



Universidad
Norbert Wiener

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**“ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON LAS ESTRATEGIAS DE
AFRONTAMIENTO DE ENFERMERÍA EN EL ÁREA COVID DE UN
HOSPITAL DE LIMA NORTE, 2022”**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE
ESPECIALISTA EN ENFERMERIA EN SALUD OCUPACIONAL**

AUTOR:

MANRIQUE FLORES, SHEYLA ANNIA

ASESOR:

MG. VARGAS - MACHUCA, JEANNETTE AVILA

LIMA – PERÚ

2022

Dedicatoria:

El estudio lo dedico a mis padres los que me han brindado su ayuda incondicional ante toda adversidades y a Dios quien hace que todo esto sea posible.

Agradecimientos:

Agradezco de forma especial a la plana docente de la Universidad Wiener quienes convierten nuestras metas en realidad y se esfuerzan en formar profesionales de calidad.

ASESOR:
MG. VARGAS - MACHUCA, JEANNETTE AVILA

JURADO

PRESIDENTE : Mg. Werther Fernando Fernandez Rengifo

SECRETARIO : Mg. Jeannelly Paola Cabrera Espezua

VOCAL : Mg. Miriam Cecilia Bastidas Solis

Índice General

Índice general	iii
Índice de Anexos	ii
Error! Marcador no definido.	
Resumen	iii
Error! Marcador no definido.	
Abstract	iv
Error! Marcador no definido.	
I. EL PROBLEMA	04
1.1 Planteamiento del problema	04
1.2 Formulación del problema	05
1.2.1. Problema general	05
1.2.2. Problemas específicos	05
1.3 Objetivos de la investigación	06
1.3.1. Objetivo general	06
1.3.2. Objetivos específicos	06
1.4 Justificación de la investigación	08
1.4.1. Teórica	08
1.4.2. Metodológica.....	08

1.4.3. Práctica	08
1.5 Delimitación de la investigación	10
1.5.1. Temporal	10
1.5.2. Espacial.....	10
1.5.3. Recursos	10
II. MARCO TEÓRICO	12
2.1 Antecedentes	12
2.2 Bases Teóricas	16
2.3 Formulación de hipótesis	20
2.3.1 Hipótesis general	20
2.3.2 Hipótesis específicas.....	20
III. METODOLOGÍA	21
3.1 Método de la investigación	21
3.2 Enfoque de la investigación	21
3.3 Tipo de investigación.....	21
3.4 Diseño de la investigación.....	21
3.5 Población, muestra y muestreo.....	21
3.6 Variables y operacionalización.....	22
3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	23
3.7.1 Técnica	23
3.7.2 Descripción de instrumentos	23
3.7.3 Validación	23
3.7.4 Confiabilidad	23
3.8 Plan de procesamiento y análisis de datos	24

3.9 Aspectos éticos.....	25
IV. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	25
4.1 Cronograma de actividades.....	26
4.2 Presupuesto	27
V. REFERENCIAS.....	28
ANEXOS.....	29

Resumen

El estrés es una de las principales enfermedades que se presenta en los trabajos en los que se brinda un servicio, así como se resuelven problemas de los usuarios o lidian con alto contenido emocional; una de las profesiones más expuestas es enfermería y en el contexto de pandemia esto ha tenido un impacto altamente negativo, debido a ello, es imprescindible que todos los profesionales muestren e implementen estrategias de afrontamiento para evitar dañar su salud mental en el desarrollo de sus labores en el contexto COVID-19. Objetivo: Determinar la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022. Material. Método: El estudio es de cuantitativo, no experimental, descriptivo correlacional con corte transversal. La población está constituida por un total de 75 enfermeros que trabajan en las áreas COVID-19 de un Hospital de Lima Norte. Para medir el nivel de estrés en estos profesionales se usará la escala de estrés en enfermería con validez 0.97 y confiabilidad de 98%. Para la valoración de las estrategias de afrontamiento se hará uso del cuestionario COPE con una validez de 1.0 y una confiabilidad de 0.743. Los instrumentos serán aplicados vía virtual, con el consentimiento informado. Se efectuará el análisis estadístico descriptivo y correlacional.

Palabras.clave:estrés, estrategia, afrontamiento.

Abstract

Stress is one of the main diseases that occurs in jobs in which a service is provided, as well as how users solve problems or deal with high emotional content; one of the most exposed professions is nursing and in the context of the pandemic this has had a highly negative impact, due to this, it is essential that all professionals show and implement coping strategies to avoid damaging their mental health in development of their work in the COVID-19 context. Objective: To determine the relationship among stress and coping strategies in the nursing staff of the COVID area of a Hospital in Lima Norte, 2022. Material and Method: The approach is of quantitative type, non-experimental design, descriptive correlational and sectional type. The population will be made up of a total of 75 nurses who work in the COVID-19 areas of a Hospital in North Lima. To measure the level of stress in these professionals we will use the nursing stress scale of validity 97 and 98% reliability. For the assessment of coping strategies the COPE questionnaire will be used with a validity of 1.0 and a reliability of 743. The instruments will be applied via virtual, with informed consent. Statistical descriptive and correlational analysis will be performed.

Keywords: stress, strategy and coping

1. EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

El estrés en nuestra realidad es uno de los principales influyentes en el detrimento en el vivir diario de las profesiones de salud. Es así que, en la actualidad el escenario en el que nos encontramos produce una serie de reacciones tanto emocionales, cognitivas, así como conductuales debido a la exigencia que representa laborar en un servicio de alto riesgo de contagio del COVID – 19, así como el temor de contagio a familiares y amigos; la presencia de estos síntomas viene generando graves estragos en la salud y el bienestar de los enfermeros que laboran en estas áreas críticas, sobre todo en la salud mental. (1)

A diferencia de otras profesiones, Enfermería se encuentra expuesto a diversos estresores en el día a día, ya que brinda un servicio de cuidado de 24 horas al paciente lo cual conlleva a el desarrollo progresivo de diferentes alteraciones específicamente en aquellas áreas de atención intensiva o de alto riesgo como lo es COVID-19, tanto por miedo al contagio en el triaje diferenciado de COVID, así como en UCI COVID en el que se permanece por pacientes infectados durante toda su jornada laboral y el riesgo de contagio es potencialmente mayor. (2)

Siendo en especial una preocupación de los trabajadores de las áreas de cuidados intensivos de COVID-19 debido al temor constante que representa el contagio de la infección a familiares, amigos o entre colegas, reportándose un incremento medible en los rangos de ansiedad, estrés, así como síntomas de depresivos, insomnio.(3)

Las estrategias de afrontamiento son aquellas barreras que los profesionales de enfermería poseen o emplean frente a la sobreexposición a estresores como el uso prolongado del EPP, temor de contagio a la COVID a familiares, amigos, así como el miedo a la muerte; usando como barrera el uso de esfuerzos, tanto a nivel cognitivo como conductual con la finalidad de sobrellevar las demandas de forma equitativa a nivel interno como también a nivel externo detectando aquellas situaciones o emociones que representan un riesgo para la salud de profesional, así como en su diario actuar. (4)

Entre los estudios realizados al tema se ubica el ausentismo laboral como una de las estrategias más utilizadas por enfermeros de áreas críticas de UCI COVID, hospitalización COVID, tal como hallazgos en los que el personal se encuentra muy afectado por síntomas de deterioro de su salud mental. (5)

La pandemia de COVID-19 ha representado uno de los más grandes retos para el personal de salud, las altas estadísticas, ausencia de un tratamiento establecido junto a la incertidumbre de si un paciente es positivo o negativo, así como la alta demanda en el servicio de emergencias COVID con pacientes en estado crítico y el desabastecimiento de recursos materiales y humanos creó un escenario caótico en los ambientes de salud que predispone al equipo sanitario a desarrollar estrés en sus diferentes niveles. (6) Los enfermeros que laboran en áreas COVID como respuesta ante este contexto presentan conductas de evasión, auto distracción, búsqueda de ayuda en las religiones, afrontamiento activo y exploración de sustento emocional en las redes de apoyo. (7)

Diversos estudios realizados a nivel internacional demuestran que más del 50% de los expertos en salud, en la emergencia mundial por la emergencia del COVID-19, sufrieron de ansiedad, problemas emocionales, depresión, insomnio y miedo constante. (8)

El estrés desarrollado en el lugar de trabajo necesita intervención de las estrategias de contrarresto adecuadas con la finalidad de enfrentar a aquellas experiencias que deterioran la calidad de vida laboral. Pero en la actualidad, la emergencia sanitaria de COVID-19, tiene un impacto altamente significativo en todos los trabajadores de salud los cuales se enfrentan a diario con estos escenarios dificultosos. (9) La presencia de síntomas como ansiedad, estrés, depresión en enfermeros profesionales que trabajan en las áreas COVID-19 no solo deteriora el estado de salud mental del trabajador, sino también el desempeño diario, así como la aptitud de los servicios que se oferta en estas áreas de cuidado crítico (10)

Frente a este contexto planteado, mana la exigencia de analizar el mencionado inconveniente con el propósito de conocer los niveles de esta enfermedad que presentan las enfermeras de atención en los servicios COVID – 19 que trabajan en un Hospital de Lima Norte y reconoce cada estrategia de contrarresto que vienen tomando en cuenta para hacer frente al estrés.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Existe relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022?

1.2.2 Problemas específicos.

- ¿Existe relación entre el estrés físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022?
- ¿Existe relación entre el estrés psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022?
- ¿Existe relación entre el estrés social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

- Determinar la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Determinar la relación entre el estrés físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022
- Determinar la relación entre el estrés psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022.
- Determinar la relación entre el estrés social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022.

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Teórica

El actual trabajo académico persigue ampliar los saberes en relación al estrés del personal de enfermería, así como reconocer cada estrategia de afrontamiento hacia este en el área COVID, tal como la relación entre estos durante la actual pandemia; con los resultados obtenidos se podrá obtener datos reales sobre estado actual de los profesionales y asumir decisiones para los cuales optimicen su eficacia en la existencia profesional.

1.4.2 Metodológica

La metodología del actual análisis se realiza aplicando un diseño correlacional y de técnica la encuesta que mostrará resultados válidos y veraces, que facilitarán asumir retos y gestión por lado de la dirección en el bienestar del personal.

1.4.3 Práctica

Conforme a la contribución práctica, la investigación busca alcanzar datos exactos y reales a las autoridades correspondientes e implementar nuevos programas de salud ocupacional, así como la dirección estratégica del servicio para mejorar la calidad de vida del usuario interno de los servicios COVID.

1.5 Delimitaciones

1.5.1 Delimitación Temporal

El presente estudio se realizará en el año 2022.

1.5.2 Delimitación Espacial

La investigación se realizará en los servicios COVID, incluyendo en estos al triaje, Hospitalización, así como UCI de un Hospital de Lima Norte.

1.5.3 Recursos

Todos los gastos del estudio serán presupuestados por el autor de la investigación.

2.MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Arcila (11), en el 2021, efectuó un estudio en Colombia, tiene por propósito “instituir cada estrategia de afrontamiento y los rangos de este padecimiento profesional en los recursos humano de salud del hospital. La misericordia de Calarcá. La investigación es de técnica cuantitativa, descriptiva, no práctica; como resultados se obtuvieron que los rangos de estrés de la mayor parte de los colaboradores se ubican en un rango regular con un 33.3%, seguido del 23.3% en nivel muy bajo y muy alto; en el interior de cada estrategia de afrontamiento, la más usada es la centrada en las emociones y un promedio de 3.31 seguidas de las tácticas enfocadas en el inconveniente cuya magnitud es de 2.79, en conclusión se obtuvo una semejanza significativa de las dos mudables.

Cirami, et al (12), en el 2020,. efectuaron el análisis en España, que llevo como finalidad “describir el uso de cada estrategia de afrontamiento al estrés y evaluar la relación de estas con cada rango de esta enfermedad percibidos en el contexto COVID”, el estudio tiene enfoque positivista, correlacional. Dentro de los resultados obtenidos se encontraron tres tipos de afrontamiento: el evitativo, de aproximación y emocional. Encontrándose una reciprocidad positiva en la sintomatología del estrés y cada estrategia de contrarresto, evidenciándose en la prueba Rho = 0,013; $p < 0.01$, también reportándose que cada estrategia de evitamiento queda estando usada con mucha más asiduidad.

Tahara et al (13), en el 2021, realizaron un análisis en Japón, con la finalidad de “determinar los factores de riesgo y estrategias de afrontamiento que podrían reducir el riesgo negativo a la salud mental de los profesionales de salud durante la emergencia de salud debido a la COVID-19 en Japón”. El estudio descriptivo **correlacional** de corte colateral, obteniendo el resultado que el género femenino presenta los niveles más bajos de comunicación con amigos y alta ansiedad asociándose a una peor salud mental. El mayor porcentaje de los encuestados 69,2% eligen una estrategia de afrontamiento de escape y evitación y los participantes con peor salud mental 13.8% tenían más probabilidades de inquirir ayuda social como maniobra de contrarresto.

Comentado [MBS1]: correlacional

Temsa, et al (14), en el 2022 realizaron un artículo en Arabia Saudita, con el objetivo de “valorar el estrés, la resiliencia y cada estrategia de afrontamiento relacionados a la incertidumbre de la SARS-CoV-2 de los trabajadores de la salud durante la primera semana de alerta de la OMS.”, el estudio es de técnica correlativa de corte colateral, obteniendo el efecto que la principal fuente de preocupación del personal es el riesgo de transmitir la infección a los contactos domésticos 57.1%, los servicios de atención médicos abrumados y la falta de equipos durante la pandemia representan el 46.3% y 32.5% respectivamente; el método de afrontamiento más utilizado fue en un 65.8% seguir las pautas de prevención de la transmisión de enfermedades, seguido de aplicar las medidas de distanciamiento social 56.8%. Concluyendo que existe una correlación negativa significativa (coeficientes beta no estandarizados -0,804, -0,742, valor de $p < 0,001$).

2.1.2 Antecedentes nacionales

Aranda et al (15), en el 2021, efectuaron un informe con la finalidad de definir el vínculo en el estrés del trabajo y estrategia de afrontamiento en cada enfermera del servicio COVID-19, Hospital-de Huacho. 2021. El estudio es de modelo básico, de rango expresivo - correlativo, de orientación cuantitativa, no práctica - colateral. Obteniéndose el efecto de la técnica de Rho de Spearman la significación de $0,009 < 0,050$ y un factor de 0,366, estando estimado como un vínculo significativo y de modelo positivo débil. Concluyéndose la existencia de un vínculo en el estrés y cada estrategia de contrarresto en cada enfermera del área COVID-19.

Melgarejo et al (16), efectuaron un análisis en Lima, 2022, con el fin de “indicar la relación que existe en el rango de estrés y cada estrategia de afrontamiento de los enfermeros en emergencia COVID”, realizaron un estudio de técnica descriptiva de corte colateral y anteproyecto correlativo. Encontrando que cada enfermera que trabajan en emergencias COVID, el 64.8% expone un rango elevado de estrés laboral, mientras un 35.2% en una condición moderada y ninguna en rango medio; conforme a la condición de la naturaleza física es el componente que más estresa, mientras que el ambiente psicológico es responsable del nivel medio junto al ambiente social. Respecto a las estrategias de afrontamiento predomina la condición buena y un 67.6%, seguida de la condición moderada de 32.4% y ninguna de condición mala. Obteniendo como conclusión que hay un vínculo significativo inverso en la condición estrés laboral y cada estrategia de contrarresto. Concluyendo la

existencia de un vínculo significativo pero inverso $-0,683$ en el estrés del trabajo y estrategia de contrarresto en cada enfermero profesional en urgencias. COVID.

Chávez (17) realizó un estudio en Perú, 2021, con el objetivo. “determinar la analogía del estrés y cada estrategia de afrontamiento de los profesionales en los servicios de urgencias COVID, IPRESS estatal, 2021”. Realizó un estudio de anteproyecto no práctico, con orientación cuantitativa y de condición descriptiva correlativa. Encontrando un 63.3% de colaboradores que tiene estrés laboral agudo, en tanto, el 27.2% tiene estrés del trabajo regular y el 9,2% tiene estrés-laboral escaso; en cuanto a las estrategias de afrontamiento el 64.4% de colaboradores tiene un afrontamiento importante elevado, en tanto, el 25.1% tiene el afrontamiento estratégico regular y el 10.3% estrategias de afrontamiento bajas. Concluyéndose que cada variable de estrés laboral y estrategia de contrarresto hay una similitud positiva elevada.

Camiloaga (18), en el año 2020, realizó un estudio que lleva por propósito “establecer el vínculo existente en el estrés y contrarresto en cada enfermera de la atención de emergencias COVID-19 Hospital Scippa-Lima. El estudio responde a un anteproyecto no práctico, de técnica básica, colateral y de rango relacional. En los resultados se encontraron que el 78% de los profesionales de enfermería son contratados; el 48% mostro un rango elevado de estrés, el 52% tango regular y 88% de enfermeras mostro un contrarresto medio, 8% buena y 4% un afrontamiento malo. Llegando a la conclusión que no hay vinculo entre el estrés y contrarresto ($p=0.424$).

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Estrés

La terminología estrés se presenta en un inicio en manuscritos del siglo XIV dando referencia a la dureza, tensiones, adversidades, con posterioridad, a finales del siglo XVIII el mismo término es usado en la física para demostrar la presión provocada dentro de un organismo como resultado de una presión del exterior y que ocasiona distorsiones en este; el vocablo en mención persiste en el siglo XIX el cual fue utilizado como referencia de detrimento de salud (19). Es ya en 1932 donde W. Canon sostiene que el estrés es como la variación de la homeostasis ante diversas incitaciones, no obstante, fue Hans Selye en el año 1936 quien definió al estrés como “aquel grupo ordenado de aquellas reacciones funcionales que se dan al sufrir cualquier algún tipo de estímulo nocivo. Últimamente Chrousos y Gold igualmente describen al estrés como aquel estado de homeostasis la cual se encuentra amenazada y con la capacidad de producir respuestas fisiológicas. (20)

Por su parte, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) describe al estrés, como parte de una reacción-física, así como psíquica que altera directamente al habitual desarrollo provocando una pérdida del equilibrio emocional en la persona, tal como su capacidad de enfrentar las demandas solicitadas. (21)

El estrés es un suceso usual en la colectividad, y de manera constante nos afrontamos a recientes retos o desafíos en la existencia profesional y particular. En el ambiente laboral, compromisos, cambio constante, medidas dificultosas, recientes requerimientos laborales, etc. Se logran transformar en diversos

principios de estrés para los profesionales en el presente. Por ello, captarlas y saberlas identificar a cada señal de estrés y formar tácticas concretas progresivamente significativas a fin de exterminarlas en cada organización y los colaboradores. Las presiones laborales en epidemia en el mundo perturban la salud física y mental al grupo de la salud, de manera especial a enfermería. De acuerdo a Cremade, el estrés sucederá en las salas de emergencia, UCI. y en quirófano. Lo cual se debe a algunos componentes de estrés, entre ellos la demasía de responsabilidades significando un alto sentido de compromiso, escasas de recurso humano y de tiempo a fin de concluir las labores de enfermería. Las personas estarán cansadas y tendrán un desempeño incompleto, rendimiento laboral, ausentismos y desamparo de su profesión (22).

2.2.1.1 Estrés laboral en enfermería

La American. Nursing. Association, manifiesta que:la carrera de-enfermería alcanza el análisis y el procedimiento de los individuos alrededor a sus dificultades de salud, así como los de peligro y cada potencial. Dichos hechos hacen que el progreso de la carrera de enfermería, se de en un ambiente en el que diariamente brinda atención directa a individuos con sufrimientos físicos y psicológicos. De allí que es usual ubicar ciertos enfermeros con bajas motivaciones, bajos rendimientos, detrimento de los tratos que brindan, creando ciertas veces problemas e insatisfacciones. El motivo del estrés-en enfermería no-se puede imputar a un solo componente o a un solo estresor, sino, a

la adición de cada condición estresante la cual somete al enfermero a una insuficiencia de medios para enfrentar a dichos contexto estresante.

(23)

Hay contextos los cuales logran aumentar el estrés laboral en cada trabajador; como son los casos de las emergencias sanitarias ocasionadas por el COVID-19 en la cual se halla el ambiente en el presente, si ciertamente el recurso humano sanitario queda con costumbre a laborar presionado, en dicho contexto se adicionan contextos laborales inadecuados, el temor al contagiarse, el miedo a ser excluidos, sentimiento de fracaso, el apartamiento de la familia, el agotamiento del organismo y psíquico, y varios otros que logren perturbar su salud psíquica desencadenando situaciones complicadas de gravedad de estrés los cuales perturban no solamente su desempeño en el trabajo sino así mismo en la eficacia de su existencia. (24)

Las estrategias respecto al afrontamiento del estrés

El padre de la investigación del estrés, Hans Selye en 1956 definió este término quien menciona que el estrés es un tema de interés médico, social, científico, antropológico, psicológico e inclusive zoológico. Acerca de la mecánica de este fenómeno el cuerpo reacciona frente al estrés psicológico, sea como estímulo el cambio, amenaza o presión. (25)

Se dice del estrés, en el momento en que las estimulaciones son dañinas, amenazantes o ambiguas. Se ha creado, por tanto, el estrés

como incitación, si bien conteniendo su efecto o impactos en el individuo. Además, teniendo en consideración como una incitación o aglomerado de estimulaciones, contextos los cuales son del exterior al sujeto, en general con particularidades de manera afectiva negativa. Quepa proporcionar de ello una exegesis cognoscitiva, y de proceso de las informaciones, precisándose en: "una demasía o diversidad de estimulaciones los cuales el sujeto no logra colocar en proceso de modo correcto". (26)

2.2.1.1 Teorías en el afrontamiento al estrés

a. Teoría de Hans Selye

El estrés es acreditado en "respuestas fisiológicas inespecíficas", ante las experimentaciones de contextos que estresan, revelando tres fases de reacciones, las que se denominan etapas de los indicios generales de acomodamiento:

Fase de alarma

Esta constituida por los avisos claros del aspecto de un representante que estresa. Pudiendo suceder que, estando descubierto el contexto que estresa, el individuo logra enfrentarlo y solucionarlo de manera satisfactoria, no obstante, suceden diversos asuntos en los cuales el parapeto que estresa consigue superarlo al individuo, de manera que lo ubica en un contexto dinámico y presto donde viabilice la

protección de una contestación de agresión o de escape con enfoque a la restitución de la medida perdida o amenazada.

Fase de agotamiento

Sucede en el momento en que el cuerpo adopta sus medidas y desperdicia su magnitud dinámica o ajuste de cada esfuerzo de cada fase anterior no resultando suficiente, es indicar que, se producen solamente si la incitación que estresa es continua o se repite de manera frecuente. (27)

b. Teoría transaccional de Lazarus y Folkman en el estrés

El modelo transaccional contempla al sujeto y al ambiente en relaciones bidireccionales, dinámicas y recíprocas”, dicha hipótesis plantea como cada proceso de interacciones a: Las evaluaciones cognitivas y el contrarresto.

Las evaluaciones cognitivas son procesos que determinan pues y hasta donde un vínculo establece o sucesión de vínculos entre el sujeto y los entornos estresantes. Los afrontamientos son procesos mediante el cual el sujeto conduce cada demanda de los vínculos sujeto - naturaleza como estresantes y cada emoción que lo mencionado crea. (28)

Evaluación Primaria

El propósito primordial es valorar cada consecuencia de contextos o incitaciones que se le presentan a un sujeto y se distingue 3 variedades: Irrelevantes, Benignas-positivas, estresante.

Evaluación secundaria

Ocurre en el momento en que el sujeto se localiza en una comparación que estresa, en el que deberá examinar cada recurso y estrategia adecuada a fin de enfrentar al mencionado contexto.

Reevaluación

Se reseña a que el sujeto efectúa una reciente valoración de un contexto metiendo en la valoración inicial en fundamento a recientes informaciones, y éste en capacidad de cambiarla de manera completa.

2.2.1.2 ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Cada estrategia de contrarresto brinda ayuda en las circunstancias de cuidado, la manera, el modo del cual organiza el tiempo, conjunto de ayuda social, ara elevar su nivel de vida. Cuando esta relación se repita el uso de estrategias de afrontamiento activas que dan buenos resultados, aumentará, en el individuo la sensación de sentirse efectivo en su tarea y la percepción de autoeficacia. Estas también presentan vías positivas, en las cuales se pueden incluir:

La primera se enfoca en el inconveniente mientras la otra enfocada en cada emoción son de varias circunstancias a las que enfrentan día a día los profesionales de salud, la persona expresa cambios físicos

que conllevan al deterioro de la salud, el estrés laboral puede darse de igual manera como una desfavorable manteniendo un buen nivel de activación fisiológica para encarar la situación estresante, por ejemplo la llegada de un paciente con graves problemas de salud, la cual requiere habilidad física, como intelectual y emocional.(39)

Las estrategias de afrontamiento son las acciones del rescate de la ecuanimidad en cada relación del individuo en su ambiente, el afrontamiento sería el proceso que el individuo pretende conducir la discordancia entre cada demanda que se contempla del contexto en las labores que pueda apoyar al individuo a realizar cambios su discernimiento del contexto, aceptar con resignación, escape y evitarla. Los afrontamientos fueron descritos y analizados de manera conceptual de distintas maneras. Una de las más usuales diferenciaciones hipotéticas es la cuales diferencian las maniobras de cada estilo de contrarresto. En el momento en que esas maniobras de contrarresto se usan de manera usual a fin de enfrentar a los inconvenientes departiríamos de cualidades de afrontamientos. (30)

Los mencionados conforman magnitudes más extensas; se trataría de propensiones prácticas a realizar unas u otras maniobras de afrontamientos. Hay cada disposición personal a fin de contestar al estrés con cada estrategia más que con la demás. También, hay escritores que tienen en consideración que ciertos individuos poseen más espectros de medios de afrontamientos que otros. Cada recurso de

afrontamientos son particularidades propias y de conducción colectiva en los cuales se basan las personas a fin de enfrentar a cada estresor, como las percepciones de manejo, las autoeficacias o la razón de la tranquilidad. Los afrontamientos adecuados a un concluyente contexto conllevan óptimos rangos de ajustes y acomodo al entorno. (32)

2.2.1.3. Modos de afrontamiento

Asumimos dos modelos de afrontamientos: la manera de afrontamientos dirigidos a las emociones los cuales vendrían a ser transcurros cognoscitivos garantes de menguar el rango de alteraciones emocionales e incluyendo maniobras como el de impedir, menguar, separar, mostrar cuidado selectivo, comparación positiva y sacar valor positivo de cada evento negativo, esta manera de afrontamientos son usados frecuentemente con el propósito de resguardar las esperanzas y de tal forma no admitir lo peor y proceder quitándole cuidado a cada suceso estresante sucedido. (33)

Este tipo de estrategias están dirigidas a reducir o excluir ciertas resistencias sentimentales, los que se liberan del origen que estresa, en el contexto presente como la enfermedad del COVID-19, en el interior de dichas maniobras se toman en consideración la indagación de soportes emocionales, el que residirá en la indagación de una ayuda de modelo moralista y las empatías de los otros, si realizamos un cotejo por cada género, se ha contemplado en distintos exámenes en los cuales las que más usan de este modelo de maniobra son el género femenino.

Así mismo es estimado en el interior de este modelo de afrontamiento a las reinterpretaciones positivas y progreso particular, el que valorara el inconveniente de modo positivo, imputando cada cualidad favorable de la propia práctica estresante, salvando de manera general sus particularidades positivas, de la misma manera que la indagación de soportes emocionales esta es más usada por el género femenino. (34)

Entre las estrategias de afrontamientos centradas en las emociones se plantean las siguientes:

- Uso de apoyo emocional: lograr cierta ayuda sentimental, el cual logra ser de apego y de entendimiento.
- Apoyo instrumental: buscar apoyar, consejos, informaciones a individuos los cuales son convenientes en relación a lo que debería realizar.
- Reinterpretación positiva: buscar de manera perenne la parte positiva y propicia de cada problema y pretender progresar y optimizar desde el contexto.
- Aceptación: aceptar el acontecimiento de lo cual queda sucediendo, de que es existente y no lograra ser alterado.
- Religión: propensión a marchar hacia las religiones en instantes estresantes, incrementar cada participación en acciones de modelo religioso.
- Modo de afrontamientos dirigidos a los problemas: poseen como propósito el de indagar procedimientos a cada problema, así mismo

tener en consideración a dichos procedimientos por medio de costos beneficios, elecciones y empleo de los mismos. En dicha manera se proporciona la colaboración de distintas acciones entre ellas: las planificaciones, las acciones directas, la indagación de apoyo, la exclusión de acciones determinadas y la complicación de actividades a través de un extenso espacio de tiempo. (35)

Los afrontamientos pueden tenerse en consideración en un modelo de suceso no de manera directa contemplable, el cual intenta calcularse, y para lo que se manejan acercamientos indirectos. Las estrategias dirigidas al problema son acciones directas, en el contexto COVID-19 las encontramos como conductas reales que la persona realiza con la intención fija de resolverlo, para lo cual buscara alternativas de solución, evaluando sobre todo su beneficio. En cambio, el afrontamiento dirigido a la emoción, serán acciones paliativas las cuales la persona intenta disminuir su angustia y la minimización de sus efectos psicológicos, este posee el objetivo regular las respuestas emocionales que el inconveniente está generando, logrando cambiar el significado de lo que está aconteciendo. (36)

El afrontamiento en los tiempos de pandemia

El afrontamiento al estrés se ha relacionado de manera significativa al instante de menguar la angustia, en lo que piensa que los componentes a tener en cuenta son aquellos protectores para el ser humano. El confinamiento por Covid-19 aun no pudo ser mitigada, por lo que los

impactos en la sanidad mental de los individuos pueden ser de mediano y hasta largo plazo. El autor realizó un estudio donde se evidencia que la forma de hacer frente al estrés más utilizada durante la pandemia por Covid-19, son las auto distracciones, los afrontamientos activos, la usanza de religiones y la indagación de ayudas emocionales. (37)

Cada estrategia de afrontamientos frente a este contexto actual de estrés, será la clave para poder reducir los altos índices de ansiedad y depresión, se debe de aprender a desplegar maniobras las cuales nos consientan estar pertinentes con los demás individuos, sobre todo con los que nos generan un apoyo emocional, es importante también mantenerse activos físicamente, una alimentación saludable, buenos hábitos de vida, como el sueño y disminuir la cantidad de sobreinformación de medios de comunicación, y apenas se observe signos y síntomas de afectación en la salud mental, será indispensable la indagación de ayuda experta para procedimiento de inconvenientes de ansiedad, depresión y estrés. (38)

2.3. HIPÓTESIS

2.3.1 Hipótesis general

Hi Existe relación directa entre el estrés y las estrategias de afrontamiento, en el personal de enfermería del área COVID de un hospital de lima norte, 2022.

2.3.2 Hipótesis específicas

Hi Existe relación directa entre el estrés físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de lima norte, 2022.

Hi Existe relación directa entre estrés psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de lima norte, 2022.

Hi Existe relación directa entre el estrés social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de lima norte, 2022.

Comentado [MBS2]: Colocar Hi a cada hipótesis

3.METODOLOGIA

3.1 Método de la investigación

El procedimiento utilizado en la actual investigación es de tipo hipotético deductivo, debido a que se busca obtener como resultado final una conclusión a partir de las diferentes proposiciones planteadas. (39)

3.2 Enfoque de la investigación

El enfoque que se usó fue el cuantitativo pues se hará uso de referencias estadísticas en el proceso de las informaciones, así como las variables serán medidas y cuantificadas. (40)

3.3 Tipo de la investigación

El estudio responde al tipo observacional, ya que no se manipula con alguna de las variables en estudio. (39)

3.4 Diseño de la investigación

El estudio es de diseño correlacional debido a que se busca describir la relación entre las variables. (41)

3.5 Población muestra y muestreo

3.5.1. Población

Está conformado por enfermeros profesionales los cuales trabajan en el área COVID de un Hospital de Lima Norte; con una población de 75 enfermeros profesionales.

Criterios de inclusión

Dentro de los criterios para la inclusión se considerarán a aquellos profesionales que laboren en áreas COVID-19.

Profesionales que voluntariamente deseen participar de la investigación y firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

Dentro de los criterios para la exclusión se considera lo siguiente:

- Personal técnico y/o internos de enfermería, pasantes.
- Personal que se encuentre de vacaciones, descanso médico.

3.5.2 Muestra

Se considerará a la totalidad de la población por ser una cantidad reducida.

Comentado [MBS3]: Quitar coma

Comentado [MBS4]: Se trabajara con la población por ser finta corregir

3.6 Variables y operacionalización

Variable 1: Estrés

Definición operacional: El estrés será medido mediante un cuestionario que el cual recoge las reacciones de las enfermeras que laboren en IPRESS, áreas COVID, haciendo uso de su clasificación según dimensiones: estrés psicológico, estrés físico y estrés social. (42)

Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición	Escala Valorativa
Estrés físico	Sobrecarga en el trabajo Cambio de puesto laboral	Ordinal	Alto 102-136 puntos
Estrés psicológico	Sobrecarga mental Contacto con la muerte		Medio 68-101 puntos
Estrés social	Ambiente laboral Comunicación inefectiva Liderazgo		Bajo 34-67 puntos

Variable 2: Estrategias de afrontamiento

Definición operacional: Las estrategias de afrontamiento se miden mediante un cuestionario el cual permite recoger la información respecto a las medidas que utilizan los enfermeros para aliviar o hacer frente al estrés y conservar el equilibrio emocional, según clasificación de dimensiones: afrontamiento enfocado en el problema y afrontamiento enfocado a la emoción. (43)

Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala Valorativa
Afrontamiento dirigido al problema	Revaloración Positiva Seguimiento de consejería y ayuda Análisis Lógico Resolución de problemas	Ordinal	Adecuado 65-96 puntos
Afrontamiento a la emoción	Reevaluación positiva Huida cognitiva Desenvolvimiento de las emociones Seguimiento de apoyo comunitario Seguimiento de ayuda especializada Espiritualismo. Reacción agresiva		Moderado 33-64 puntos Inadecuado 24-32 puntos

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

El método a realizar para recoger los datos es la encuesta para ambas variables.

3.7.2 Descripción de instrumentos

Instrumento 1

Escala para medir el estrés de los profesionales de enfermería

Para la valoración de la variable estrés se usará como herramienta el cuestionario de la Escala de Estrés de Enfermería (Nurses Stress Scale) elaborado por Graytoft y Anderson en 1981(42).

La escala de estrés de enfermería cuenta con 34 enunciados clasificados por sus tres dimensiones de la siguiente manera: estrés físico con 4 enunciados, estrés psicológico con 20 enunciados y el estrés social con un total de 10 enunciados. Se valora del 0 al 4 con los indicadores Siempre, Casi Siempre, Casi nunca y Nunca.

Instrumento 2

COPE – Instrumento para valorar las estrategias de afrontamiento de los profesionales de enfermería

Para realizar la valoración de la variable estrategia de afrontamiento se hará uso del cuestionario COPE. (Coping Estimation) que fue hecho por

Carver, Scheier y. Weintraub en 1989; para luego ser adaptado en Perú en 1996 por. Casuso.

COPE está constituido por 24 enunciados, en los cuales se propone un orden de respuestas tipo Likert; cuenta con dos dimensiones: la estrategia que está enfocada en el, problema que abarca las siguientes esferas: valoración, positiva, seguimiento a la orientación y ayuda, análisis lógico, solución a los problemas; por otro lado, la estrategia enfocada en emociones abarca la reevaluación positiva, evitación cognitiva, expresión. emocional, búsqueda de soporte social, profesional y espiritual con la reacción agresiva.

Los rangos sostenidos para el procesamiento de los datos son los siguientes: Estrategias de afrontamiento Inadecuadas (24-32), Estrategias de afrontamiento Moderadas (33-64); Estrategias de afrontamiento adecuadas (65-96). (45)

3.7.3 Validación

Instrumento 1

Respecto a la validez se obtuvo un valor de kaiser-meyer-olkin 0.97 para la escala de estrés en enfermería. (42)

Instrumento 2

El instrumento COPE fue analizado por validez de contenido obteniéndose una validez de 1.0. (8)

3.7.4 Confiabilidad

Instrumento 1

La escala de estrés de enfermería obtuvo ante el examen de confiabilidad de Alpha de Cronbach un coeficiente de 0,733. (42)

Instrumento 2

El instrumento ha sido sometido a la prueba de fiabilidad del Alpha de Cronbach donde se obtuvo un coeficiente de 0.743.(45)

3.8 Procesamiento y. Análisis de datos

El estudio expondrá al equipo del comité de ética de la UPNW donde se evaluará para su respectiva aprobación. Una vez aceptado el proyecto se presentará al área de Docencia e investigación en el Hospital de Lima Norte pidiendo su conformidad a fin de poder ejecutarlo, en el que se regularizará con Jefatura de Enfermería a fin de que nos proporcione el envío de los cuestionarios virtuales por Google formulario a todo el personal de enfermería haciendo uso de sus correos personales, así como mantenernos en contacto con los profesionales frente a una duda respecto a su resolución; realizando así la ejecución de los cuestionarios y la recopilación de la información.

El procesamiento de los datos se realizará haciendo uso de programas como el SPSS v.25, así como el informe Excel resultado del formulario Google como base de datos para proceder a realizar el análisis.

3.9. Aspectos éticos

El actual estudio tiene presente la importancia del aspecto ético para su elaboración, por lo cual se aplicará el documento legal consentimiento, informado ya que la recolección de datos involucra datos personales de los encuestados. En cuanto al involucramiento de cada principio bioético tenemos:

Principio de beneficencia

El estudio tiene una finalidad de promover y contribuir al bienestar de los enfermeros profesionales de un Hospital de Lima Norte mediante la obtención de datos reales y actuales sobre el estado en el que se encuentran.

Principio de autonomía

La investigación garantiza que realizar los cuestionarios es de libre elección por parte de los participantes, así como la elección de las respuestas según consideren personalmente, así como libre decisión de ser parte o no del estudio, para ello se aplicará el documento legal: consentimiento informado.

Principio de Justicia

Implica este principio debido a que la metodología utilizará es para todo el personal seleccionado sin distinción alguna.

Principio de no maleficencia

Se prioriza con total seguridad la protección de los datos recogidos, así como el buen uso de los mismos con fines académicos descritos anteriormente, así como la confidencialidad de cada uno de ellos.

4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1. Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2022																			
	marzo				abril				mayo				junio				julio			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Identificación de la realidad problemática	x	X																		
Búsqueda Bibliográfica			x	x	x	X	X													
Elaboración de la introducción: Planteamiento del problema, marco teórico referencial y los antecedentes internacionales, nacionales			x	x																
Elaboración de la introducción: Justificación del estudio				X	X	X														
Elaboración de la introducción: Objetivos del estudio					X	X														
Elaboración del material y métodos: Enfoque. y diseño del estudio						X	X													
Elaboración del material. y métodos: Población, muestra						X	X													
Elaboración del material y métodos: Técnicas e instrumentos de la recolección de datos						x	X													
Elaboración de material y métodos: Aspectos. bioéticos							X	X												
Elaboración del material y métodos: Métodos. de análisis de información									X	X										
Elaboración del aspecto administrativo del estudio										X	X	X	x							
Elaboración de los anexos del estudio											X	X	x							
Aprobación del proyecto														X	x	x				
Presentación del estudio al comité de ética																x	x			
Ejecución del Estudio																	X	X	x	x

4.2.-RECURSOS NECESARIOS PARA REALIZAR EL ESTUDIO

MATERIALES	2022				TOTAL
	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SETIEMBRE	.S/.
Equipos					
1-laptop	2000				2000
USB	30				30
Internet	50	50	50	50	200
Material					
Bibliográfico					
Libros	250	150			400
Suscripciones a revistas o acceso a material bibliográfico	250				250
Recursos Humanos					
Estadista				500	500
Asesor	250				250
Imprevistos		100		100	200
TOTAL	2830	300	50	650	3630

BIBLIOGRAFIA

1. Tello G. Factores. Psico-sociales y del estrés en el trabajo luego del confinamiento por coronavirus en el personal del Hospital. Tesis de grado de Licenciada en enfermería. Ecuador. Universidad. Estatal del sur de. Manabí. 2021. Disponible. en: <http://repositorio.unesum.edu.ec/handle/53000/3353>
2. Huarcaya V. Consideraciones respecto a la salud psicológica, en emergencia mundial coronavirus. Revista, Peruana de Medicos. 2020. 37:327-334. Disponible en: <https://www.scielo.org/article/rpmesp/2020>
3. Urzúa A. et al. Salud, pasicológica en equipo médico en tiempos de Coronavirus. Revista de medicina de Chile. 2020. 148: 1121-1127. Disponible, en: <https://scielo.conicyt.cl/scielo.php>
4. Aranda, N. et al. Estrés y,las estrategias frente al estrés en enfermería COVID-19, Hospital de Huacho. Tesis de grado, de, licenciada en enfermería. Lima-Perú. 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/76480>
5. Romero L. et al. Recursos de barrera al, estrés y la ansiedad en técnicos de enfermería en confinamiento por pandemia del. Hospital. Militar Central. Tesis de, grado especialista en. Gerencia en Riesgos. Laborales, SST. 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/10656/13978>
6. Lozano A. Efectos de la pandemia por el COVID-19 en la salud mental del equipo medico en. China. Revista de Neuro-psiquiatría. 2020. 83:51-56. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/scielo.php>
7. Mella J. et al. Recursos de afrontamiento en familiares durante el aislamiento, por el coronavirus. Revista. Cienciaamerica. 2020. 9:322-333. Disponible en: <http://cienciaamerica.uti.edu.ec/openjournal/index>

8. Lai J. et al. Factors associated. with. psychological health. among Health Care Professionals. COVID-19. Rev JAMA. 2020. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/>
9. Rivera M. et al Sociographic and clinical factors associated. with COVID-19 pandemic mortality in. hospitalized patients. Plos One. 2020. 15: 6. Disponible en: <https://journals.plos.org/plosone/article>
10. Garcia, J. et al. Salud mental y docencia secundaria en tiempos de confinamiento. Universidad de Guayaquil. Tesis de grado de licenciatura en Psicología. 2021. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/56875>
11. Arcila R. Recursos, de afrontamiento y, rangos de estrés laboral en profesionales del Hospital La Misericordia de, Calarcá. Tesis de grado para obtener el título de psicóloga. 2021. Disponible en: <http://186.28.225.13/bitstream/123456789/5052/1/2021YennyRestrepo.pdf>
12. Ciriami, et al. Estilos al hacer frente al estrés del trabajo en personal de salud COVID-19. Revista de Medicina Humana. 2020. 20: 173-174. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312020000200173&script=sci_arttext
13. Tahara M. et al. Mecanismos de afrontamiento: exploración de estrategias utilizadas por trabajadores de salud japoneses para reducir el, estres durante la crisis en salud. Interntional journal of enviromental research an public health. 2021. 18: 131. Disponible en: <https://www.mdpi.com/937920>
14. Huaman J. Estrés, resiliencia y, estrategias de afrontamiento, relacionados con la incertidumbre de la varianteOMICRON del SARS-CoV-2. Revista médica de

- Trujillo. 2022. 17(1) 003-004. Disponible en:
<https://doi.org/10.17268/rmt.2022.v17i1.4256>
15. Melgarejo, E. et al. Estrés del trabajo y recursos de afrontamiento de los enfermeros COVID-19 del Hospital de Lima. Tesis de grado de Licenciado en Enfermería. Lima. 2022. Disponible en: <http://repositorio.unid.edu.pe/handle/unid/253>
16. Chavez D. Estrés del trabajo y recursos de afrontamiento de los trabajadores del área de emergencia covid -19, IPRESS publica. Tesis de grado de maestro en Gestión en Salud. Lima. 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/86495>
17. Camiloaga M. Distrés y, afrontamiento de enfermeras de las áreas COVID-19, Hospital. Molina. Scippa. Lima. Universidad. Autónoma de. Ica. Tesis de grado de Licenciada en Enfermería. 2020. Disponible en:
<http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/688>
18. Neciosup, L. Distrés, y recursos de afrontamiento, de enfermeras que laboran en áreas Covid-19, Hospital. Privado del. Perú. Universidad Nacional de. Piura. Tesis de grado de Licenciado de Enfermería. 2022. Disponible en:
<http://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/3359>
19. Martínez, M. El Estrés sentido, las bareras al estrés en alumnos de salud. Universidad de. León. Tesis Doctoral. 2010. Disponible en:
<https://www.academia.edu/download/52448959/2009>
20. Morales, A. Estrés del trabajo y la influencia de este en la calidad de servicio brindado por enfermeros a usuarios del Hospital San Luis Otavalo. Universidad. Técnica del. Norte. Trabajo de grado de Especialista en Psicología. 2019. Disponible en:
<http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10031>

21. Delgado, M et al. Estrés, del trabajo y enfermeros de UCI en pandemia. Revista Multidisciplinaria. 4:41-50. 2020. Disponible en: <http://revistas.unesum.edu.ec/index.php/unesumciencias/article/view/308>
22. Irazabal E. et al. Factores, del trabajo estresantes, en enfermeros y la atribución en el conocimiento de la aptitud de cuidado que se brinda, Hospital. General Quito, Ecuador. Universidad. Central de. Ecuador. Tesis de grado de Licenciada en Enfermería. 2019. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/18518>
23. Reyna P. et al. Incidencia entre las formas de vida y el estrés en enfermeros en pandemia. Revista. de, enfermería-Cuba. 37(1). 2021. Disponible en: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4043>
24. Gongora F. et al. Programas Recreativos para. disminuir los rangos del Estrés en docentes. Universidad de los Llanos. 2019. Disponible en: <https://repositorio.unillanos.edu.co/handle/001/1298>
25. Fierro, A. El estrés, el afrontamiento y, la adaptación. Estrés y salud. p. 11-37. 1997. Disponible en: <http://www.preventoronline.com/imagesbd/down/anex6457.pdf>
26. Vila G. Rangos de estrés y tipos de afrontamientos en, discapacidad. Universidad. Nacional. San. Agustín. Tesis de grado de. Maestro en Psicología Clínica. 2019. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9501>
27. Berrío N. El estrés académico. Revista, en psicología.. Universidad Nacional de Antioquia. 2011. 3:65-82. Disponible en: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2145>
28. Castaño E. et al. Las estrategias de, afrontamiento y. las formas de comportamiento interpersonal. International Journal. 2010. 10: 245-257. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf>

29. Romero M. Consideraciones en la respuesta al estrés, sobre los procesos de estudio. Universidad de la Coruña. Tesis, doctoral. 2009. Disponible en: <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/1074>
30. Casado M. La ansiedad, el estrés y los trastornos psicofisiológicos. 1994. Disponible en: <https://eprints.ucm.es/id/eprint/2997/>
31. Condori M. et al. Recursos en las técnicas de hacer frente al estrés, ansiedad en un centro asistencial durante la pandemia por covid-19. Juliaca. Universidad Autónoma de Ica. Tesis de grado de Licenciado en Psicología. 2021. Disponible en: <http://repositorio.autonomaica.edu.pe/handle/autonomaica/728>
32. Krzemien D. et al. Aprendizaje comunitario y, recursos de afrontamiento. *Psicothema*. 2004. 16(3):350-356. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/727/72716302.pdf>
33. Neciosup L. El estrés y sus formas de hacer frente en las profesionales de enfermería del área Covid-19, Hospital de Piura. Universidad Nacional de Piura. Tesis de grado de Licenciado en Enfermería. 2022. Disponible en: <https://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/3359>
34. Cuartero N. Características de la personalidad y, las formas de hacer frente al estrés en Enfermería. Universidad de Valencia. Tesis de grado de Licenciado en Psicología. 2017. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=132890>
35. Velázquez L. Estrés en estudiantes de universidad relacionado al confinamiento COVID-19. *Innovación y desarrollo*. 2020. 9(25). Disponible en: <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249>

36. Hernandez R. et al. Metodologías de, la investigación. México D.F. México: Mc Graw Hill. 2018. Disponible en: <https://www.globalciencias.com/index.php/globcien/article/view/11>
37. Arispe C. et al. La investigación, científica. P. 57. 2020. Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30314>
38. Arias F. Introducción a, la metodología científica. 6ta. Fidas G. Arias Odón. 2012. Disponible en: <https://books.google.com/books?hl>
39. S Moscoso M. Mente a Célula. Liberabit. 2009. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272009000200008&script>
40. Milla B. El estrés en el trabajo y sus estrategias, de afrontamiento en, pandemia por la COVID-19 en trabajadores de una clínica. Universidad. Cesar Vallejo. Tesis para grado de. Licenciada en. Psicología. 2021. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/87679/Milla_QBS-SD
41. Cazal J. Nivel de estrés, de enfermeros del Hospital. Dos de. Mayo. Universidad. San. Juan. Bautista. Tesis para grado de. Licenciada en. Enfermería. 2017. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/289257177.pdf>
42. Casuso L. Adaptación, de prueba. COPE formas de afrontamiento en universitarios de Lima. Pontificia. Universidad Católica. 1996. Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/>

ANEXO 1

Título: Estrés y su relación con las estrategias de afrontamiento de enfermería en el área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022.

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema Principal</p> <p>¿Existe relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022?</p> <p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Existe relación entre el estrés físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022? • ¿Existe relación entre el estrés psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022? • ¿Existe relación entre el estrés social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022? 	<p>Objetivo General</p> <p>•Determinar, la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> •Determinar la relación entre el estrés físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima. Norte, 2022. •Determinar la relación entre el estrés psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022. •Determinar, la relación entre el estrés social y las, estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022. 	<p>Hipótesis General</p> <p>Ha: Existe relación directa entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>H1: Existe relación directa entre el estrés físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022.</p> <p>H2: Existe relación directa entre el estrés psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima. Norte, 2022.</p> <p>H3: Existe relación directa entre el estrés social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del área COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Estrés</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estrés físico -Estrés psicológico -Estrés social <p>Variable 2</p> <p>Estrategias de afrontamiento al estrés</p> <p>Ambiente laboral</p> <ul style="list-style-type: none"> -Afrontamiento dirigido, al problema -Afrontamiento en base a la emoción -Afrontamiento, en otros estilos 	<p>Tipo de Investigación</p> <p>El tipo es observacional.</p> <p>Método y diseño de la investigación</p> <p>El método es hipotético deductivo y el diseño es de tipo correlacional.</p> <p>Enfoque de la investigación</p> <p>La de tipo básico de tipo cuantitativo.</p> <p>Población</p> <p>75 profesionales en enfermería del área COVID del Hospital de Lima Norte 2022</p> <p>Modelo</p> <p>Instrumento 1-estrés</p> <p>Para medir la variable 1 se usará la escala de estrés en enfermeras.</p> <p>Instrumento 2-COPE</p> <p>Para valorar las estrategias de afrontamiento se usará el cuestionario COPE.</p>

ANEXO 2 – INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

CUESTIONARIO PARA, MEDIR EL ESTRÉS

Respetable Lic., estamos haciendo un estudio sobre el estrés en el servicio COVID del Hospital de Lima Norte. Anhelamos tener su apoyo en este proyecto, de antemano expresarle nuestro agradecimiento por ser lo más sincera y honesta.

INSTRUCCIONES:

Seguidamente, observará una sucesión de contextos que suceden en modo usual en el espacio en el que labora. Revele la frecuencia con la cual estos contextos le fueron estresantes.

Las alternativas de respuesta son: Siempre = 0, Casi siempre=1, Nunca=2, Casi nunca=3.

Nº	ITEM	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	CASI NUNCA	NUNCA
	FISICO				
1	Tiene que efectuar bastantes labores no vinculadas con su profesión.				
2	Le faltan horas para realizar cada una de sus atenciones concernientes a su profesión.				
3	Fue transferida a otra área con poco recurso humano.				

4	Hay escasos colaboradores para desarrollar de manera adecuada las labores en la atención.				
PSICOLOGICO					
5	Le inquieta dialogar con un enfermo en relación a su deceso posible.				
6	Contempla el padecimiento de ciertos pacientes, le Conmueven.				
7	El deceso de pacientes con los cuales tuvo un vínculo estrecho, le es dificultoso superarlo.				
8	El deceso de ciertos pacientes le entristecen				
9	asume decisiones con relación a un enfermo en el momento en que el médico no está en disposición, la desequilibra.				
10	Si algún paciente le indague algo en lo cual no posee una contestación grata, le causa desilusión				
11	Le falta de ocasiones para decir a otros individuos de su área				

	impresiones negativas hacia cada paciente				
12	No estar preparado para apoyar a la familia de cada paciente en sus exigencias sentimentales, la desmoralizan				
13	La irresolución de no conocer los funcionamientos de un dispositivo específico técnico, lo confunde				
14	La falta de sapiencia para dar ayuda emocional a los pacientes, afectan su situación emocional				
15	Efectúa hechos que serán prácticas intensas para cada paciente, le ocasiona miedo				
16	No saber lo que se logra informar a los pacientes o a sus familiares con respecto a sus condiciones médicas o sus tratamientos, la molesta excesivamente				
17	El temor a realizar errores en el procedimiento de un paciente, la aterra				

18	Posee emociones de culpabilidad al no poseer preparación conveniente para apoyar a cada paciente en el espacio de las emociones				
19	Tiene falta de ocasiones de mencionar de manera abierta con otros individuos de la unidad sobre Inconvenientes vinculados a cada paciente				
20	Tiene falta de oportunidad de mencionar de manera abierta con otros individuos del área en relación a inconvenientes vinculados a cada paciente				
21	El rompimiento de ciertos aparatos técnicos (ordenadores, instrumentos y componente electrónico, etc., le molestan en demasía				
22	La falta de disposición de colaboradores y el cuidado fuera de horario a cada paciente, le hace perder la prudencia				

23	La falta de un galeno al originarse el deceso del paciente, le da temor				
24	La falta de un galeno en urgencias médicas, le causa temor				
	SOCIAL				
25	Posee problemas con algún médico				
26	Ser criticada por algún médico, le irrita				
27	Estar en disconformidad con los tratamientos del médico en los tratamientos de un enfermo, le estresa				
28	Si el médico decreta lo que pareciera ser un proceso no adecuado para un enfermo, Ud. le objeta				
29	Reprocha Ud. las informaciones inadecuadas que proporciona el médico en relación al contexto médico de un enfermo				
30	Posee aprietos con la supervisora				
31	Los problemas al laborar con una enfermera o enfermeras				

	principalmente, de su misma área, mengua su eficacia				
32	Posee escasas ocasiones de colaborar prácticas y emociones con otros individuos de su área				
33	Le es difícil el laborar con una enfermera o enfermeras especialmente, externas a su área				
34	Ser criticada por una supervisora, le ocasiona emociones de rencor				

Gracias por su colaboración

ANEXO 3

CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO - COPE

Instrucciones

Nos interesas saber la manera cómo contestan los individuos en el momento en que se afrontan a diversos modelos de inconvenientes, aprietos o contextos que estresan en sus existencias.

Existen diversas formas de conducir dichos contextos. Estas preguntas te piden revelar cual es lo que tú de manera general realizas o concibes en el momento en que adviertes este modelo de contextos. Consecuentemente, en distintas reacciones en modo distinto, pero pensando qué es lo que normalmente haces tú.

Seguidamente, hallarás una sucesión de aseeraciones en relación a cómo proceder o apreciar en esos contextos. Marca en cada una sí coincide o no con tu misma manera de proceder o apreciar, según lo sucesivo:

1= Cuasi Nunca

2= A veces

3= Frecuentemente

4= Siempre

AFIRMACION	CASI NUNCA	AVECES	USUALMENTE	SIEMPRE
1. Hago acciones agregadas para solucionar el problema.				

2. Busco idear alguna estrategia respecto a lo que debo de hacer.				
3. Abandono otras actividades con el fin de enfocarme al problema.				
4. Me empujo a determinar el instante indicado para realizar algo.				
5. Consulto a otras personas que han pasado situaciones semejantes sobre cómo actuaron.				
6. Comparto mis emociones con cercanos				
7. Investigo el lado positivo de la situación.				
8. Asimilo la convivencia con el problema				
9. Recorro al auxilio de Dios				
10. Me molesto y libero mis sentimientos				
11. Declino a pensar que ello haya pasado				
12. Abandono el efectuar tentativas para obtener mi meta				

13. Me empeño en el trabajo y demás actividades para evitar pensar en el contexto estresante				
14. Enfoco mis energías a realizar frente al problema				
15. Elaboro a detalle el plan				
16. Me enfoco a solucionar el problema y dejo lo demás				
17. No efectúo nada hasta que sea el momento				
18. Busco el consejo de alguien sobre mi proceder				
19. Busco conseguir apoyo de cercanos				
20. Busco pensar en el problema desde una perspectiva diferente				
21. Acepto lo sucedido ya que no cambiará				
22. Deposito mi fé en Dios				
23. Expreso emociones y sentimientos				
24. Pienso que nada ha sucedido				

25. Abandono el seguimiento de mi meta				
26. Me distraigo para evitar pensar mucho en ello				
27. Ejecuto a detalle lo planificado				
28. Analizo mucho el procedimiento a ejecutar				
29. No me distraigo con diversos pensamientos o actividades				
30. Corroboro no agravar la situación por acelerarme				
31. Busco ayuda con alguien informado sobre la situación				
32. Converso sobre mis sentimientos				
33. Asimilo algo de la experiencia				
34. Me educo al pensamiento de que el hecho ya sucedió				
35. Busco el alivio en la religión				
36. Soy consciente que tengo tendencia a alterarme demasiado y muestro mucho mis emociones				
37. Actúo como si nada hubiese pasado				

38. Acepto que no es posible solucionar el problema, y abandono la búsqueda de soluciones				
39. Ensueño estando despierto (a) con situaciones diferentes del problema				
40. Efectúo acciones con el fin de afrontar al problema				
41. Analizo la mejor solución para el problema				
42. Intento evadir aquellas cosas que distraen mi enfoque en la solución del problema				
43. Me autocontrolo para así no acelerarme				
44. Converso con quien pienso que puede ayudarme con el problema				
45. Busco ser comprendido por otra persona				
46. Intento madurar con lo sucedido				
47. Soy consciente de lo sucedido y lo acepto				
48. Rezo mucho más de lo usual.				

49. Enfurezco y lo tengo presente				
50. Suelo decirme que esto no es real				
51. Aminoró el esfuerzo que dedico en la gestión de un problema				
52. Duermo más tiempo de lo usual				

Gracias

ANEXO 4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO – ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE

AFRONTAMIENTO

Se hace invitación a su persona para ser parte en la presente investigación en ciencias de la salud. Previo a tomar una decisión de ser parte o no de la investigación, es necesario que usted conozca y comprenda perfectamente cada una de los aspectos mencionados a continuación:

Nombre del Proyecto: Estrés y su, relación con las estrategias de afrontamiento de enfermería del área COVID del Hospital de Lima Norte 2022

Autor: Sheyla Annia Manrique Flores

Finalidad de la investigación: El propósito de estudio es determinar la relación entre el estrés y sus estrategias de afrontamiento en enfermeros del área. COVID de un Hospital de Lima Norte, 2022.

Beneficios por, participar: El estudio promueve y contribuye al bienestar de los enfermeros profesionales de un Hospital de Lima Norte mediante la obtención de datos reales y actuales sobre el estado en el que se encuentran.

Inconvenientes, y peligros: No existe alguno, solo se pide que responda el cuestionario.

Costo por, participación: No existe algún monto a cancelar, ya que los participantes no realizan pago alguno de ningún tipo.

Privacidad: Toda los datos obtenidos e información que sea proporcionada estará protegida, solo el equipo de trabajo puede conocer. Más allá de ello, las identificaciones no serán públicas en ningún momento.

Resignación: Sea el momento usted decide renunciar o ya no formar parte del estudio, no tendrá ninguna pérdida o sanción frente a los derechos que usted posee.

Consultas, ulteriores: En el caso de presentarse alguna consulta o duda durante el desarrollo de los cuestionarios de la investigación, puede comunicarse con Sheyla Manrique Flores al número de celular 924582875 y correo electrónico manriqueshey@gmail.com.

Respecto al comité de Ética: En el caso de tener alguna pregunta respecto al contenido o acerca de sus derechos en este estudio en calidad de voluntario debe recurrir al comité del equipo de ética del Hospital de Lima Norte.

Colaboración, voluntaria: El ser parte del estudio es totalmente libre y bajo voluntad del profesional, tal como puede desistir de ello según este desee.

AFIRMACIÓN DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Hago declaración confirmando que comprendo todo lo leído, así como de resolver mis dudas respecto a los cuestionarios, no me siento coaccionado, ni mucho menos obligado en ningún momento ha ser parte de esta investigación. Por lo tanto:

- Acepto ser parte de la investigación
- Niego ser parte de la investigación

Fecha:

Firma del profesional de enfermería: