No	Nominal
				¿El exceso o sobre carga laboral le ha ocasionado algún tipo de accidente en su servicio?	Si No	Nominal
				¿Su servicio cuenta con personal suficiente para brindar atención de calidad?	Si No	Nominal

			Carga Mental	¿Conoce usted la importancia de la mecánica corporal que realiza durante sus actividades de servicio?	Si No	Nominal
				¿Sabe usted que previene la práctica adecuada de la mecánica corporal?	Si No	Ordinal
				¿Le ha causado problemas de salud al estar mucho tiempo de pie durante un procedimiento?	Si No	Nominal
				¿Ha manejado adecuadamente una Mecánica Corporal al movilizar a los pacientes?	Si No	Nominal
				¿Ha sufrido agresión física y verbal por parte de los pacientes cuando le brinda cuidados?	Si No	Nominal
				¿Considera usted que el ejecutar su trabajo en algún momento le genera estrés?	Si No	Nominal
				¿Si ha sufrido un accidente laboral, ha recibido inmediatamente alguna atención?	Si No	Nominal
				¿En el turno que trabaja usted hay demasiada actividades?	Si No	Nominal

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis General.

Si Existe relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz, Octubre de 2016 a Marzo 2017

1.5.2. Hipótesis nula

No Existe Relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz, Octubre de 2016 a Marzo 2017.

1.6. Objetivos

1.6.1. Objetivo General

Determinar la relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz, Octubre de 2016 a Marzo 2017

1.6.2. Objetivos Específicos:

- Identificar el nivel de estrés del profesional de enfermería, del Hospital de Caraz, Octubre de 2016 a Marzo 2017.
- Evaluar la carga laboral de los profesionales de enfermería, del Hospital de Caraz, Octubre de 2016 a Marzo 2017
- Relacionar el nivel de estrés con la carga laboral en los profesionales de Enfermería, del Hospital de Caraz, Octubre de 2016 a Marzo de 2017

II. Metodología del trabajo de Investigación:

2.1. Tipo y diseño de Investigación

- **Descriptivo;** Porque define y visualiza los fenómenos, situaciones, contextos; es decir se recogió información y se describió las características de la variable en estudio.
- **Correlacional:** Porque tiene como propósito evaluar la relación que existe entre dos o más variables, es decir se analizó, la correlación que existe entre la relación del nivel de estrés y la carga laboral en los Profesionales de Enfermería.
- **Cuantitativo:** Porque proporciona orden y valor numérico a la recolección de información, según la medición numérica, luego se hizo el análisis e interpretación de los datos investigados, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías.

No experimental:

La investigación se realizó sin manipular las variables, con la aplicación de un cuestionario que permitió obtener información y se analizó como tal.

Transversal:

Es de corte transversal, se aplicó en un cuestionario a las Enfermeras(os) que laboran en los diferentes Servicios en el Hospital de Caraz, durante los meses de Octubre 2016 a Marzo 2017

2.2. Población y Muestra

Siendo la población reducida se trabajó con toda la población que es de 25 Enfermeras(os) y no requiere muestra, Esta población será considerada como censal.

2.3. Técnicas e instrumentos de Investigación

- ✓ Encuesta
- ✓ Cuestionario

Tiene preguntas sobre el Nivel de Estrés y Carga Laboral en los Profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz.

Criterios de inclusión:

- Enfermeras(os) que laboran en el Hospital de Caraz, por lo menos tres meses.
- Enfermeras(os) que acepten participar en el estudio.

Criterios de exclusión

- Enfermeras(os) que se encuentren de vacaciones, permiso o licencia.
- Enfermeras que no acepten participar en el estudio.

2.4.1. Método:

2.4.2. Entrevista: Es la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio.

2.4.3. Técnica

Aplicación de un cuestionario: Conformado por un total de 36 ítems, distribuidos en tres aspectos: Generales, estrés y carga laboral, redactadas de forma coherente, y organizadas, secuenciadas y estructuradas de acuerdo con una determinada planificación, con el fin de que sus respuestas nos puedan ofrecer toda la información que se precisa.

Validación:

La validación del instrumento se realizó través de la opinión de profesionales expertos en el área, participaron 03 profesionales de enfermería y 1 biólogo los cuales luego de revisar el cuestionario emitieron

por escrito las observaciones del instrumento y se tiene el resultado en anexo.

4.1. Protección de los derechos humanos de los sujetos en estudio

Ética de la investigación:

El presente estudio se realizó teniendo en cuenta la normatividad nacional e internacional vigente como: la Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos de la UNESCO, así como también la Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial (AMM), que fueron promulgadas sobre los principios éticos para la investigación médica.

Por lo mencionado anteriormente, el autor de la presente investigación se compromete a mantener la información bajo los principios de respeto y confidencialidad y difundirá los resultados que servirá para mejorar la calidad de los servicios, por lo que no atenta contra la moral y ética del personal profesional de la Institución.

Para recolectar información se procedió a presentar una solicitud para acceder al permiso de parte del Director del Hospital. Se le informará a detalle el estudio durante su desarrollo, así como los beneficios que se tiene al finalizar el estudio.

Al personal involucrado se les solicita su consentimiento para proceder a la aplicación del cuestionario, dicha autorización se respalda con la firma del consentimiento informado.

La publicación de los resultados será objetiva y sin omitir información de los hechos o hallazgos.

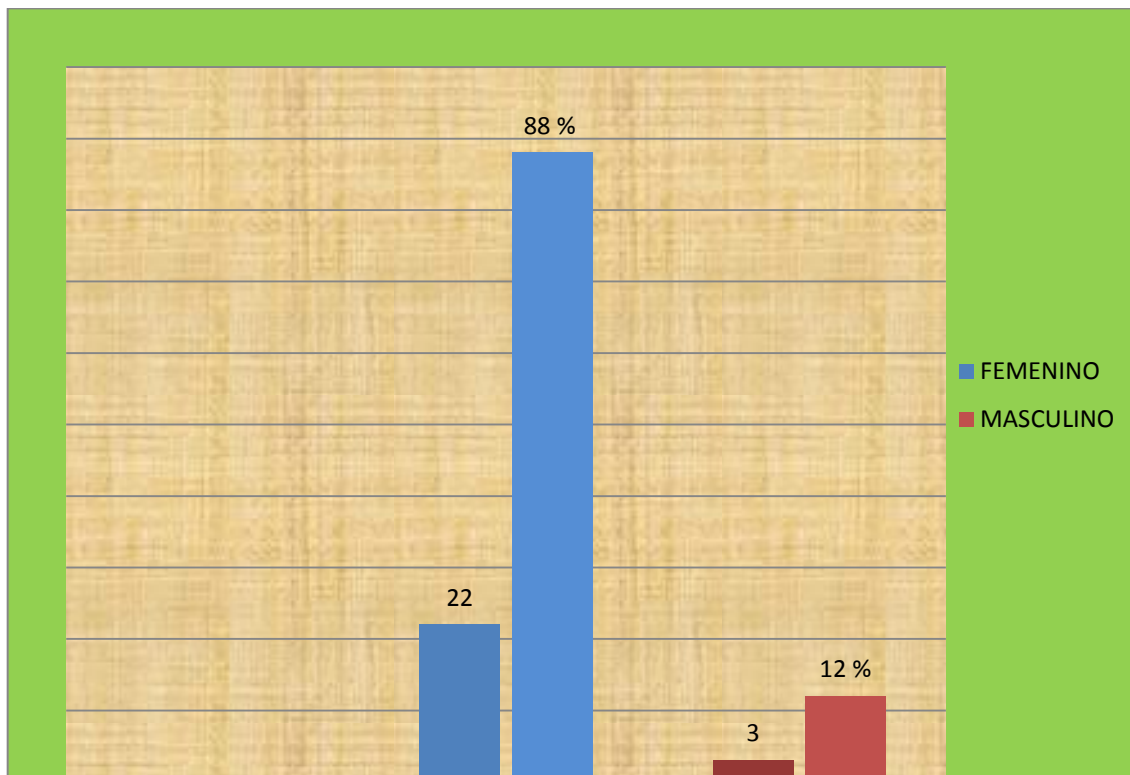
2.5. Procesamiento y análisis de la información.

Los datos obtenidos se codificó e ingreso a una matriz de tabulación para su procedimiento en el programa Microsoft Excel 2013, se procesó y se analizó mediante el uso del programa estadístico SPSS Versión 21.0. A través de la prueba estadística Chi2 se contrasto la hipótesis de investigación con un margen de error de 5%.

Resultados

GRAFICOS N°0 1

Nivel de Estrés del Profesional de Enfermería según Género



Fuente: Encuesta a Profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz.

Análisis de Interpretación de los Datos Estadísticos:

En el presente grafico observamos a los profesionales de Enfermería encuestados según género en el Hospital de Caraz, donde 22 (88%) son de género femenino, mientras que el 3 (12%) son de género masculino, esto refleja que, en el hospital San Juan Dios Caraz hay más profesionales de Enfermería de género femenino.

TABLA N°01

Nivel de estrés en los Profesionales de Enfermería según estado civil

Según estado civil	N°	%
Casada(o)	8	32%
conviviente	6	24%
Soltera(o)	11	44%
Sub total	25	100%

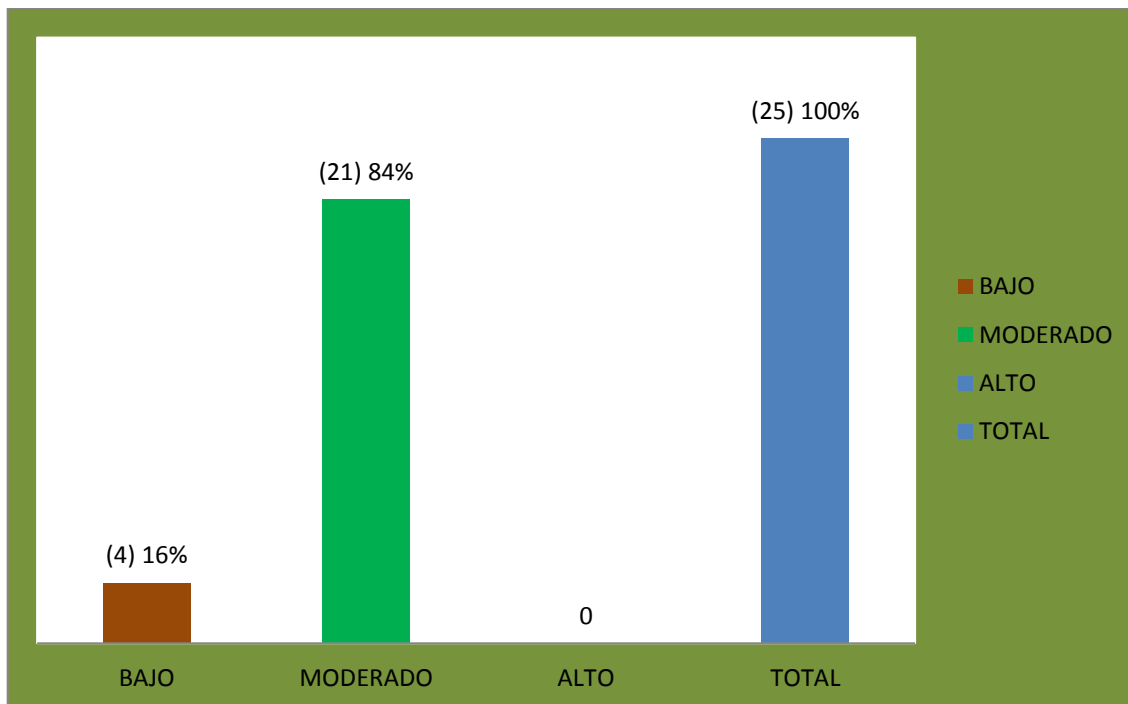
Fuente: Encuesta a Profesionales de Enfermería Hospital de Caraz.

Análisis de Interpretación de los Datos Estadísticos:

En la presente tabla observamos a los profesionales de Enfermería encuestados del Hospital de Caraz, Según estado Civil, donde el 11(44%) son solteras, 8(32%) son casados y el 6 (24%) son convivientes y, esto refleja que la mayoría de los profesionales son solteras, seguido por casados y convivientes.

GRAFICO N°02

Carga Laboral en los Profesionales de Enfermería



Fuente: Encuesta a Profesionales de Enfermería Hospital de Caraz.

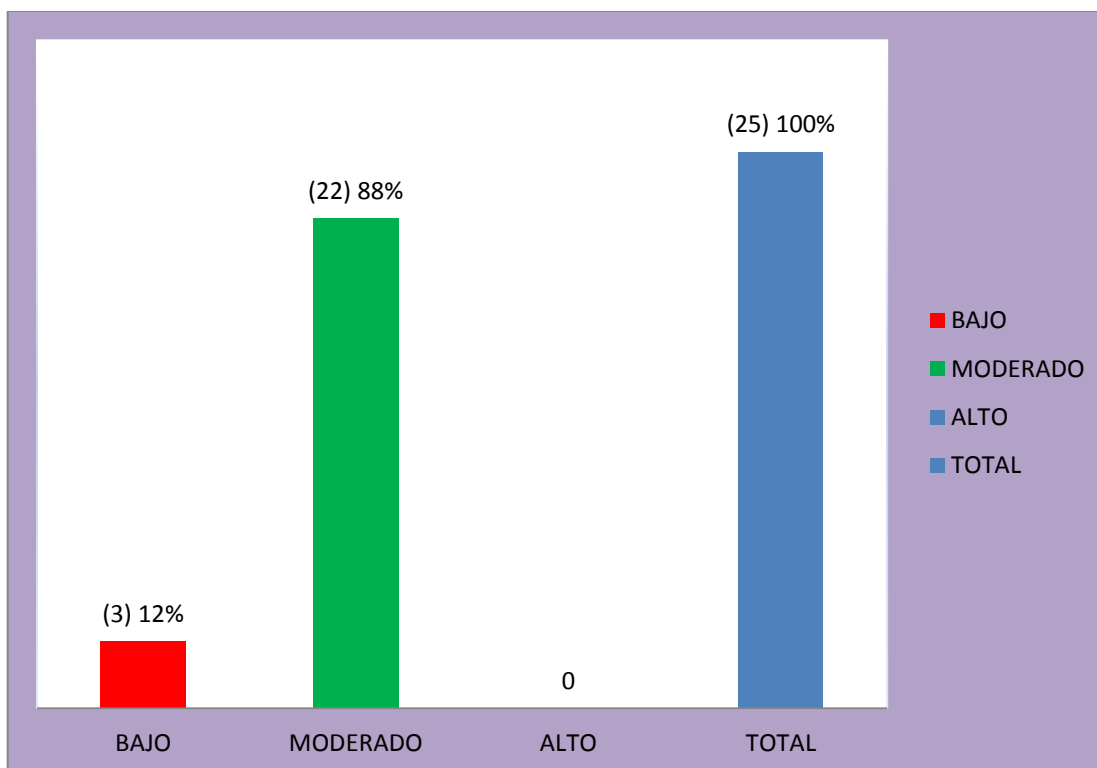
Análisis de Interpretación de los Datos Estadísticos:

En el presente grafico observamos a los profesionales de Enfermería encuestados del Hospital de Caraz, con Carga Laboral, donde el 4(16%) tienen Carga Laboral bajo, el 21(84%) tienen una Carga Laboral Moderado.

Conclusión esto refleja que la mayoría de los profesionales de Enfermería del Hospital San Juan de Dios Caraz. Tiene una Carga Laboral Moderado de 21 (84%) y que solo un 4(16%) tienen una carga laboral baja. y no se evidencia con carga laboral alto de un total de 25 (100%) encuestados.

GRAFICO N°03

Nivel de Estrés en los Profesionales de Enfermería



Fuente: Encuesta a Profesionales de Enfermería Hospital San Juan de Dios Caraz

Análisis de Interpretación de los Datos Estadísticos:

En el presente grafico observamos a los profesionales de Enfermería encuestados del Hospital de Caraz, con Nivel de Estrés, donde el 3(12%) tienen Nivel de Estrés bajo, el 22(88%) tienen un nivel de estrés Moderado.

Conclusión esto refleja que la mayoría de los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz. Tienen un nivel de estrés Moderado de 22 (88%) y que solo un 3(12%) tienen un nivel de estrés bajo y no se evidencia con carga laboral alto de un total de 25 (100%) encuestados.

GRAFICO N° 04

Relación entre Carga Laboral y Nivel de estrés

RELACIÓN ENTRE NIVEL DE ESTRÉS Y CARGA LABORAL	
NIVEL DE ESTRÉS BAJO	3(12%)
CARGA LABORAL BAJO	4(16%)
NIVELDE ESTRÉS MODERADO	22(88%)
CARGA LABORAL MODERADO	21(84%)

Fuente: Encuesta a Profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz

Análisis de Interpretación de los Datos Estadísticos:

En el presente grafico observamos a los profesionales de Enfermería encuestados del Hospital de Caraz, la relación que tienen el Nivel de Estrés con Carga Laboral, donde 4(16%) con carga Laboral Bajo y 3(12%) tienen Nivel de Estrés Bajo, 21(84) con Carga Laboral Moderado y 22(88%) tienen un Nivel de Estrés Moderado, de un total de 25(100%) Profesional de Enfermería Encuestado.

ANALISIS Y DISCUSION

- En el grafico N° 01 observamos a los profesionales de Enfermería encuestados según género en el Hospital de Caraz, donde el 22(88%) son de género femenino, mientras el 3 (12%) son de género masculino
- En la Tabla N° 02 observamos a los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz, según estado civil donde el 11(44%) son solteros, 8(32%) son casados y el 6(24%) son convivientes.
- En el grafico N° 03 observamos a los profesionales de Enfermería considerados como unidad de análisis del Hospital de Caraz, con Carga Laboral bajo que representado el 4(16%), y 21(84%) tienen una Carga Laboral Moderado.
- Los resultados tienen similitud con su trabajo de investigación de **CALSINA Y. (2012)**, “Nivel de carga laboral de las Enfermeras de Centro Quirúrgico del Hospital III Salcedo – Puno, Donde se obtuvieron con resultado de un nivel de carga laboral moderado (62.5%), un nivel de carga laboral bajo (31.25%), un nivel de carga laboral alto; (6.25%) de la población estudiada; **SEGÚN RENATI 2014** define la carga laboral como un conjunto de requerimientos psicofísicos a los que se ve sometido el trabajador a lo largo de la jornada laboral. Estos requerimientos pueden ser de tipo físico y/o mental.
- En el grafico N° 04 observamos a los profesionales de Enfermería encuestados del Hospital San Juan de Dios Caraz, con Nivel de Estrés Moderado 22(88%), y Nivel de Estrés bajo 3(12%).
El trabajo de investigación tiene relación con el trabajo de investigación de **LEÓN A. (2014)** “Estrés laboral en el personal auxiliar de Enfermería de emergencia de adultos y pediatría del hospital regional de Guatemala” donde predominó un nivel de estrés moderado (53%), de la población estudiada;

SEGÚN LAZURAS 1986 definen el estrés como el resultado de la relación entre el individuo y el entorno. Evaluado por aquel como amenazante, que desborda sus recursos debido a la presencia de demandas, tareas, roles interpersonal y físico y pone en peligro su bienestar. **SEGÚN ESTRÉS 1996**, define al estrés laboral como un fenómeno personal y social cada vez más frecuente con consecuencias a nivel individual y organizacional a nivel individual puede afectar el bienestar físico y psicológico y la salud de las personas. A nivel colectivo, puede deteriorar la salud organizacional, puede causar incapacidad psicológica y fisiológica.

- En el presente grafico N° 5 observamos a los profesionales de Enfermería encuestados del Hospital San Juan de Dios Caraz, la relación que tienen Carga Laboral con Nivel de Estrés, donde 4(16%) con carga Laboral Bajo y 3(12%) tienen Nivel de Estrés Bajo, 21(84) con Carga Laboral Moderado y 22(88%) tienen un Nivel de Estrés Moderado, de un total de 25(100%) Profesional de Enfermería Encuestado; **Según Cybertesis 2014** la Enfermería es una profesión cuyos componentes corren altísimo riesgo de padecer estrés laboral. Dada las características del trabajo y del entorno en las que se desarrollan, se ha observado que el profesional de enfermería que es uno de los trabajadores que corren mayor riesgo de desarrollar trastornos relacionados al estrés. **SEGÚN RENATI 2014** el trabajo implica la realización con altas exigencias físicas, pero actualmente han disminuido las exigencias físicas , siendo cada vez más frecuentes los puestos de trabajos con mayores exigencias psicológicas.
- Los resultados se relacionan con la investigación de CAMPERO (2013). Cuyos Hallazgos fueron del 100% de encuestados, Se obtuvo con un nivel de estrés bajo (30%), un nivel de estrés moderado (52%), un nivel de estrés más severo; (18%) de la población estudiada.

4.1. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES:

- En el Hospital de Caraz, se identificó de un total de 25(100%) de profesionales de Enfermería, con estrés moderado de los encuestados.
- En la evaluación de profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz, encontramos de un total de 25(100%), con carga laboral moderado de los encuestados.
- De los profesionales de Enfermería del Hospital de Caraz, después del resultado obtenido podemos decir que si existe relación entre carga laboral con nivel de estrés.

RECOMENDACIONES:

- Se recomienda al Departamento de Enfermería del Hospital de Caraz, que los profesionales de enfermería tienen que recibir capacitación en tema de salud ocupacional.
- Se recomienda que los directivos establezcan o incorporen estrategias para manejar el estrés emocional.
- Se recomienda a los profesionales de enfermería a realizar actividades físicas, actividades recreativas para disminuir el estrés.
- Se recomienda a los responsables del Hospital de Caraz, realizar una adecuada programación de trabajo y realizar talleres de actividades físicas y mejorar relaciones interpersonales en la institución.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

BDIGITAL. (21 de julio de 2017). *bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/5761/campero-lourdes.pdf*. Obtenido de bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/5761/campero-lourdes.pdf:

Obetino en http://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/5761/campero-lourdes.pdf

Bienestar. (09 de agosto de 2017). *crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html*. Obtenido de crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html:

Obtenido en <http://www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html>

BIENESTAR. (22 de agosto de 2017). *crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html*. Obtenido de crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html:

Obtenido en <http://www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html>

BIENESTAR-EMOCIONAL. (21 de agosto de 2017). *crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html*. Obtenido de crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html:

Obtenido en <http://www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/intensidad-duracion-estres.html>

BLOGSPOT. (2017 de AGOSTO de 2016). *teoriasenfermeras.blogspot.pe/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html*. Obtenido de teoriasenfermeras.blogspot.pe/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html:

<http://teoriasenfermeras.blogspot.pe/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html>

CALSINA DÍAZ, Y. R. (05 de JUNIO de 2012). *Nivel de estrés de las enfermeras de Centro Quirúrgico del Hospital III Salcedo-Puno – 2011*. Obtenido de *Nivel de estrés de las enfermeras de Centro Quirúrgico del Hospital III Salcedo-Puno – 2011*: Obtenido en <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/486>

COMPERO, M. (JUEVES de AGOSTO de 2012). *Estrés laboral en el personal de Enfermería de*. Obtenido de Estrés laboral en el personal de Enfermería de: Obtenido en http://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/5761/campero-lourdes.pdf

CROEM. (02 de junio de 2016). croem.es/prevergo/formativo/2.pdf. Obtenido de croem.es/prevergo/formativo/2.pdf:

Obtenido en <http://www.croem.es/prevergo/formativo/2.pdf>

CYBERTESIS. (29 de junio de 2014). cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1011/1/Coronado_ll.pdf. Obtenido de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1011/1/Coronado_ll.pdf: Obtenido en http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1011/1/Coronado_ll.pdf

ENFERMERIAUNS. (10 de enero de 2016). teoriasdeenfermeriauns.blogspot.pe/2012/06/dorothea-orem.html. Obtenido de teoriasdeenfermeriauns.blogspot.pe/2012/06/dorothea-orem.html:

Obtenido en <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.pe/2012/06/dorothea-orem.html>

ESTRÉS. (6 de junio de 1996). estreslaboral.info/tipos-de-estres-laboral.html. Obtenido de estreslaboral.info/tipos-de-estres-laboral.html:

Obtenido en <http://www.estreslaboral.info/tipos-de-estres-laboral.html>

ESTRES. (10 de agosto de 2017). estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html. Obtenido de estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html: Obtenido en <http://www.estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html>

ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL AUXILIAR DE ENFERMERÍA DE EMERGENCIA DE. (s.f.).

ESTRESLABORA. (12 de julio de 2017). estreslaboral.info/. Obtenido de estreslaboral.info/: <http://www.estreslaboral.info/>

ESTRESLABORAL. (12 de marzo de 2016). estreslaboral.info/. Obtenido de estreslaboral.info/: <http://www.estreslaboral.info/>

ESTRESLABORAL, I. (23 de julio de 2017)

. Obtenido en <http://www.estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html>. Obtenido en <http://www.estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html>: Obtenido en <http://www.estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html>

HISTORIAYBIOGRAFIAS. (12 de agosto de 2017). historiaybiografias.com/estres1/. Obtenido de historiaybiografias.com/estres1/

: Obtenido en <http://historiaybiografias.com/estres1/>

<http://www.estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html>. (24 de julio de 2017). <http://www.estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html>. Obtenido de <http://www.estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html>: Obtenido en <http://www.estreslaboral.info/consecuencias-del-estres-laboral.html>

LABORAL, E. (12 de marzo de 2016). <http://www.estreslaboral.info/>. Obtenido de Obtenido en <http://www.estreslaboral.info/>: <http://www.estreslaboral.info/>

LAZARUS, R. F. (24 de MARZO de 1986). *Estrés y proceso cognitivo*. Ed. Martínez Roca. Biblioteca de Psicología, Psiquiatría y Salud. Barcelona. Obtenido de *Estrés y proceso cognitivo*. Ed. Martínez Roca. Biblioteca de Psicología, Psiquiatría y Salud. Barcelona.: <http://www.ijpsy.com/volumen10/num2/260/estrategias-de-afrentamiento-del-estres-ES.pdf>

LEON, C. D. (NOVIEMBRE de 2012). *JORNADAS SOBRE SEGURIDAD Y SALUD LABORAL*.

MEDINAN. (29 de MARZO de 15). MEDINA E. (2015) “Nivel de estrés laboral en los Enfermeros de los Servicios de: Emergencia, Trauma Schok y UCI del Hospital Víctor Ramos Guardia” – Huaraz. Obtenido de MEDINA E. (2015) “Nivel de estrés laboral en los Enfermeros de los Servicios de: Emergencia, Trauma Schok y UCI del Hospital Víctor Ramos Guardia” – Huaraz: <https://prezi.com/bp5ariahxj3t/proyecto-de-tesis-nivel-de-estres-enfermerasos-huaraz/?webgl=0>

MENTAL, S. (30 de marzo de 2017). *Con ocasión del Día Mundial de la Salud 2017, la OMS ha puesto en marcha una campaña de un año de duración con el lema «Hablemos de la depresión»*. Obtenido de Con ocasión del Día Mundial de la Salud 2017, la OMS ha puesto en marcha una campaña de un año de duración con el lema «Hablemos de la depresión»:

Obtenido en http://www.who.int/topics/mental_health/es/

PREVENCION. (20 de julio de 2016). *ceoearagon.es/prevencion/estres/capitulo5.htm*. Obtenido de ceoearagon.es/prevencion/estres/capitulo5.htm:

Obtenido en <http://www.ceoearagon.es/prevencion/estres/capitulo5.htm>

PROYECTO, S. (20 de abril de 2013). *proyecto-salud.com.ar/shop/detallenot.asp?notid=5613*. Obtenido de proyecto-salud.com.ar/shop/detallenot.asp?notid=5613:

Obtenido en <http://www.proyecto-salud.com.ar/shop/detallenot.asp?notid=5613>

RENATI. (23 de abril de 2014). *renati.sunedu.gob.pe/bitstream/sunedu/74433/1/Nunura_Linares_Luis.pdf*. Obtenido en renati.sunedu.gob.pe/bitstream/sunedu/74433/1/Nunura_Linares_Luis.pdf: http://renati.sunedu.gob.pe/bitstream/sunedu/74433/1/Nunura_Linares_Luis.pdf

REYES, A. L. (05 de JULIO de 2014). *ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL AUXILIAR DE ENFERMERÍA DE EMERGENCIA DE*. Obtenido de *ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL AUXILIAR DE ENFERMERÍA DE EMERGENCIA DE*: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/09/02/De-Leon-Adelma.pdf>

SALUD, M. D. (3 de JUNIO de 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*. Obtenido de “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*:

https://www.google.com.pe/search?rlz=1C2AOHY_esPE716PE716&biw=1137&bih=721&q=MINISTERIO+DE+SALUD.+%282010%29+%E2%80%9C habilidades+para+la+promoci%C3%B3n+de+la+salud+mental+y+prevenci%C3%B3n+del+estr%C3%A9s%E2%80%9D.+++En+m%C3%B3dulos+de+capacitaci%C3%B3n+

SLIDESHARE. (20 de MAYO de 2016). *es.slideshare.net/scastillovega/modelo-de-adaptacin-de-sor-callista-roy*. Obtenido de es.slideshare.net/scastillovega/modelo-de-adaptacin-de-sor-callista-roy: <https://es.slideshare.net/scastillovega/modelo-de-adaptacin-de-sor-callista-roy>

TEORIASENFERMERAS. (24 de MARZO de 2015). *teoriasenfermeras.blogspot.pe/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html*. Obtenido de teoriasenfermeras.blogspot.pe/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html: <http://teoriasenfermeras.blogspot.pe/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html>

WIKIPEDIA. (09 de MARZO de 2016). *Estrés*.

Obtenido en: <https://es.wikipedia.org/wiki/Estr%C3%A9s>

WWWUMA. (13 de julio de 2017). *uma.es/publicadores/prevencion/wwwuma/estres.pdf*. Obtenido de [uma.es/publicadores/prevencion/wwwuma/estres.pdf](http://www.uma.es/publicadores/prevencion/wwwuma/estres.pdf):

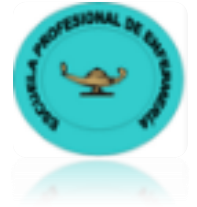
Obtenido en <http://www.uma.es/publicadores/prevencion/wwwuma/estres.pdf>

ANEXO

CUESTIONARIO



RELACIÓN ENTRE NIVEL DE ESTRÉS Y CARGA LABORAL EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA HOSPITAL DE CARAZ 2016



INTRODUCCION

Estimada (o) Lic.:

Buenos días, soy estudiante de enfermería en esta oportunidad estoy realizando un estudio de investigación titulado **“Relación entre el nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital de Caraz.”**, 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. Edad.....
2. Sexo.....
3. Estado Civil.....
4. Servicio donde labora.....

5. N^{ro}. De hijos..... Edades

1	
2	
3	
4	

6. Tiempo que labora en el Servicio..... (Años)..... (Meses)

7. Horas de trabajo por turno.....

8. N° de Enfermeras por turno: Suficiente.....Insuficiente.....

9. Cargo que desempeña:

a) Enfermera(o) jefa de servicio

b) Enfermera(o) asistencial

A Nivel de Estrés

10. Situación laboral:

a) Enfermera(o) nombrada

b) Enfermera(o) contratada

11. ¿Ud. Recibe estímulos laborales?

a) Si

b) no

12. ¿Sabe usted como se manifiesta el estrés?

a) si ()

b) no ()

12. ¿Cree usted que el estrés influye en su Trabajo?

a) si ()

b) no ()

13. ¿Hace algo usted para disminuir su nivel de estrés?
- a) si ()
 - b) no ()
14. ¿Sabe Ud. qué es el estrés laboral?
- a) si ()
 - b) no ()
15. ¿Cree usted que el estrés laboral tiene efectos secundarios?
- a) si ()
 - b) no ()
16. ¿Conoce las causas para que haya estrés laboral?
- a) si ()
 - b) no ()
17. ¿Conoce usted cuales son las técnicas para prevenir el estrés laboral?
- a) si ()
 - b) no ()

B. Carga Laboral

18. ¿Usted se siente impotente en el caso de que un paciente no mejora?
- a) si ()
 - b) no ()
19. ¿Cree usted que hay compañerismo en el servicio donde usted labora?
- a) si ()
 - b) no ()

20. ¿Usted ha recibido críticas de un Médico?
- a) si ()
 - b) no ()
21. ¿Cree usted que es importante el silencio dentro del ambiente que usted labora?
- a) si ()
 - b) no ()
22. ¿Es adecuado el espacio físico del servicio donde usted trabaja?
- a) si ()
 - b) no ()
23. ¿Hay una adecuada iluminación en el servicio que usted labora?
- a) si ()
 - b) no ()
24. ¿Cree usted que la asignación de pacientes es adecuada a su capacidad física?
- a) si ()
 - b) no ()
25. ¿Las actividades que realiza usted a diario, están acorde a su capacidad psíquica, sin provocar agotamiento mental?
- a) si ()
 - b) no ()
26. ¿Cree usted que sus horas de trabajo están establecidas según la organización internacional de trabajo?
- a) si ()
 - b) no ()

27. ¿El exceso o sobre carga laboral le ha ocasionado algún tipo de accidente en su servicio?
- a) si ()
 - b) no ()
28. ¿Su servicio cuenta con personal suficiente para brindar atención de calidad?
- a) si ()
 - b) no ()
29. ¿Conoce usted la importancia de la mecánica corporal que realiza durante sus actividades de servicio?
- a) si ()
 - b) no ()
30. ¿Sabe usted de que previene la práctica adecuada de la mecánica corporal?
- a) si ()
 - b) no ()
31. ¿Le ha causado problemas de salud al estar mucho tiempo de pie durante un procedimiento?
- a) si ()
 - b) no ()
32. ¿Ha manejado adecuadamente una Mecánica Corporal al movilizar a los pacientes?
- a) si ()
 - b) no ()

33. ¿Ha sufrido agresión física y verbal por parte de los pacientes cuando le brinda cuidados?
- a) si ()
 - b) no ()
34. ¿Considera usted que el ejecutar su trabajo en algún momento le genera estrés?
- a) si ()
 - b) no ()
35. ¿Si ha sufrido un accidente laboral, ha recibido inmediatamente alguna atención?
- a) si ()
 - b) no ()
36. ¿En el turno que trabaja usted hay demasiadas actividades?
- a) si ()
 - b) no ()



**RELACIÓN ENTRE NIVEL DE ESTRÉS Y CARGA
LABORAL EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA
HOSPITAL DE CARAZ 2016**



OFICIO N°001 -2017-EPE- USP-SAD Cz

Dr. :

ASUNTO: SOLICITO APOYO COMO JUEZ PARA JUICIO DE EXPERTOS PARA LA VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACION.

Es grato dirigirme a usted, para saludarlo cordialmente y a la vez comunicarle que cumpliendo con el proceso de investigación en la fase de validación del instrumento de recolección de datos y contando con la calidad de expertos, en el área de investigación científica. Por ese motivo solicito a usted apoyo como juez para el juicio de expertos para la validación del instrumento de recolección de datos para el proyecto de investigación.

Esperando su apoyo, me suscribo de usted expresándole las muestras de mi especial consideración y estima personal.

ATENTAMENTE.

Bach. Zelaya Hurtado Fiorella Leslye

Firma del Experto

DETERMINACION DE LA VALIDEZ

El instrumento aplicado a los jueces de juicio de expertos se basa en 9 aspectos que se

Describe a continuación:

ASPECTOS	SI	NO	OBSERVACION
¿El instrumento de recolección de datos está Orientado al problema de investigación?			
¿El instrumento de la recolección de datos facilitaran el logro de los objetivos de la Investigación?			
¿El instrumento de recolección de datos se Relacionan con las variables del estudio?			
¿El instrumento de recolección de datos presenta la Cantidad de ítems apropiado?			
¿La redacción del instrumento de recolección de datos es coherente.			
¿Del instrumento de recolección de datos usted Eliminaría algún ítem?			
¿Del instrumento de recolección de datos usted Agregaría algún ítem?			
¿El diseño del instrumento de recolección de datos Será accesible a la población sujeto de estudio?			
¿El instrumento de recolección de datos es clara, Sencilla y precisa para la investigación?			

Sugerencias:.....

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

El instrumento para la recolección de datos fue validado por el criterio de contenido, para lo cual se contó con el apoyo de expertos (3 Lic. En enfermería y un Biólogo, siendo ellos los siguientes.

1. Lic. Sonia Abanto Cerna (Enfermera)
2. Lic. Enma Galarza Ulloa (Enfermera)
3. Dr. Jesús Zúñiga Huerta (Enfermero)
4. Lic. Nelson Solórzano Espíritu (Biólogo)

Realizando el contraste con la prueba de concordancia de Kendall se obtuvieron los siguientes resultados:

	RANGO
	PROMEDIO
VAR00001	4.63
VAR00002	5.75
VAR00003	3.50
VAR00004	5.75
VAR00005	4.63
VAR00006	4.63
VAR00007	5.75
VAR00008	4.63
VAR00009	5.75

ESTADÍSTICOS DE CONTRASTE	
N	4
W de Kendall(a)	.115
Chi cuadrado	3.692
GL	8
Sig	,884

(a) coeficiente de concordancia de Kendall: .115; Por lo que se demuestra la validez con un nivel de significación del 0.884.

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Los instrumentos de medición son confiables, cuando en repetidas ocasiones se aplican los mismos instrumentos al mismo grupo, se obtienen los mismos resultados. Para la confiabilidad se usó una prueba piloto con una muestra de 4 Lic. En Enfermería del Hospital de Caraz y se calculó el Coeficiente de Alfa de Crombach que resulto un valor de:

Confiabilidad:

Realizando el análisis de la fiabilidad con la prueba de Alfa de Crombach

Resumen del procesamiento de los casos

	N	%
Casos validos	30	100.0
excluidos	0	.0
total	30	100.0

- a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procesamiento

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de crombach	N de elementos
.789	30

TÍTULO DE PROYECTO DE INVESTIGACION

RELACIÓN ENTRE NIVEL DE ESTRÉS Y CARGA LABORAL EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA HOSPITAL DE CARAZ 2016

Objetivo de la investigación:

Objetivo General:

- Determinar la relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz.

Objetivos Específicos:

- Identificar el nivel de estrés del profesional de enfermería, del Hospital de Caraz.
- Evaluar la carga laboral de los profesionales de enfermería, del Hospital de Caraz
- Relacionar el nivel de estrés con la carga laboral en los profesionales de Enfermería, del Hospital de Caraz,

Hipótesis:

- Existe entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz.

Variables:

- A) Nivel de estrés en los profesionales de enfermería del Hospital de Caraz
- B) Carga laboral en los profesionales de enfermería del Hospital de Caraz



UNIVERSIDAD SAN PEDRO
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CONSENTIMIENTO ÉTICO

El propósito del consentimiento Determinar la relación del nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería, del Hospital “San Juan de Dios” - Caraz. Marzo a Octubre 2017, una clara explicación de la naturaleza de la investigación, así como de su rol protagónico en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por Fiorella Leslye Zelaya Hurtado, de la Universidad San Pedro escuela profesional de enfermería, titulado “Relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital de Caraz 2016”

Si usted está de acuerdo a participar en este estudio se le pedirá a responder una encuesta, el cual le tomará aproximadamente 5 a 10 minutos de su tiempo. La participación para este estudio es estrictamente voluntaria y la información que se recogerá será confidencial y no se utilizará para ningún otro propósito fuera de la siguiente investigación, es decir será totalmente anónima.

Firma del participante

FICHA CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,.....por medio de la presente acepto participar en el trabajo de investigación titulado RELACIÓN ENTRE NIVEL DE ESTRÉS Y CARGA LABORAL EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA HOSPITAL DE CARAZ 2016

Que tiene como objetivo: Determinar la relación del Nivel de Estrés y la carga laboral en los Profesionales de Enfermería, en el Hospital SAN JUAN DE DIOS de CARAZ durante el año 2016

Se me explico que mi participación consistirá en conocer la relación entre nivel de estrés y la carga laboral en los profesionales de enfermería que laboran en el Hospital de CARAZ, 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 que en todo momento se mantendrá el principio de la confidencialidad.

Los beneficios 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

Huella digital

La investigadora le agradece su participacion