



Universidad
Norbert Wiener

Facultad de Ciencias de la Salud

“Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023”

Trabajo académico para optar el título de Especialista en Cuidado Enfermero en Emergencias y Desastres

Presentado por:

Autor: Diaz Araujo, Esther

Código orcid: 0000-0003-4368-082X

Asesor: Mg. Werther Fernández

Código orcid: 0000-0001-7485-9641

Línea de investigación:

Salud y bienestar

LIMA - PERÚ

2023

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo,... **DIAZ ARAUJO ESTHER** egresado de la Facultad deCiencias de la Salud..... y Escuela Académica Profesional de ..Enfermería..... / Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico “.....”**“CONOCIMIENTO Y APLICACIÓN DE LA MECÁNICA CORPORAL EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DEL SERVICIO DE EMERGENCIAS DEL HOSPITAL JUAN JOSÉ RODRÍGUEZ LAZO, CHORRILLOS 2023”**Asesorado por el docente: Mg Werther Fernando Fernández Rengifo.

DNI ... 05618139 ORCID... <https://orcid.org/0000-0001-7485-9641> tiene un índice de similitud de (20) (veinte) % con código __oid:__ oid:14912:237373103 _____ verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1
DIAZ ARAUJO ESTHER
 DNI: ...09919720

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



Firma
 Mg Werther Fernando Fernández Rengifo.
 DNI: 05618139

Lima, ...01...de.....junio de.....2023.....

“Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital

Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023”

Línea de investigación

Salud y bienestar

ASESOR: Mg. Werther Fernández

Código orcid: 0000-0001-7485-9641

Dedicatoria

Este trabajo de investigación dedico a mis padres por su apoyo permanente durante todos los logros personales y profesionales, también doy gracias a mis hermanos y demás familiares, a mis amigos por siempre impulsarme a continuar con mis metas. A mi abuelita porque me brinda paz emocional, por siempre acompañare

Agradecimiento

Doy gracias en primer lugar a Dios por darme salud y bienestar y darme la luz en mi camino profesional, a mis padres por siempre estar en cada logro de mi vida y al resto mi familia por el apoyo durante el desarrollo del proyecto.

Asesor: Werther Fernández Rengifo

Código orcid: 0000-0001-7485-9641

JURADO:

Presidente: Dra. Susan Haydee Gonzales Saldaña

Secretaria: Mg. Paola Cabrera Espezua.

Vocal: Dra. Milagros Lizbeth Unturunco Vera

ÍNDICE

	Pág.
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice	v
Resumen	vii
Abstract	viii
1. EL PROBLEMA	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	3
1.2.1. Problema general	3
1.2.2. Problemas específicos	3
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación de la investigación	4
1.4.1. Teórica	4
1.4.2. Metodológica	5
1.4.3. Práctica	5
1.5. Delimitaciones de la investigación	5
1.5.1. Temporal	5
1.5.2. Espacial	5
1.5.3. Población o unidad de análisis	5
2. MARCO TEÓRICO	6
2.1. Antecedentes	6

2.2.	Bases teóricas	11
2.3.	Formulación de hipótesis	16
2.3.1.	Hipótesis general	16
2.3.2.	Hipótesis Especifica	17
3.	METODOLOGÍA	18
3.1.	Método de la investigación	18
3.2.	Enfoque de la investigación	18
3.3.	Tipo de investigación	18
3.4.	Diseño de la investigación	18
3.5.	Población, muestra y muestreo	18
3.6.	Variables y Operacionalización	21
3.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	22
3.7.1.	Técnica	22
3.7.2.	Descripción de instrumentos	22
3.7.3.	Validación	23
3.7.4.	Confiabilidad	23
3.8.	Plan de procesamiento y análisis de datos	24
3.9.	Aspectos éticos	24
4.	ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	26
4.1.	Cronograma de actividades	26
4.2.	Presupuesto	27
5.	REFERENCIAS	28
	Anexo 1: Matriz de consistencia	36
	Anexo 2: Instrumentos	38
	Anexo 3: Consentimiento informado	40

Resumen

El estudio se desarrolla para resolver el **objetivo** de determinar la relación entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, de un hospital de Lima. **La metodología:** el estudio trabajará con un método hipotético deductivo, además de ceñirse con un diseño no experimental y un camino descriptivo correlacional en un corte transversal, la muestra estará conformada 89 profesionales de enfermería quienes resolverán un cuestionarios y serán evaluados por una guía de observación, instrumentos que han sido validados y confiables con un índice de 0.893 y 0.908. la duración de recolección de los datos tomar en aproximado 30 minutos por encuestado y evaluado, lo que de forma general demora varias semanas, con lo cual se podrá obtener y desarrollar una base de datos, la cual será analizada por el programa Spps 25.0, que permitirá la presentación de resultados tanto descriptivos con tablas y gráficos como resultados inferenciales a través de la prueba de Rho de Spearman con un índice de confianza de 95% y un error de hasta el 5% permitido, con lo cual se podrá explicar los fenómenos de estudio y presentar las conclusiones del caso.

Palabras claves: Mecánica corporal, conocimiento, aplicación, profesional de enfermería.

Abstract

The study is developed to resolve the objective of determining the relationship between the knowledge and application of body mechanics of the nursing professional, of a hospital in Lima. The methodology: the study will work with a hypothetical deductive method, in addition to adhering to a non-experimental design and a correlational descriptive path in a cross-section, the sample will consist of 89 nursing professionals who will solve a questionnaire and will be evaluated by an observation guide, instruments that have been validated and reliable with an index of 0.893 and 0.908. the duration of data collection take approximately 30 minutes per respondent and evaluated, which generally takes several weeks, with which it will be possible to obtain and develop a database, which will be analyzed by the Spps 25.0 program, which will allow the presentation of both descriptive results with tables and graphs as inferential results through Spearman's Rho test with a confidence index of 95% and an error of up to 5% allowed, with which it will be possible to explain the phenomena of study and present the conclusions of the case.

Key words: Body mechanics, knowledge, application, nursing professional.

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Según datos mundiales de la carga de morbilidades, se observa que 1710 millones de trabajadores y personas en general presentan problemas que afectan su sistema musculoesquelética. Pero estas prevalencias de estos trastornos tiene una variación de acuerdo a las edades y el tipo de diagnostico que tengan, pero afecta a todos solo varia en el grado de afección (1).

Se conoce que los países que tiene mas incidencia son los de mayor adquisición económica con 441 millones de casos, seguido de la zona del pacifico occidental con 427 millones y Asia con 369 millones de casos, igualmente se conoce que estos trastornos musculoesqueléticos representan años perdidos por discapacidad, lo que perjudica enormemente a la población en un 17% de los casos a nivel mundial (2).

Asimismo, se mencionó en un estudio internacional que las enfermeras actúan en un ambiente muy complejo con diversas demandas laborales, incluyendo aspectos físicos, psicológicos, psicosociales y sociales (3). Las necesidades físicas están directamente relacionadas con la atención directa al paciente que brindan las enfermeras del hospital. Como el trabajo de enfermería debe realizarse con rapidez y precisión, se puede esperar que las demandas físicas sean muy altas (4). Las principales actividades físicas realizadas por las enfermeras durante sus turnos se pueden dividir en estar de pie, caminar, correr, levantar pesas, mover objetos, pacientes, cambiar de posición a los pacientes, etc. (5)

En Ecuador, una encuesta mencionó que las enfermeras especialistas en el servicio de UCI, mostraron niveles excelentes en cuanto a su conocimiento del mejor de los principios en

la mecánica corporal. En cuanto a la aplicabilidad, el 58% se mostró mal ejecutado, demostrando así que no necesariamente los saberes en el manejo de la mecánica corporal puede asegurar que el profesional las ejecute de manera adecuada y consciente, más aún en un ambiente hostil como el sistema de saneamiento (6).

De igual forma, en Panamá una investigación mostro que gran parte de los profesionales de salud no utilizaba una buena mecánica corporal y en consecuencia desarrollaba trastornos musculoesqueléticos y por ello tomaba licencia por enfermedad (65%), razón por la cual es obligatoria la capacitación en diferentes áreas clínicas, para elevar conciencia de los riesgos que enfrenta el personal que no aplica una buena mecánica corporal principalmente en el manejo de pacientes, lo que puede generar problemáticas musculoesqueléticos, según lo indican los indicadores de tales lesiones, lo que resulta en personal de salud completo o permanente, como actividades laborales causadas por discapacidad (7).

A nivel nacional, un estudio realizado al personal de atención prehospitalaria de Lima encontró con base en los datos disponibles, que el 55,8% utiliza la mecánica corporal de forma inadecuada, mientras que el 44,2% la utiliza de forma adecuada; en cuanto al sitio de molestias musculoesqueléticas, el 25% son principalmente cuello, el 42,4% son principalmente espalda cintura (8). De igual forma, en un estudio realizado a paramédicos de los servicios de emergencia de Cajamarca, en donde el 88% presento un conocimiento alto sobre la mecánica corporal, mientras que el 92% la aplicaba de manera incorrecta (9). En un estudio también realizado en Huancayo, las enfermeras de emergencia encontraron que el 40% tenía un conocimiento medio, el 35% alto y el 25% tenía un nivel bajo (10).

Situaciones que también se observa en el sitio de investigación en el Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos, donde las enfermeras tienen que atender a más pacientes de lo

recomendado, los tiene que trasladar de un área a otra, además de cambiarlos de postura, lo cual significa un esfuerzo físico alto porque algunas veces tienen que realizar solo entre dos e incluso a veces solo un personal lo realiza, pero se observa que no utilizan ninguna técnica al levantar un paciente o algún peso en el área se olvidan de utilizar la mecánica corporal en sus acciones y muchas veces se lesionan principalmente presentan dolores en la espalda, lo cual perjudica sus labores y afecta la calidad en su servicio, es por ello importante conocer como el conocimiento que el personal tenga sobre la mecánica corporal se relaciona con el nivel de su aplicación, formulándose las siguientes interrogantes:

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencia del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023?

1.2.2. Problemas específicos

a. ¿Cuál es la relación entre el conocimiento sobre las generalidades de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023?

b. ¿Cuál es la relación entre el conocimiento sobre los elementos de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023?

c. ¿Cuál es la relación entre el conocimiento sobre las directrices de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

1.3.2 Objetivos específicos

a. Identificar la relación entre el conocimiento sobre las generalidades de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

b. Identificar la relación entre el conocimiento sobre los elementos de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

c. Identificar la relación entre el conocimiento sobre las directrices de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1 Teórica

El trabajo brindara un aporte teórico a través del análisis de varias investigaciones y teorías como es el caso de la promoción de la salud de Nola Pender el cual explica que es mejor evitar que la enfermedad suceda antes de tratarla, lo que generaría menos costos, es por ello, con la información brindada se dará a conocer como el conocimientos del personal de enfermería sobre mecánica corporal ase asocia con su aplicación, lo cual favores a que evite lesiones que puedan perjudicar sus labores.

1.4.2 Metodológica

El trabajo presenta un estilo cuantitativo en la medición de sus variables además de ser de tipo aplicada su naturaleza, además de presentar instrumentos que han sido analizados en cuanto a su validez y confiabilidad, por lo que dichas herramientas podrán ser utilizadas por investigadores que tengan similares objetivos al presente estudio.

1.4.3 Práctica

Se brindara resultados de como se presenta el nivel de conocimiento de los profesionales de enfermería en cuanto al manejo de la mecánica corporal y su importancia en su aplicación, lo cual es esencial para la prevención de lesiones laborales que puedan perjudicar su bienestar su estado físico y por dende su desempeño concientizando de la relevancia de mejorar esta estrategia no solo en favor del personal sino de mantener la calidad en el servicio.

1.5. Delimitaciones de la investigación

1.5.1 Temporal

El estudio se desarrollará en los meses de enero a marzo del 2023.

1.5.2 Espacial

La presente investigación se realizará en el Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos, 2023.

1.5.3 Población o unidad de análisis

Profesionales de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Internacionales:

Mamani (11), realizó su estudio el 2021 en Bolivia con el objetivo “Determinar las competencias cognitivas de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de enfermería en la Unidad de Terapia Intensiva adultos Hospital de La Mujer La Paz - Bolivia gestión 2021”. Estudio de naturaleza cuantitativa descriptiva con un total de 45 profesionales de enfermería como muestra, en donde se obtuvo que el 50% presento un conocimiento adecuado en la movilización de pacientes y la mecánica corporal, con un nivel rutinario del 50%, y el 86% no tenía formación en técnicas de enfermería. Movilizar a los pacientes. Conclusiones: Se determinó que los conocimientos del profesional sobre el manejo de la mecánica corporal fue regular.

Álvarez (12), en México en el año 2019, buscó “analizar los factores humanos y ambientales según Orem, que influyen para el autocuidado de los P.E. del Hospital General de Pénjamo Guanajuato, en la aplicación de la mecánica corporal”. Estudios no experimentales, descriptivos, correlacionales, transversales, con una muestra de 72 trabajadores de salud y el uso de un cuestionario. El 44,4% tenían entre 30 y 34 años. La licenciatura representó el 56%, y el personal técnico el 44%, por otro lado el 43% refirió que solo a veces se utiliza las camillas para el traslado de pacientes estaban en buen estado y contaban con medidas de seguridad. En conclusión. Además de la escasa o nula participación del personal camillero en la movilización o traslado por mal estado de la camilla o falta de medidas de seguridad, los factores ambientales inciden más en la aplicación de la mecánica corporal.

Espinosa (13), en Ecuador el 2018 buscó “Determinar la relación que existe entre las lesiones músculo esqueléticas encontradas en el personal profesional de enfermería del Hospital de Especialidades José Carrasco Arteaga y la mecánica corporal”. Estudio de enfoque cuantitativo de correlación descriptiva y transversal con alcance incierto, después la aplicación de las herramientas de recolección de datos a 90 profesionales del servicio de enfermería se halló que en su mayoría utilizan con frecuencia ejercicios de mecánica corporal y por lo tanto son más susceptibles a lesiones musculoesqueléticas. Conclusión: Los enfermeros tienen un alto nivel de conocimiento de la mecánica corporal, pero una alta proporción de lesiones de la columna baja, representando el 15,6%.

Olaya (14), realizó en Ecuador el 2018, un estudio para “Determinar el cumplimiento de la mecánica corporal en los profesionales de enfermería gestantes del Hospital Icaza Bustamante”, Estudio descriptivo con diseño transversal en 30 profesionales de enfermería. Las características de las profesionales embarazadas identificadas en los resultados tenían en promedio entre 24 y 26 años, representando el 64%. Para 1 año de tiempo de trabajo, el índice es del 60%. Las lesiones más comunes son la región lumbar el 40% y la región de las extremidades inferiores el 31%. La conclusión es que los jóvenes profesionales del cuidado no se adhieren a la mecánica corporal correcta lo que está causando las lesiones anteriores.

Castro et al. (15), en Bolivia el 2018, buscaron “Determinar el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de Enfermería, Unidad de Terapia Intensiva Adultos de la Clínica Regional La Paz - Caja de Salud de la Banca Privada”, estudio descriptivo cuantitativo, con una muestra de 50 profesionales y el uso de dos cuestionarios. Se halló que el 74% tenía un conocimiento

medio en cuanto a la mecánica corporal en la atención del paciente, el 33% si aplicaba esta mecánica pero el 67% no lo hacía adecuadamente. Se concluyó que los enfermeros tienen conocimiento de la mecánica corporal medio, pero después de la observación, pueden darse cuenta de que la aplicación en las actividades del paciente es alto.

Nacionales

Acosta et al. (16), en el 2021, buscaron “determinar la relación que existe entre el conocimiento sobre mecánica corporal y aplicabilidad en el ejercicio profesional de enfermería del servicio de emergencia”. Estudio de naturaleza descriptiva de corte transversal con la participación de 24 profesionales y el uso de cuestionarios, de donde se obtuvo que el 88% presenta un conocimiento alto sobre la mecánica corporal y el 12% bajo, en el caso de la aplicación el 92% lo hace de manera inadecuada, por lo que se concluye que no hay relación entre las variables de estudio ($r=0.114$).

Bustamante (17), en el 2021, buscó “determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal al movilizar pacientes del hospital Belén de Trujillo”. Estudio descriptivo con un tamaño de muestra de 47 enfermeras que recibieron un cuestionario. En los resultado se obtuvo que el 91% presento un conocimiento alto sobre la mecánica corporal, el 8.5% moderado, por otro lado el 91% tenía una aplicación adecuada, por lo que se evidencio una relación directa entre las variables.

López et al. (18), en el 2020, buscaron “Determinar la relación existente entre el nivel de conocimiento de la mecánica corporal y su aplicación en el cuidado del paciente”. El método de investigación se describió como transversal y la muestra fue 20 enfermeras. Se halló que el 50% tenía un conocimiento medio sobre la mecánica

corporal, mientras que el 85% de las enfermeras aplicaban correctamente la mecánica corporal. Se evidencio que entre los elementos evaluados existe una correlación directa.

Godoy (19), el 2019, buscó “Determinar la relación que existe entre el conocimiento y la práctica de mecánica corporal en el personal de Enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano – Huánuco 2018”, Estudio descriptivo cuantitativo, con la aplicación de cuestionarios a 143 funcionarios del área de enfermería. En el análisis inferencial, se encontró significación estadística en $p < 0,05$ mediante la prueba independiente de chi-cuadrado. Resultados: En general, el 58,7% tenía un buen conocimiento de la mecánica del cuerpo humano y el 41,3% tenía un conocimiento deficiente de la mecánica del cuerpo humano; en cuanto al ejercicio, el 56,0% tenía un ejercicio insuficiente y el 44,0% tenía una práctica de mecánica corporal adecuada. Se evidencio una asociación significativa entre los fenómenos investigados.

Rivera (20), el 2018, realizó un estudio con el objetivo de “Determinar el nivel de conocimientos y la aplicación de mecánica corporal de las enfermeras del servicio de Centro Quirúrgico Del Hospital De Tingo María”. Estudio descriptivo de corte transversal con la muestra de 35 personal de enfermería y el uso de cuestionarios, donde se halló que el 45% presento un conocimiento regular sobre la mecánica corporal y su aplicación fue de nivel medio en un 53%. Evidenciando una correlación significativa .

2.2. Bases teóricas

2.2.1 Conocimiento

El conocimiento es la suma total de comportamientos y valores que una persona adquiere y conserva a lo largo de su vida a través de la práctica y la educación. El objetivo del conocimiento es servir a la sociedad y al individuo, y estar disponible cuando se necesite (21).

En el caso del profesional de enfermería el conocimiento se asocia con el desarrollo de la teoría crítica, en busca de un paradigma de enfermería liberador en el que el razonamiento y la reflexión son esenciales, en donde se basa en teorías y disciplinas humanistas que servirán para el actuar de la enfermería en diferentes campos de la salud (22).

Asimismo, el conocimiento de la mecánica corporal es la información que incluye las reglas básicas que se deben seguir al movilizar o transportar objetos pesados, de manera eficiente disminuyendo los riesgos y la fatiga, además de una o varias lesiones innecesarias (23) .

De igual manera, se dice que este conocimiento es el procesamiento cognitivo por el cual las enfermeras de cuidados intensivos desarrollan cómo movilizar a los pacientes que no responden y no pueden moverse por sí mismos. Lo que se desarrolla por su experiencia y formación, con lo cual puede realizar movimientos que minimicen el riesgo de una lesión(24).

2.2.1.1 Dimensiones del conocimiento

Generalidades de la mecánica corporal

Se le considera como el estudio del equilibrio y movimiento del cuerpo; aplicada al ser humano, la mecánica corporal, siendo una disciplina que se encarga del adecuado y armonioso funcionamiento de la coordinación de los órganos musculoesqueléticos y del sistema nervioso (25).

La definición de mecánica corporal incluye la posición del cuerpo durante el movimiento. Comprender y seguir la mecánica corporal adecuada es muy importante para reducir los dolores o lesiones en la zona de la espalda entre otras zonas que se origina por una acción laboral o durante las actividades cotidianas. La postura correcta del cuerpo pueden reducir la fatiga y la tensión muscular cuando alguien se sienta en la estación de trabajo de su computadora (26).

De igual forma la mecánica corporal correcta en el personal de enfermería es fundamental para reducir el riesgo de lesiones para los cuidadores y los pacientes. Si una enfermera no utiliza la técnica de elevación adecuada cuando transfiere a un paciente discapacitado a una silla, el paciente corre el riesgo de caerse y la enfermera corre el riesgo de sufrir una lesión muscular. Seguir pautas simples de mecánica corporal al caminar, sentarse, levantar, pararse y colocar a los pacientes puede ayudar a proteger la salud general de los cuidadores y los pacientes (27).

Cuando hablamos de movilización de pacientes, primero debemos tener en cuenta la seguridad de los pacientes y de nosotros mismos. Muchas personas que viven en hogares u hospitales funcionan menos, por lo que debemos ayudarlas. Es importante mover a los pacientes de acuerdo con algunas reglas para evitar riesgos y para su comodidad. Para hacer esto, debemos tener algunos conceptos básicos de mecánica humana (28).

Elementos de la mecánica corporal

Dentro de los componentes de la mecánica corporal se halla tres elementos como lo es la alineación del cuerpo que se refiere a la postura correcta, equilibrio que es la estabilidad del cuerpo y el tercer elemento es el movimiento coordinado del cuerpo (29).

Directrices de la mecánica corporal

Dentro de las directrices de la mecánica corporal se menciona lo siguiente(30):

- Trabajando considerando la gravedad mejorar la adaptación del movimiento
- Los músculos tiene una contracción natural de manera ligera
- La fuerza que se necesita para mover otro cuerpo depende de la resistencia de este y de la gravedad.
- Para el levantamiento de objetos se debe bajar el punto de gravedad flexionando la cadera y rodillas, y no flexionar la cintura, para poder ejercer una correcta distribución del peso
- Se deben separar los pies en una base amplia para mayor estabilidad y manejo del centro de gravedad

2.2.2 Aplicación de la mecánica corporal

Es el uso adecuado del cuerpo, donde se deben seguir ciertas reglas en el momento de transportar empujar o movilizar objetos o personas utilizando de manera correcta el sistema musculoesquelético y evitar fatigas y lesiones innecesarias. El abuso de la mecánica corporal expone a los profesionales a accidentes y enfermedades profesionales (31)

La mecánica corporal es una disciplina que busca controlar las fuerzas ejercidas en el cuerpo. Lo cual es relevante porque se ha dejado de lado la responsabilidad de actuar correctamente de acuerdo con el instinto y el ser humano debe usar los poderes al máximo, incluso debiendo poseer conocimientos previos de estas ciencias para que pueda educarse en su uso adecuado. partes del cuerpo. Asimismo, la investigación

biomédica es fundamental porque orienta la aplicación de la fuerza corporal, más allá de los propios músculos (32).

La mecánica del cuerpo abarca cómo se desarrollan las diferentes regiones del cuerpo encargadas de combinar el movimiento y permitir el equilibrio. Asimismo, mejora la postura y la resistencia del cuerpo. Cuando se hace bien, esto puede mejorar la salud en general, promover un desempeño más eficiente, previniendo lesiones (33).

2.2.2.1 Dimensiones de la aplicación de la mecánica corporal

Alineación Corporal: Es la postura en la que se mantiene el cuerpo y todas las partes del cuerpo, la forma en que el cuerpo se sostiene y realiza dinámicamente el movimiento, la postura corporal es la postura en la que el cuerpo se mantiene de pie y la forma en que se posicionado en reposo. En términos más profesionales, la alineación del cuerpo se refiere a lo que importa son las estructuras que componen el sistema musculoesquelético y lo que logra el equilibrio y equilibrio adecuados para cada individuo(34).

Equilibrio: Según el concepto general, el equilibrio es una cualidad que le permite al cuerpo mantenerse en una posición considerando espacio-tiempo, independientemente de la maniobra realizada. La relevancia radica en mantener claramente la postura contra la gravedad, lo que crea estabilidad en el cuerpo para controlar eficazmente las fuerzas que actúan sobre él (35).

Por otro lado, la inestabilidad tienen un gran impacto en la salud, ya que las lesiones que provocan son graves y pueden provocar invalidez o la muerte. También señalan que la disminución de la estabilidad se debe a una combinación de factores. Estos incluyen: alteraciones en los receptores del equilibrio, la sensibilidad para la ejecución motora, trastornos neurológicos, déficits cognitivos y psicofármacos (36).

Movimientos corporales coordinados: Definidos como la capacidad de los músculos para actuar en conjunto y de manera voluntaria para lograr un movimiento voluntario, son movimientos que puede involucrar una parte o todo el cuerpo, utilizando mas las articulaciones, dentro de este tipo de movimientos esta la extensión, flexión y rotación entre otros (37).

2.2.3. Teoría de enfermería

Teoría del Modelo de la Promoción de la Salud

En esta teoría se refiere que la conducta de salud se desarrolla por el deseo de lograr el bienestar siendo el principal esencia de la teoría de Nola Pender en donde se busca entender el comportamiento de las personas sobre el cuidado y la prevención en su salud (38). Lo cual fue inspirado en dos autores Albert Bandura y Feather, que referían que dentro de las acciones del ser humano en cuanto a su salud se tiene que entender que se necesita de la motivación y la intención que tenga para cumplir con las actividades para lograr una buena salud, y dentro de ello es importante saber que la persona se rigue por proceso cognitivo influyente en su comportamiento, es decir puede aprender a mejorar su cuidado y prevenir enfermedades o lesiones, asimismo se refirió que el comportamiento afirmativo es racional, argumentando que el componente motivacional clave para lograr el logro es la intencionalidad. Según esto, cuando existe una intención clara, específica y definida de lograr una meta, la probabilidad de lograrla aumenta. La intencionalidad, entendida como el compromiso de un individuo con la acción, constituye un componente motivacional decisivo, manifestado en el análisis de la conducta voluntaria encaminada a la consecución de metas planificadas(39).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe una relación significativa entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

H0: No existe una relación significativa entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

2.3.2. Hipótesis Especificas

Hi: Existe una relación significativa entre el conocimiento sobre las generalidades de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

Hi: Existe una relación significativa entre el conocimiento sobre los elementos de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

Hi: Existe una relación significativa entre el conocimiento sobre las directrices de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

3. METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

Hipotético-Deductivo, se basa en observaciones generales de fenómenos investigados, a través de pruebas de hipótesis para descubrir realidades específicas (40).

3.2. Enfoque investigativo

El enfoque será el cuantitativo, el cual descubre patrones de comportamiento de los fenómenos investigados mediante la medición secuencial y el uso de estadísticas. (41).

3.3. Tipo de investigación

Aplicada porque su propósito es resolver problemas observados a través del conocimiento (42).

3.4. Diseño de la investigación

No experimental, correlacional porque se hará sin manipular las variables, y se buscare medir la relación entre las variables, describiendo cómo son realmente en la realidad (43). Asimismo, el trabajo se realiza bajo una sección transversal ya que el estudio se ubica en un lugar y tiempo determinados (44).

3.5. Población, muestra y muestreo

Población

Dadas características similares, es un grupo de individuos que representa el total ante el fenómeno en estudio por el cual se analiza (45) en este caso la conformación de la

población será de 115 profesionales de enfermería del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

Criterios de inclusión

- Todos los profesionales de enfermería que se encuentran programados en el servicio de emergencia del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, 2023.
- Todos los licenciados que voluntariamente deseen participar del presente estudio de investigación.

Criterios de exclusión

- Todos los profesionales de enfermería que estén de licencia.
- Todos los licenciados que no firmen el consentimiento informado.

Muestra

Considerada como la esencia representativa de la población en su conjunto (46), Para definir el tamaño de la muestra en la encuesta se aplica la siguiente fórmula correspondiente a una población finita:

$$n = \frac{N \cdot Z^2(p \cdot q)}{(N - 1)E^2 + Z^2(p \cdot q)}$$

Donde:

N : Población (115)

Z : Nivel de confianza (95%: 1.96)

P : Probabilidad de éxito (0.5)

Q : Probabilidad de fracaso (0.5)

E : Error estándar (0.05)

Reemplazando:

$$n = \frac{115 \cdot 1.96^2 (0.5 \times 0.5)}{(115-1) \times 0.05^2 + 1.96^2 (0.5 \times 0.5)}$$

$$(115-1) \times 0.05^2 + 1.96^2 (0.5 \times 0.5)$$

$$n = 89$$

Asimismo, la muestra de estudio fueron 89 profesionales de enfermería del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

Muestreo

Probabilístico aleatorio simple ya que se hizo uso de una ecuación para obtener la cantidad de la muestra y aleatorio simple porque todos los integrantes de la población presentaron en igualdad de oportunidades la posibilidad de ser parte de la muestra (46).

3.6. Variables y operacionalización

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (niveles o rangos)
Conocimiento	Es la recolección de información que se tiene acerca de la mecánica corporal, que establece las medidas y normas en la movilización, traslado o manejo de un peso con las técnicas adecuadas para prevenir lesiones o accidentes innecesarios (47)	El conocimiento se medirá a través de un cuestionario de 15 ítems que considera las dimensiones generalidades de la mecánica corporal, elementos de la mecánica corporal, directrices de la mecánica corporal (48)	Generalidades de la mecánica corporal	Concepto Mecánica corporal Uso Mecánica corporal Objetivo de Mecánica corporal	Cuantitativa Ordinal	Alto (10-15) Medio (5-9) Bajo (0-4)
			Elementos de la mecánica corporal	Alineación del cuerpo Estabilidad Movimientos		
			Directrices de la mecánica corporal	Principios Normas fundamentales de mecánica corporal		
Aplicación de la mecánica corporal	Es el manejo y la ejecución de las normativas, estrategias y técnicas de la mecánica corporal y la correcta aplicación de las fuerzas del cuerpo (49)	La aplicación de la mecánica corporal se medirá por una guía de observación de 18 ítems que consideran las dimensiones alineación, equilibrio y movimiento (50)	Alineación	Postura al pararse Postura al levantar objetos Postura al sentarse Estabilidad al pararse	Cuantitativa Ordinal	Optima (42 - 54) Regular (30 - 41) Deficiente (18 – 29)
			Equilibrio	Estabilidad al sentarse Estabilidad al desplazarse		
			Movimiento	Traslado y movilización de materiales equipos u objetos y pacientes		

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

Se utilizará la encuesta, entendido como una técnica de recolección de datos para cuestionar un objeto, cuyo propósito es obtener sistemáticamente medidas de conceptos derivados de preguntas de investigación previamente construidas (51).

3.7.2. Descripción

a) Instrumento para medir la variable conocimiento:

El instrumento que se utilizará para medir la “conocimiento”, será un cuestionario de las autoras Gómez y Macedo (48), en Perú en el año 2018.

Este instrumento contiene un total de 15 ítems, distribuido en 3 dimensiones: Generalidades de la mecánica corporal (5 ítems), elementos de la mecánica corporal (5 ítems) y directrices de la mecánica corporal (5 ítems).

Para la calificación de la respuestas se empleará la escala de dicotómica: Si (1) y No (0). Para la categorización de la variable, se utilizará las siguientes escalas de evaluación:

Alto (10-15)

Medio (5-9)

Bajo (0-4)

b) Instrumento para medir la variable aplicación de la mecánica corporal:

El instrumento que se utilizará para medir la “aplicación de la mecánica corporal”, será un cuestionario de 18 preguntas divididas en las siguientes dimensiones:

Alineación (5 ítems), Equilibrio (8 ítems) y Movimiento (5 ítems) del autor Gómez (50) del año 2018.

El instrumento consta con una escala de Likert donde no vale 1 punto, a veces dos puntos y si 3 puntos, asimismo en la medición de las variables se considerara los siguientes niveles:

Optima (42 - 54)

Regular (30 - 41)

Deficiente (18 – 29)

3.7.3. Validación

a) Validación de la variable conocimiento:

Se sometió a validez de contenido, mediante el juicio de 3 expertos. La validez de contenido del instrumento un Aiken de 0.95 (48).

b) Validación de la variable aplicación de la mecánica corporal:

El instrumento fue validado por tres expertos un doctor y dos magister, con un resultado de V de Aiken de 1.00 (50).

3.7.4. Confiabilidad

a) Confiabilidad de la variable conocimiento:

A través de una prueba piloto de 20 individuos, se obtuvo un coeficiente de 0.893 en la prueba Kuder Richardson (48).

b) Confiabilidad de la variable aplicación de la mecánica corporal:

A través de una prueba piloto de 55 individuos, se obtuvo un coeficiente de 0.908 de alfa de Cronbach (50).

3.8. Procesamiento y análisis de datos

Primero se redactara una carta de presentación brindado por la universidad a través de la revisión del proyecto por el comité de ética, con lo cual se podrá solicitar a la institución investigada la autorización para la aplicación de los instrumentos a la muestra seleccionada los que firmaran un consentimiento informado para validar su participación voluntaria previa explicación de los objetivos de estudio.

Lo que demorara entre 20 a 30 minutos por individuo de la muestra y en general tomara una semanas para poder evaluarlos a todos.

Luego de recolectar la data de la muestra se elaborara una base de datos de las variables y dimensiones lo cual será analizado por el programa estadístico spss 25.0 que brindara tablas y figuras para interpretar los resultados descriptivos e inferenciales en el caso del último a través de la prueba de rho de Spearman para la comprobación de las hipótesis y poder brindar de esta manera las conclusiones del caso.

3.9. Aspectos éticos

Se realizará basándose en los siguientes principios bioéticos (53):

Principio de beneficencia: Al final de esta investigación los resultados que se obtengan ayudaran a extender los saberes y mejoraran el servicio y las condiciones del personal de enfermería.

Principio de autonomía: Se les brindará la respectiva información a los participantes del estudio, siendo la participación de forma voluntaria, a través de la firma del

consentimiento informado, que compete y que les certifica que los datos que se obtengan serán sumamente privados y confidenciales.

Principio de no maleficencia: La finalidad de este estudio es no causar ningún mal o daño al personal de salud y tampoco que los instrumentos sean una amenaza para la población de estudio

Principio de justicia: En cada etapa del estudio trataremos a la persona como ser humano, valiéndole sus derechos y para su beneficio esta investigación pueda integrarse con su bienestar.

4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1. Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2022/2023																											
	Setiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero				Marzo			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2		
Estudio de la problemática			X	X																								
Búsqueda de información en estadios			X	X	X	X	X	X																				
Desarrollo de la realidad problemática de diferentes contextos, desarrollo del marco teórico y los antecedentes			X	X	X	X	X	X																				
Explicación de la importancia y la justificación del estudio			X	X	X	X	X	X																				
Formulación de los objetivos de investigación			X	X	X	X	X	X	X																			
Presentación de la metodología a utilizar			X	X	X	X	X	X	X	X																		
Presentación de la población de estudio, así como de a la muestra y el muestreo utilizado para ello.					X	X	X	X	X	X	X																	
Presentación de la técnica y las herramientas de recolección de datos					X	X	X	X	X	X																		
Explicación de la aplicación de los principios bioéticos						X	X	X	X	X																		
Explicación de cómo se analizará los datos recolectados							X	X	X	X																		
Aspectos administrativos del estudio							X	X	X																			
Presentación y elaboración de anexos							X	X	X																			
Aprobación del proyecto									X	X																		
Aprobación del proyecto																	X	X										
Trabajo de campo																												

4.2. Presupuesto

RECURSOS	2023					TOTAL
	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SETIEMBRE	OCTUBRE	
Internet	S/. 75	S/. 75	S/. 75	S/. 75	S/. 75	S/. 375.00
Laptop	S/. 2500.00					S/. 2500.00
USB	S/. 80.00					S/. 80.00
Lapiceros	S/. 4		S/. 3		S/. 7	S/. 14.00
Hoja bond A4					S/. 32	S/. 32.00
Fotocopias					S/. 10	S/. 10.00
Impresiones					S/. 50	S/. 50.00
Espiralado					S/. 10	S/. 10.00
Movilidad	S/. 10	S/. 50	S/. 20	S/. 20	S/. 30	S/. 130.00
Alimentos	S/. 50	S/. 60	S/. 60	S/. 60	S/. 120	S/. 350.00
Llamadas	S/. 10	S/. 20	S/. 30	S/. 20	S/. 30	S/. 110.00
TOTAL						S/. 3661.00

5. REFERENCIAS

1. Cieza A, Causey K, Kamenov K, Hanson SW, Chatterji S, Vos T. Global estimates of the need for rehabilitation based on the Global Burden of Disease study 2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet* [Internet]. 2021 [citado el 12 de enero de 2023];396(10267):2006–17. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33275908/>
2. Organización Mundial de la Salud. Trastornos musculoesqueléticos [Internet]. 2021 [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions>
3. Scheepers RA, Smeulders I-M, van den Broek T. The impact of an additional nurse assistant during evening shifts on nurses' perceptions of job demands, job resources and well-being. *J Adv Nurs* [Internet]. 2021[citado el 12 de enero de 2023]77(2):1013–6. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1111/jan.14698>
4. Yu F, Narayanan A, Mackay L, Ward K, King A, Smith M. Describing objectively measured intensive care nurses' physical work activity behavioural patterns during a 12-hr shift. *J Clin Nurs* [Internet]. 2020[citado el 12 de enero de 2023]29(21–22):4331–42. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1111/jocn.15470>
5. Chang HE, Cho S-H. Nurses' steps, distance traveled, and perceived physical demands in a three-shift schedule. *Hum Resour Health* [Internet]. 2022[citado el 12 de enero de 2023]20(1):72. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s12960-022-00768-3>
6. Pozo C, Villarreal M, Nazate Z. Valoración de las medidas educativas en la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos. *Revista Conrado* [Internet]. 2022 [citado el 12 de enero de 2023];18(1):425-31. Disponible en: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2356>

7. Aponte ME, Cedeño C, Henríquez G. Trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería en la UCI. *saluta* [Internet]. 2022 [citado el 12 de enero de 2023];(5):61–78. Disponible en: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/327/3273192004/html/>
8. Carbajal I, Zambrano C. Trastornos musculoesqueléticos asociados a la mecánica corporal en el personal de salud del servicio de atención móvil de urgencias de lima metropolitana, 2018. [Tesis para obtener el título de especialista de enfermería en emergencias y desastres]. Callao: Universidad Nacional del Callao; 2018. [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/3289/Carbajal%20y%20Zambrano_TESIS_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
9. Acosta M, Huamán D. Conocimiento sobre mecánica corporal y aplicabilidad en el ejercicio profesional de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital regional docente de Cajamarca, 2020. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería]. Cajamarca: Universidad privada Antonio Guillermo Urrelo; 2021. [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: <http://65.111.187.205/bitstream/handle/UPAGU/1456/INFORME%20final%20de%20tesis%20mecanica%20corporal%20Huaman%20.%20Acosta.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
10. Zavala J, Arenas L, Marcelo A. Mecánica corporal y problemas cervicolumbares en enfermeras (os) emergencistas del instituto regional de enfermedades neoplásicas del centro, agosto – 2020. [Tesis para optar el título de segunda especialidad profesional de enfermería en Emergencias y Desastres]. Callao: Universidad Nacional del Callao; 2020. [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/6283/TESIS_PREGRA DO_ZAVALA_ARENAS_MARCELO_FCS_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

11. Mamani J. Competencias cognitivas de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de enfermería en la Unidad de Terapia Intensiva Adultos, Hospital de la Mujer La Paz- Bolivia, gestión 2021. 2021. [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/28945>
12. Álvarez J. Factores humanos y ambientales que influyen en el autocuidado de enfermería en la aplicación de la mecánica corporal. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo; 2019. [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/handle/DGB_UMICH/5640
13. Espinosa R. Lesiones músculo esqueléticas encontradas en el personal profesional de enfermería en el hospital de especialidades José Carrasco Arteaga y su relación con la mecánica corporal. Cuenca septiembre2017-2018. Universidad Católica de Cuenca; 2018. [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: <https://dspace.ucacue.edu.ec/handle/ucacue/6577>
14. Olaya C. Cumplimiento de la mecánica corporal en el profesional de enfermería gestante en el hospital Francisco de Icaza Bustamante de Guayaquil. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2018. [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: <http://201.159.223.180/handle/3317/11211>
15. Castro BY, Coronel C. Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de enfermería de la Unidad de Terapia Intensiva Adultos, Clínica Regional La Paz-Caja de Salud de la Banca Privada, octubre-diciembre 2017. Universidad Mayor de San Andrés. 2018. [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/20794>
16. Acosta MN, Huamán D. Conocimiento sobre mecánica corporal y aplicabilidad en el ejercicio profesional de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital Regional Docente de Cajamarca, 2020. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2021.

[citado el 12 de enero de 2023] Disponible en:
<http://65.111.187.205/handle/UPAGU/1456>

17. Bustamante J. Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal al movilizar pacientes, Hospital Belén de Trujillo. 2021 [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/16434>
18. López Peña CR, Cotera Sedano MDP. Nivel de Conocimiento de Mecánica Corporal y Aplicación en el cuidado del paciente en enfermeras del servicio de Medicina del Hospital Nacional Ramiro Prialé Prialé Huancayo 2019. Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt; 2020. [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.urosevelt.edu.pe/handle/20.500.14140/196>
19. Godoy A. Conocimiento y práctica de la mecánica corporal en el personal de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano – 2018. Universidad de Huánuco; 2019. [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/2267>
20. Rivera G. Conocimiento y aplicación de mecánica corporal de enfermeras del centro quirúrgico del hospital de Tingo María 2017. Universidad Alas Peruanas; 2018. [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/6547>
21. Tisoc J. Nivel de conocimiento en pacientes afectados de tuberculosis en el Centro de Salud María Teresa de Calcuta. Enero - Junio 2015. Universidad Ricardo Palma; 2016. [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/467>
22. Sánchez J, Aguayo C, Galdames L. Desarrollo del conocimiento de enfermería, en busca del cuidado profesional. Relación con la teoría crítica. Revista Cubana de

- Enfermería [Internet]. 2017 [citado el 12 de enero de 2023]; 33 (3) Disponible en: <http://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2091>
23. Zanzzi J. Fundamentos teóricos de la mecánica corporal en la movilización de pacientes en el ámbito de enfermería. Más Vita. Rev. Cienc. Salud [Internet] 2020 [citado el 12 de enero de 2023]. 2(1) Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/08/1255331/58-texto-del-articulo-172-1-10-20200430.pdf>
24. Bustamante J. Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal al movilizar pacientes, Hospital Belén de Trujillo. Universidad Nacional de Trujillo; 2021 [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/16434>
25. Arone LP, Becerra G, Zamalloa KS, Jorge CL. Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal de la enfermera en centro quirúrgico de un hospital de Lima, agosto 2016 - marzo 2017. 2016 [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/675?locale-attribute=en>
26. Mccaw P. Principios e importancia de la mecánica corporal. [Internet]. 2018 [citado el 12 de enero de 2023] Disponible en: <https://study.com/learn/lesson/body-mechanics-principles-importance.html>
27. Mimblera M. Clínica de Enfermería Básica [Internet]. 2018 [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/154797667.pdf>
28. EVO Training Institute. Mecánica corporal: qué es y cómo puede ayudar al cuidador a prevenir lesiones [Internet] 2018. [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://evotraining.eu/mecanica-corporal-que-es-y-como-puede-ayudar-al-cuidador-a-prevenir-lesiones/>

29. Pérez JZ. Fundamentos teóricos de la mecánica corporal en la movilización de pacientes en el ámbito de enfermería: Theoretical foundations of body mechanics in the mobilization of patients in the field of nursing. Más Vita. Rev. Cienc. Salud [Internet]. 3 de marzo de 2022 [citado 12 de enero de 2023];2(1):8-15. Disponible en: <https://acvenisproh.com/revistas/index.php/masvita/article/view/58>
30. Ilustre Colegio de Médicos de Guadalajara. Principios de Mecánica Corporal [Internet]. 2022 [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <http://www.comguada.es/principios-de-mecanica-corporal/>
31. Asencios I. Aplicación de la mecánica corporal del personal de Enfermería del Servicio de Emergencia del Hospital III Emergencias Grau. Lima, agosto - octubre 2020. Universidad de San Martín de Porres; 2021. [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/8802>
32. Rodríguez Y. Aplicación de la mecánica corporal en el personal Técnico de Enfermería que labora en el área de hospitalización Hospital Regional Moquegua 2020. Universidad José Carlos Mariátegui; 2020. [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.ujcm.edu.pe/handle/20.500.12819/979>
33. Molina D. Conocimientos, actitudes y prácticas del personal de enfermería del área de hospitalización dos en la prevención de los riesgos músculo esqueléticos Hospital Central Managua. Octubre 2015. CIES UNAN-Managua; 2016. [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unan.edu.ni/7810/>
34. Cruz E. La alineación corporal y la buena postura [Internet]. Promedicas La Paz. 2022 [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://promedicas.mx/lapaz/articulos/la-alineacion-corporal-y-la-buena-postura/>

35. Jiménez P. El equilibrio y su importancia en la actividad física. Pontificia Universidad Católica del Perú. [Internet] 2013. [citado el 16 de julio de 2022] Disponible de: <http://deportes.pucp.edu.pe/tips/el-equilibrio-y-su-importancia-en-la-actividad-fisica/>.
36. Seminario M. Capacidad funcional y riesgo de caídas en adultos mayores del centro integral de atención al adulto mayor Chulucanas, 2018. [Tesis de titulación] Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2018 [citado el 16 de julio de 2022] Disponible de: <http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/556>.
37. BioDic. ¿Qué significa la palabra movimiento coordinado ? [Internet]. 2018 [citado el 16 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.biodic.net/palabra/movimiento-coordinado/>
38. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm univ [Internet]. 2018[citado el 16 de julio de 2022]. 8(4). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2011.4.248>
39. De Arco Canoles ODC, Puenayan Portilla YG, Vaca Morales LV. Modelo de Promoción de la salud en el lugar de trabajo: una propuesta. Av Enferm [Internet]. 2019 [citado el 12 de enero de 2023];37(2):230–9. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-45002019000200227
40. Ñaupas H, Mejía E, Novoa E, Villagómez A. Metodología de la investigación científica y la elaboración de tesis. 3era edición. Perú. 2013.
41. Arias F. El Proyecto de Investigación Introducción a la metodología científica. 6ª Edición. Editorial Episteme, C.A. Caracas - República 2012.
42. Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. Metodología de Investigación. Sexta edición. México D.F.: Mc Graw-Hill Interamericana. 2014.

43. Dzul Escamilla M. Diseño No-Experimental. [Internet]. 2013 [citado el 6 de enero de 2023]; Disponible en: <http://repository.uaeh.edu.mx/bitstream/handle/123456789/14902>
44. Rodríguez M, Mendivelso F. Diseño de investigación de Corte Transversal. Rev medica Sanitas [Internet]. 2018;21(3):141–6. Disponible en: <https://revistas.unisanitas.edu.co/index.php/rms/article/download/368/289/646>
45. Carrasco Diaz S. Metodología de La Investigación Científica. [Internet]. 2016 [citado el 6 de enero de 2023]; Disponible en: https://www.academia.edu/26909781/Metodologia_de_La_Investigacion_Cientifica_Carrasco_Diaz_1_
46. Hernández R, Mendoza, C Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education, Año de edición: 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.
47. Huisacayna F, Aguilar Y, Pacheco L. Relación entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal y aplicación práctica en estudiantes de pre- grado de la facultad de enfermería de la universidad nacional “San Luis Gonzaga” de Ica – Hospital Santa Maria del Socorro de Ica - Setiemb. Revista Enfermería la Vanguardia [Internet]. 2020 [citado el 12 de enero de 2023];5(1):3–9. Disponible en: <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/222>
48. Gómez C, Macedo KR. Conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería, unidades críticas - Essalud 2018. Universidad Científica del Perú; 2018. [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.ucp.edu.pe/handle/UCP/598>

49. Arias C, Gabriela K. Lesiones osteomusculares en profesionales de enfermería que no aplican correctamente los principios de la mecánica corporal. 2017 [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/9894>
50. Gomez F. Aplicación de la mecánica corporal y productividad en el personal de salud del Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas Lima, 2017. Universidad César Vallejo; 2018. [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/18396>
51. Weebly. Técnica de la Observación [Internet].2018 [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <http://redacciontextoscientificos.weebly.com/teacutecnica-de-la-observacioacuten.html>
52. López P, Fachelli S. Metodología de la investigación social cuantitativa [Internet]. 2016 [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsocua_a2016_cap2-3.pdf
53. Colegio de Enfermeros del Perú. Código de Ética y Deontología. [Online].; 2009 [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: https://www.cep.org.pe/download/codigo_etica_deontologia.pdf.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Título: “Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023”

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Cuál es la relación entre el conocimiento sobre las generalidades de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023?</p> <p>¿Cuál es la relación entre el conocimiento sobre los elementos de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023?</p> <p>¿Cuál es la relación entre el conocimiento sobre las directrices de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Identificar la relación entre el conocimiento sobre las generalidades de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.</p> <p>Identificar la relación entre el conocimiento sobre los elementos de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023</p> <p>Identificar la relación entre el conocimiento sobre las directrices de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Hi: Existe una relación significativa entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.</p> <p>H0: No existe una relación significativa entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>Hi: Existe una relación significativa entre el conocimiento sobre las generalidades de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.</p> <p>Hi: Existe una relación significativa entre el conocimiento sobre los elementos de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023</p> <p>Hi: Existe una relación significativa entre el conocimiento sobre las directrices de la mecánica corporal y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Conocimiento</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Generalidades de la mecánica corporal</p> <p>Elementos de la mecánica corporal</p> <p>Directrices de la mecánica corporal</p> <p>Variable 2</p> <p>Aplicación de la mecánica corporal</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Alineación</p> <p>Equilibrio</p> <p>Movimiento</p>	<p>Método: Hipotético deductivo</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo de estudio: Aplicada</p> <p>Diseño: no experimental de corte transversal</p> <p>Población, muestra y muestreo</p> <p>La población es de 115 profesionales de enfermería y la muestra de 89 profesionales de enfermería</p> <p>Muestreo</p> <p>Probabilístico aleatorio simple</p> <p>Técnicas: Encuesta Observación</p> <p>Instrumentos:</p> <p>Cuestionario</p> <p>Guía de observación</p>

Anexo 2. Instrumentos

CUESTIONARIO DEL CONOCIMIENTO SOBRE LA MECÁNICA CORPORAL

INSTRUCCIONES: A continuación, usted encontrará una serie de preguntas que deberá marcar un aspa x la respuesta que considere correspondiente.

DATOS GENERALES:

1. Que estudia la mecánica corporal:

- a) Estudio del equilibrio en los seres humanos
- b) Estudio del movimiento y equilibrio de los cuerpos aplicado a los seres humanos.
- c) Estudio del movimiento de los cuerpos.
- d) Estudio de las estructuras de los movimientos.

2. La mecánica corporal consiste en:

- a) Uso eficaz, coordinado y seguro del organismo para producir movimientos y mantener el equilibrio durante sus actividades.
- b) Realización de ejercicios pasivos y activos
- c) Tener momentos relajación durante las horas de trabajo
- d) Uso óptimo de movimientos de los músculos

3. Es uno de los objetivos de la mecánica corporal

- a) Tener una buena posición del cuerpo
- b) Aumentar el gasto de energía muscular
- c) Mantener una buena actitud.
- d) Prevenir complicaciones musculoesqueléticas.

4. El uso de una mecánica corporal adecuada reduce:

- a) Riesgo de lesión musculoesquelético.
- b) El uso de la energía corporal.
- c) Los ejercicios pasivos y activos.
- d) El riesgo del cuerpo en mala posición.

5. Cuáles son los elementos de la mecánica corporal:

- a) Posición, alineación y equilibrio
- b) Alineación, equilibrio y movimientos coordinados.
- c) Postura, equilibrio y base de sustentación
- d) Movimientos coordinados, energía y uso de los músculos

6. Una buena alineación corporal es esencial para:

- a) Que las distintas partes del cuerpo estén sin fatiga.
- b) No generar tensiones indebidas.
- c) Mantener un adecuado equilibrio del cuerpo.
- d) Estar en posición adecuada durante una actividad.

7. Entendemos por equilibrio:

- a) Es el estado de contrapeso y/o sensación de estabilidad.
- b) Funcionamiento óptimo del cuerpo humano.
- c) Es la correcta posición del cuerpo cuando está parado.
- d) Una postura y una alineación corporal adecuada.

8. La capacidad del equilibrio puede verse afectada por:

- a) Que el cuerpo se desestabiliza y podría generar caídas.
- b) Enfermedad, lesión, dolor, medicaciones y la inmovilidad.
- c) Menos trabajo muscular generando lesiones.
- d) La posición que optada será incómoda.

9. Un movimiento corporal coordinado comprende:

- a) La estabilidad, el tono muscular, y el uso del cuerpo.
- b) El uso de los músculos de los miembros inferiores.
- c) El funcionamiento integrado del sistema musculo-esquelético y nervioso.
- d) Funcionamiento de tendones, huesos y articulaciones.

10. Es uno de los principios de la mecánica corporal:

- a) La inmovilidad puede dañar de los músculos.
- b) El movimiento activo produce contracción de los músculos
- c) Los grandes músculos se fatigan más que los pequeños
- d) Los cambios de posición constante generar lesiones.

11. El enunciado: Los músculos tienden a funcionar en grupos más individualmente, pertenece a:

- a) Objetivos de la mecánica corporal
- b) Equilibrio
- c) Principios de la mecánica corporal
- d) Alineación corporal

12. Es una Normas fundamentales de Mecánica Corporal:

- a) Algunos dispositivos mecánicos reducen tensión.
- b) Los músculos tienden a funcionar en grupos.
- c) El desequilibrio genera miedo a caerse.
- d) Preparar el espacio físico donde se realizará la actividad.

13. El enunciado: Utilizar el peso de nuestro cuerpo para facilitar la maniobra de empujar un objeto; corresponde a:

- a) Normas fundamentales de la mecánica corporal
- b) Principios de la mecánica corporal
- c) Movimientos coordinados
- d) Alineación corporal

14. Al pararse correctamente la posición será:

- a) Mantener ambos pies en el suelo.
- b) Los pies deben estar separados entre sí y distribuir el peso en ambos lados.
- c) Reducir la tensión nerviosa de ambos miembros.
- d) Mantener las piernas en ligera tensión.

15. Al levantar y cargar un objeto; cual es el primer paso:

- a) Observar la posición del objeto.
- b) Mantener el dorso recto y equilibrado
- c) Adopte posición encorvada, a fin de reducir flexión dorsal.
- d) Se coloca cerca del objeto o jalarlo con un pie

Fuente: <http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/598/GOMEZ-MACEDO-1-Trabajo-Conocimiento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

CUESTIONARIO DE LA APLICACIÓN DE LA MECÁNICA CORPORAL

INSTRUCCIONES: A continuación, usted encontrará una serie de preguntas que deberá marcar un aspa x la respuesta que considere correspondiente.

Si (3)

A veces (2)

No (1)

N		1	2	3
DIMENSIÓN 1: Alineación				
1	Separa las piernas en dirección del movimiento			
2	Utiliza los músculos de las, piernas en vez de la espalda			
3	Camina con la cabeza y tórax erguidos			
4	Se sienta con su espalda recta, pies y piernas en ángulo 90 grados			
5	Cuando se agacha flexiona las rodillas primero			
DIMENSIÓN 2: Equilibrio				
6	Retira los objetos que impidan movilizar pacientes			
7	Utiliza su propio peso para empujar un objeto			
8	Prefiere empujar un objeto antes que levantarlo			
9	Baja la cabecera de la cama antes de movilizarlo			
10	Para mover un paciente de una camilla a otra se apoya de accesorios			
11	Pide ayuda en casos que sean necesarios para movilizar a pacientes			
12	Empuja la camilla o equipo al transportarla			
13	Mantiene la espalda recta cuando se moviliza			
DIMENSIÓN 3: Movimiento				
14	Separa los pies más o menos 25 a 30 cm. Y adelantando un poco uno de ellos, para ensanchar la base de sostén			
15	Mantiene los pies paralelos entre sí y separados unos 15 a 20 centímetros distribuyendo el peso por igual en ambos miembros.			
16	Planta bien los pies sobre el suelo formando un ángulo de 90° con las piernas			
17	Apoya las manos sobre el objeto y flexiona los codos, inclinándose sobre él, trasladando el peso del miembro inferior colocando atrás al que está adelante y aplicar presión continua y suave.			
18	Se coloca cerca del objeto, colocando un pie ligeramente adelantado como para caminar			

Fuente: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18396/Gomez_RFH.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Anexo 3. Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Este documento de consentimiento informado tiene información que lo ayudará a decidir si desea participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados, tómese el tiempo necesario y lea con detenimiento la información proporcionada líneas abajo, si a pesar de ello persisten sus dudas, comuníquese con la investigadora al teléfono celular o correo electrónico que figuran en el documento. No debe dar su consentimiento hasta que entienda la información y todas sus dudas hubiesen sido resueltas.

Título del proyecto: “Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023”.

Nombre del investigador principal: Diaz Araujo, Esther

Propósito del estudio: Determinar la relación entre Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

Participantes: Profesional de enfermería, Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023.

Participación voluntaria: Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

Beneficios por participar: Los participantes del estudio podrán acceder a los resultados de la investigación.

Inconvenientes y riesgos: Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

Costo por participar: Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

Remuneración por participar: Ninguna es voluntaria.

Confidencialidad: La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

Renuncia: Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

Consultas posteriores: Si tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca del estudio, puede dirigirse a la coordinadora de equipo.

Contacto con el Comité de Ética: Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse al Presidente del Comité de Ética de la ubicada en la 4, correo electrónico:

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido la información proporcionada, se me ofreció la oportunidad de hacer pregunta; y responderlas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente el hecho de responder la encuesta expresa su aceptación de participar voluntariamente en el estudio. En consecuencia le proporciono la información siguiente:

Documento Nacional de Identidad:

Correo electrónico personal o institucional:

Firma