



**Universidad
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
Escuela académico profesional de Enfermería**

Carga laboral y su relación con el estrés en los
internos de enfermería de la Universidad Norbert
Wiener, 2022

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en
Enfermería

Bachiller: Galvez Moreno, Deanne Pilar

Código ORCID: **0000-0003-0484-0499**

Lima – Perú

2022

Tesis

“Carga laboral y su relación con el estrés en los internos de enfermería de la
Universidad Norbert Wiener, 2022”

Línea de investigación

Salud y Bienestar

Asesor(a)

Dra. Susan Haydee Gonzales Saldaña

Código ORCID: **0000-0001-5001-4388**

DEDICATORIA

Esta tesis está dedicada a ti Dios mío, por permitirme culminar con éxito mi tan anhela carrera, darme buena salud y brindarme la fortaleza que necesitaba en los momentos más difíciles de mi vida.

A la memoria de mi padre Zenobio, quien nunca dudo que lo lograría y su gran anhelo que culmine lo que un día empecé.

A mi madre Anselma por su apoyo incondicional, sus consejos, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo, trabajo y valentía, de no temer las adversidades porque Dios está conmigo siempre. Y finalmente a mi pareja a través de sus consejos, de su amor, y paciencia me ayudo a concluir esta meta.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por guiarme en mi camino y por permitirme concluir con mi objetivo.

A mi madre que es mi mayor motivación para salir adelante, por sus consejos, su apoyo incondicional, su paciencia.

A mi pareja por ser mi mano derecha en toda mi carrera, gracias a su amor consejos y respaldo.

Y por supuesto a mi querida Universidad Norbert Wiener y a todas las autoridades, por permitirme concluir con una etapa de mi vida, gracias por la paciencia, orientación y guiarme en el desarrollo de esta investigación.

ÍNDICE GENERAL

	Página
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice general	v
Índice de tablas	ix
Resumen	x
Abstract	xi
Introducción	xii
CAPÍTULO I EL PROBLEMA	14
1.1 Planteamiento del problema	14
1.2 Formulación del problema	16
1.2.1 Problema general	16
1.2.2 Problemas específicos	16
1.3 Objetivos de la investigación	17
1.3.1 Objetivo General	17
1.3.2 Objetivos Específicos	17
1.4 Justificación de la investigación	17
1.4.1 Justificación Teórica	17
1.4.2 Justificación Metodológica	18
1.4.3 Justificación Práctica	18
1.5. Limitaciones de la investigación	19
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	20
2.1 Antecedentes de la investigación	20
2.2 Bases teóricas	23
2.2.1 Carga Laboral	23
2.2.2.1 Carga Física	25
2.2.2.2 Carga estática	25
2.2.2.3 Carga dinámica	25
2.2.2.4 Carga mental	25
2.2.2 Estrés	27
2.2.2.1 Estrés físico	29

2.2.2.2 Estrés Psicológico	29
2.2.2.3 Estrés social	29
2.3. Formulación de Hipótesis	30
2.3.1 Hipótesis general	30
2.3.2 Hipótesis específicas	31
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	32
3.1 Método de la investigación	32
3.2 Enfoque de la investigación	32
3.3 Tipo de la investigación	33
3.4 Diseño de la investigación	33
3.5 Población, muestra y muestreo	33
3.6 Variable y operacionalización	34
3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	38
3.7.1. Técnica	38
3.7.1. Descripción	38
3.7.2. Validación	40
3.7.3. Confiabilidad	40
3.8 Procesamiento y análisis de datos	40
3.8.1 Procedimiento de recolección de datos:	40
3.8.2 Análisis de datos	41
3.9 Aspectos éticos	42
CAPÍTULO IV PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	44
4.1 Resultados	44
4.1.1 Análisis descriptivo de los resultados	44
4.1.2 Análisis bivariado de los resultados	47
4.1.3 Pruebas de Normalidad	49
4.1.4 Pruebas de Hipótesis	50
4.1.3 Discusión de resultados	56
CAPÍTULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	60
5.1 Conclusiones	60
5.2 Recomendaciones	61
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	62

ANEXOS	69
Anexo 1: Matriz de consistencia	69
Anexo 2: Instrumento para recolección de la información	70
Anexo 3: Instrumento para recolección de la información	72
Anexo 4. Consentimiento Informado	75

DOCUMENTO DE APROBACIÓN DE PROYECTO

ÍNDICE DE TABLAS

	Página
Tabla 1. Características personales de los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022...	44
Tabla 2. Nivel de carga laboral en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.....	45
Tabla 3. Nivel de estrés laboral en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022	46
Tabla 4. Distribucion de la carga laboral según el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.	47
Tabla 5. Puntajes de carga mental según el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.	47
Tabla 6. Puntajes de carga física según el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.....	48
Tabla 7. Pruebas de normalidad de la variable carga laboral, sus dimensiones y de la variable estrés laboral.	49
Tabla 8. Relacion entre la carga laboral y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.	50
Tabla . Relacion entre la carga mental y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.....	52
Tabla . Relacion entre la carga física y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.....	54

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre la carga laboral y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022.

Metodología: hipotético deductivo de diseño observacional y transversal; contó con la participación de 120 internos de enfermería de los cuales se seleccionaron 92 internos de la universidad Norbert Wiener matriculados el año 2022, las variables a analizar fueron la carga laboral y el estrés laboral, con sus respectivas dimensiones; lo cual, se llevó a cabo mediante la aplicación de una encuesta y dos instrumentos de medición, Escala de valorización de carga laboral y la Escala de estrés de enfermería NSS ; los estadísticos de prueba para el análisis fueron el coeficiente de correlación de Pearson y la prueba del Rho de Spearman según resultados de normalidad de los datos.

Resultados: la mayoría de internos tuvo edades entre 28 a 34 años (47.8%), son de sexo femenino (88%) y pertenecen al décimo ciclo (88%); expresan un nivel de carga laboral (65.2%) y nivel de estrés (63%) medio. El análisis de relación entre las variables y dimensiones demostró que la carga laboral se relaciona directa y significativamente con el estrés laboral ($p < 0.001$; $r = -0.690$), la carga mental se relaciona con el estrés laboral ($p < 0.001$; $r = -0.725$) y la carga física se relaciona con el estrés ($p = 0.002$; $Rho = -0.325$)

Conclusión: la carga laboral se relaciona directa y significativamente con el estrés que tienen los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener en el año 2022; es decir, cuando la carga laboral es mayor, el interno presenta mayor estrés laboral.

Palabras Clave: carga laboral, estrés laboral, internos de enfermería.

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between workload and stress in nursing interns at Norbert Wiener University, 2022.

Methodology: hypothetical deductive observational and cross-sectional design; It had the participation of 120 nursing interns, of which 92 interns from the Norbert Wiener University enrolled in 2022 were selected. The variables to be analyzed were workload and work stress, with their respective dimensions; which was carried out through the application of a survey and two measurement instruments, Workload Assessment Scale and the NSS Nursing Stress Scale; the test statistics for the analysis were Pearson's correlation coefficient and Spearman's Rho test according to data normality results.

Results: the majority of inmates were between 28 and 34 years old (47.8%), are female (88%) and belong to the tenth cycle (88%); express a medium workload level (65.2%) and stress level (63%). The analysis of the relationship between the variables and dimensions showed that workload is directly and significantly related to work stress ($p < 0.001$; $r = -0.690$), mental workload is related to work stress ($p < 0.001$; $r = -0.725$) and physical load is related to stress ($p = 0.002$; $Rho = -0.325$).

Conclusion: the workload is directly and significantly related to the stress experienced by nursing interns at Norbert Wiener University in 2022; that is, when the workload is greater, the intern presents greater work stress.

Keywords: workload, work stress, nursing interns.

INTRODUCCIÓN

La salud es uno de los pilares de nuestra sociedad, el presente estudio dara a conocer la salud mental a traves de la medicion del estrés laboral que tienen los profesionales de enfermeria “en formación”. Dtaos estadisticos señalan que el estrés laboral en los ultimos tiempo se ha incrementado, lo cual puede ser debido a las exigencias que se desprenden de la globalizacion y por ende los avances cientificos, lo cual presiona a que cada vez busquemos perfeccionarnos en la labor que nos desempeñemos.

Durante la pandemia unos de los gremios que recibio mayor presion y necesidad de cambios drasticos fue la profesion de enfermería; debido a la cantidad de carga laboral y preparacion fisica, cognitica y sobre todo psicologica, que exigia la situación de emergencia nacional; lo cual se ha visto reflejada tambien en los internos de enfermeria. Para lo cual, se ha visto necesario evaluar esta situacion ya que los participantes en este estudio, pertenecen aun a esta etapa de la historia, la pandemia de la COVID 19.

A continuacion se presentaran una serie de capitulos que justificaran y mostraran los resultados de esta investigacion:

En el capitulo I se muestra el problema de investigación, se describe y justifica minuciosamente la necesidad del desarrollo del estudio, ademas presenta la direccion en la cual se desarrolla, mediante los objetivos planteados; asi mismo, se situa la investigacion, señalando la limitaciones que se tuvieron como el tiempo, el espacio y los recursos usados.

En el capitulo II se muestra el marco teorico, capitulo que sustenta conceptualmente el estudio, aquí se observará estudios que presedieron a este y por tanto sirvieron como guia del mismo.

En el capitulo III se presenta la metodologia con la cual se ha desarrollado la investigación, es decir especifica los pasos que se ha seguido antes de la obtencion de resultados, señalando el diseño, la seleccion de la muestra de estudio, las herramientas y estrategias de como se obtuvieron los datos, ademas, del cumplimiento de los aspectos eticos correspondientes a estudios de estas características.

En el capitulo IV se presentan los resultados analizados por medio de procesos estadisticos, es el centro de la investigación, se podra observar los resultados descriptivos y

relacionales de las variables investigadas y de sus respectivas dimension; asi mismo comparar estos resultados con los antecedentes propuesto en el subcapite de discusiones.

En el capitulo V se muestra las conclusiones y recomendaciones del estudio; los cuales han sido redactados luego de un analisis minucioso de los resultados y las discusiones.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

La pandemia por COVID-19 ha generado un alto precio adicional para los profesionales de salud que laboran día a día en las instituciones sanitarias, mostrando la realidad que atraviesan de inseguridad, descuido de su salud y bienestar (1). Durante estos últimos años se ha podido destacar, que los profesionales de salud, se exponen a extensas jornadas de trabajo, uso estricto de protección personal, riesgo de enfermarse por coronavirus, lo cual podría desencadenar estrés laboral en el personal y alguna enfermedad. (2)

Cabe resaltar, que, ante las condiciones actuales de pandemia, la carga laboral en profesionales de salud se ha incrementado, generando problemas de salud físicos, ya que entre un 21 a 32% sufre de hipertensión debido al trabajo extremo; analizando esta situación se tiene que países asiáticos como China presenta una carga laboral alta en el 73%, en Estados Unidos se presenta una carga del 59%; mientras que en México se evidenció en el 75% (3).

Según un análisis realizado en Perú, el 73% de los trabajadores indica un incremento de la carga laboral (4); y en el personal de salud, el 55% aumentaron su carga laboral. (5), generando situaciones de estrés en los trabajadores

Cabe resaltar que el estrés se ha convertido en uno de los problemas más frecuentes en el mundo laboral, en casi todas profesiones, la prevalencia es alta, es así que un 44.1% de médicos y enfermeras padece de este inconveniente (6); según la OMS, estimó que entre el 5% a 10% de trabajadores padecen de estrés laboral, teniendo a países como Suiza (68%), Noruega y Suecia (31%) con mayores frecuencias en Europa (7), y analizando esta situación en la actualidad se ha encontrado altas tasas de estrés en el personal sanitario, especialmente en enfermería (83.3%) (8); otros estudios mencionan una prevalencia entre un 33.9 a 65% (9).

En el Perú en un análisis realizado en el año 2021, en relación a los profesionales de enfermería, se tiene que un nivel de estrés medio (42.2%) a alto (10.8%) (8), y uno de los principales problemas para desencadenar este problema es el incremento de la carga laboral en este grupo poblacional sanitario, ya que día a día los profesionales a incrementar sus horas de trabajo, mayor demanda de población con esta enfermedad; entre otras (10).

Ante esto se encuentra, una estrecha relación entre la sobrecarga laboral y la presencia de estrés en profesionales de salud, principalmente de enfermería; es decir, que elevadas cargas de trabajo, escasa dotación de personal y restricciones de tiempo causa altos niveles de estrés en los centros hospitalarios; y una de cada tres enfermeras registradas con Burnout (estrés producido por el trabajo) fue ocasionado por el aumento de trabajo (55%) (11); extrapolando esta situación a internos de enfermería, quienes son estudiantes que se encuentran en preparación, quienes se encuentran en prácticas pre - profesionales (12), se ha observado que una carga laboral incrementada en un 55% indicando altos niveles de riesgo crónico de estrés. (13)

Este problema, en la actualidad se encuentra afectando la capacidad y calidad de atención asistencial en el interno de enfermería, tal como se ha visto durante las rotaciones

realizadas por parte de los estudiantes de la Universidad en estudio; es decir, que este grupo poblacional día a día alcanza su máximo potencial, durante la horas de rotaciones, ayudando a satisfacer las necesidades del cuidado del paciente; sin embargo, en esta situación de pandemia, los internos vienen realizando labores que suponen un riesgo grave para su salud, ello por presiones sociales y mentales por parte de los enfermeros (as), quienes se encargan de vigilar su accionar. Es común observar que el interno de enfermería viene experimentando presión, miedo, agotamiento, aislamiento y trauma emocional continuo; así como mayores horas de trabajo, atienden más camas e incluso se distribuyen para ayudar a más enfermeros en su labor; lo cual ha generado un aumento del estrés, ansiedad; afectando la forma de atención brindada a los pacientes. Es así que se propone realizar el presente estudio con el propósito de evaluar si efectivamente la carga laboral está relacionada con el estrés en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre la carga laboral y el estrés en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cuál es la relación entre la carga laboral según la dimensión carga mental y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022?

¿Cuál es la relación entre la carga laboral según la dimensión carga física y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación entre la carga laboral y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022.

1.3.2 Objetivos Específicos

Determinar la relación entre la carga laboral según la dimensión carga mental y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022.

Determinar la relación entre la carga laboral según la dimensión carga física y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022.

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Justificación Teórica

El análisis de la investigación está orientado a conocer la frecuencia de carga laboral en los internos de enfermería e identificar a la par los niveles de estrés que tienen; aportando conocimientos objetivos sobre este grupo poblacional; datos que podrán ser difundidos y sociabilizados como parte de la evidencia científica actualizada, principalmente en estos tiempos de pandemia, adicionalmente, la información podrá ser extrapolada y analizada en otros sectores universitarios, que traten de estudiar esta realidad con el fin de introducir nuevas normas que ayuden a generar planes y medios que decrezcan la carga laboral en los internos.

1.4.2 Justificación Metodológica

Desde el punto de vista metodológico, los resultados obtenidos serán útiles como antecedente para otras investigaciones que a futuro deseen conocer la misma realidad; en adición, se propondrán dos instrumentos validados de análisis, los cuales servirán de propuesta para indagar ambos temas en otras instituciones que alberguen internos.

1.4.3 Justificación Práctica

Este estudio es pertinente de realizar dado que, los equipos de gestión de personal en los servicios de enfermería deben de valorar a través de evidencia científica, como está la salud emocional del enfermero; principalmente de los futuros profesionales de salud, como es el equipo de internos, con esta información real, se podrá identificar oportunamente algún problema que pueda abordarse de inmediato para no dejar que se agudice y repercuta en su capacidad para brindar el cuidado a sus pacientes, razón por la cual la presente investigación busca realizar una análisis situacional, con el propósito de promocionar la salud en los internos.

Asimismo, los internos afrontan diariamente eventos de gran intensidad emocional y carga psicosocial, esta situación se podría frenar, si los datos encontrados se puedan difundir a las autoridades no solo del hospital donde los internos realizan sus rotaciones sino también a nivel de la universidad, esto permitirá establecer estrategias que logren menguar estos dos problemas de relevante magnitud.

1.5. Limitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

El proyecto se desarrolló durante el mes de abril del año 2022.

1.5.2. Espacial

La tesis tomó como sede de evaluación la Universidad Norbert Wiener, principalmente la facultad de ciencias de Salud, escuela académico profesional de enfermería en el distrito de Lima, provincia de Lima.

1.5.3. Recursos

El estudio se realizó en internos de enfermería; que cursan el noveno y décimo ciclo, a quienes se les aplicará dos escalas de evaluación, uno para evaluar la carga laboral y otro para medir el estrés laboral.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

Antecedentes internacionales

Birhanu, et al., (2018) en su investigación tuvieron como objetivo "Determinar el nivel del estrés en el lugar de trabajo entre los profesionales de la salud de acuerdo con la carga en el hospital de referencia Felege-Hiwot, Bahir Dar, noroeste de Etiopía" por medio de un estudio transversal, se tuvo como instrumento un cuestionario estructurado que fue aplicado a 198 profesionales de la salud seleccionados de un total de 208, con una tasa de respuesta del 95%. Como resultado, el estudio evidenció que la prevalencia de estrés laboral fue del 68,2%, debido a la carga horaria por semana (50 horas o más por semana) y a los turnos de noche en el centro de labor. En consecuencia, concluyeron que el nivel de estrés laboral entre los profesionales de la salud era alto, debido a las largas jornadas de trabajo y al trabajo en turno de noche (14).

Zhang, et al., (2021) en su investigación tuvieron como objetivo "Aclarar los factores influyentes del estrés percibido y la carga de trabajo en el compromiso laboral de las enfermeras de primera línea durante la pandemia de COVID-19", el estudio fue descriptivo transversal, con la técnica del cuestionario autoadministrado para recoger información sociodemográfica, con una muestra de 1040 participantes profesionales de salud. Por lo que, se observó como resultado que la media de la edad de los participantes

fue de 30.09 ± 5.05 y la media de sus años de trabajo fue de 7.91 ± 5.53 . El 97.30% de los enfermeros eran de sexo femenino, el 79.6% tenían licenciatura y el resto estaba realizando sus prácticas preprofesionales, el 79.6% trabajaban en sala de aislamiento, el 74.23% eran jóvenes y el 51.8% tenían hijos. En cuanto al estrés el puntaje medio obtenido fue de $36,37 \pm 19,28$, lo cual indica un estrés bajo, siendo los indicadores más afectados la incomodidad con el uso del equipo de protección y la lentitud para el control de la infección y en cuanto a la carga laboral el puntaje alcanzado fue de $71,21 \pm 16,11$, considerado como bajo, siendo los indicadores más afectados fueron la demanda mental, el rendimiento y la frustración. la relación del compromiso laboral con el estrés y la carga labora se observó que el compromiso laboral se relaciona negativamente con el estrés y la carga laboral; sin embargo, no se encontró relación significativa entre el estrés y la carga labora ($p=0.429$). Concluyendo que los profesionales de salud de primera línea observan bajo estrés y carga de trabajo y que estos no se relacionan; además, el control de infecciones, la incomodidad y la incomodidad del uso de EPP se relacionaron negativamente con el compromiso laboral de las enfermeras, la demanda mental y el buen desempeño se relacionaron positivamente con el compromiso laboral de las enfermeras. (15).

Kokoroko y Sanda (2019) en su investigación tuvieron como objetivo “Determinar el efecto de la carga de trabajo y el estrés laboral de las enfermeras OPD de Ghana., cuyo estudio fue transversal y tuvo como instrumento un cuestionario aplicado a una muestra de 216 enfermeras. Observando con los resultados altos niveles de carga de laboral asociaron con elevados niveles de estrés laboral en las enfermeras. También, se evidencio que los niveles más elevados de carga laboral se correlacionan con los niveles más elevados de estrés laboral cuando no tienen la ayuda de sus colegas. Concluyendo que, existe un efecto

desfavorable de la alta carga laboral en la salud por estrés de los empleados, siendo el efecto amortiguador inverso la recepción de ayuda de un compañero de trabajo (16).

Antecedentes nacionales

La investigación de **Zelaya (2016)** tuvo como objetivo “Determinar la relación entre nivel de estrés y carga laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Caraz, octubre 2016 – marzo 2017”; se realizó un estudio descriptivo con diseño no experimental de corte transversal; como instrumento se usó la encuesta con una muestra de 25 enfermeras. Como resultados se observó que el 16% (4) de los profesionales de enfermería encuestados del Hospital de Caraz posee una carga laboral baja y el 84% (21) poseen una carga laboral moderada; así mismo, se observó que el 12% (3) de los profesionales poseen un nivel de estrés bajo y el 88% (22) un nivel de estrés moderado. Finalmente se concluyó que la mayoría de los enfermeros presentó un estrés moderado y carga laboral moderada, encontrando relación directa y significativa entre ambas variables ($p < 0.005$) (17).

Vite (2022) en su investigación tuvo como objetivo “determinar la relación de la carga laboral y el estrés en profesionales de salud de áreas COVID-19 en un hospital público de Piura, mediante un enfoque cuantitativo de diseño analítico con una muestra conformada por 150 participantes. Dando como resultado una relación negativa baja entre el número de horas de trabajo y el estrés laboral ($\rho = -0,243$; $p < 0,05$), no hubo relación significativa entre el estrés y el número de guardias y pacientes; además se observó que el estrés fue significativamente más alto en enfermeros menores de 36 años, en el sexo femenino, en los que tuvieron menos de 6 años de experiencia laboral y sin terapia psicológica actual. Por último, se concluyó en que, no existió una relación significativa entre el estrés y la carga

laboral, no obstante, el estrés se relacionó con las mujeres adultas y las jóvenes con menor experiencia laboral (18).

Becerra (2022) en su investigación tuvo como objetivo el “describir la relación entre nivel de carga laboral y nivel de estrés en enfermeros (as) en tiempos de COVID19 en el Hospital Virgen de la Puerta, Trujillo”, su estudio fue de enfoque cuantitativo – correlacional, la técnica seleccionada fue la encuesta, la cual fue aplicada a una muestra de 66 enfermeros (as) de ambos sexos que laboran en el Hospital Virgen de la Puerta, Trujillo. Mostrándose que el 18.2% de los enfermeros (as) tienen un nivel de carga laboral bajo, el 42.4 % un nivel medio y el 39.4% un nivel alto; y en cuanto al estrés, el 9.1% expuso un nivel bajo, el 19.7% un nivel medio y el 71.2% un nivel alto. Dando como conclusión, que la carga laboral tiene una correlación significativa con el nivel de estrés en enfermeros del Hospital de Alta Complejidad Virgen de la Puerta (0.301, $p < 0.0015$) (19).

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Carga Laboral

El trabajo es una diligencia que los sujetos pueden efectuar con distintas intenciones, por acatamiento, gusto o para la provisión de bienes materiales, etc. No obstante, también puede tener otras expresiones como la sumisión, el aprovechamiento, la angustia, el estrés y, en efecto, dificultades de salud.

Las circunstancias laborales existentes abarcan perfiles de fabricación y aporte de servicios con peculiaridades de trabajo rápidas y acrecentadas. Los modelos establecen el incremento de la producción mediante la mezcla de la forma de trabajo, del tipo de cargo y

de la disminución de los periodos de pausa durante el turno de labor; lo cual afecta en la seguridad y salud del colaborador al ser un indicador que genera desgaste (20).

La carga de trabajo es la colectividad de exigencias psico-físicas a los que el personal se ve sometido en su turno de trabajo (21).

Así también, involucra una serie de requerimientos psíquicos y físicos que implica el desenvolvimiento de la acción laboral. Por ello, la carga de trabajo es un elemento de peligro presente en todos los trabajos y en diversas instituciones (22).

La carga de trabajo de enfermería se vincula con las demandas de asistencia de los pacientes y el patrón de cuidado advertido; por ello, disponer de una cuantía apropiada de personal de enfermería permite mejorar dicha carga; asimismo, la falta de profesional incrementa la presión de trabajo y la influencia hacia todas las esferas de una forma cíclica, ya que puede involucrar la calidad de la atención y perturbar la seguridad de los usuarios y colaboradores (23).

Los internos de enfermería en las practicas nosocomiales son proclives a varios productores de estrés como el exceso de trabajo, las consultas tanto al paciente como a familiares, incluido la formación académica, es por ello que los internos utilizan varias formas para superar y procesar el estrés, alguno de ellos generan efectos negativos, como salir del inconveniente, agravios en las acciones hospitalarias, baja comunicación, modificaciones del comportamiento como la apatía, agotamiento precoz, indiferencia a la congoja del paciente, infracción de compromisos, y roles que incumben, involucrada las faltas, poniendo en riesgo la vida de los usuarios (24).

2.2.2.1 Carga Física

Es aquella precisión física al que se enfrenta un trabajador a lo largo su ciclo laboral y que abarca varios aspectos.

Regularmente, esta variable se suele clasificar en carga estática y carga dinámica, pero, también, es trascendente saber cómo podemos valorar la implicancia de la faena a ejecutar, así como explícitos indicadores que nos den pesquisa sobre la energía tomada por el sujeto en su día de trabajo, de los probables peligros de contusiones, y saber cuáles son sus fundamentales elementos de riesgo.

2.2.2.2 Carga estática

Se vincula a las distintas posturas adquiridas en el trabajo y a la diligencia isométrica de la musculatura. Se comprende por “postura de trabajo” a la posición en base a los fragmentos físicos, y no solo al puro hecho de saber si la persona trabaja en bipedestación o en sedestación.

2.2.2.3 Carga dinámica

Está perteneciente a lo que solemos concebir por acción física y que va a estar muy atada a la energía. Posee una asociación directa en los peligros de contusiones musculares que se desencadenan por la ejecución de sobreesfuerzos (25).

Se caracteriza por labores con movimientos iterativos, trabajo sedentario, manejo de cargas y posturas forzadas exponiendo varios elementos de peligro, entre ellos, los riesgos ergonómicos (26).

2.2.2.4 Carga mental

Es el esfuerzo especulativo al que se ve forzado el trabajador en su quehacer diario, es decir, el grado de acción mental que le demanda el llevar a cabo una concluyente ocupación (27).

Hay una serie de factores internos y externos del sujeto que interactúan. Se entiende como factores internos: Las peculiaridades del individuo (destrezas, energía, conductas, discernimientos, motivación, estado físico, afectivo, capacidades, procesos mentales y cognición situacional) y los factores externos como: psicosociales (trabajo, recurso humano, medio ambiente, satisfacción laboral, circunstancias de la organización, dinámica e inestabilidad del lugar de trabajo, graduaciones, comunicación, intervención y tecnología); circunstancias de rendimiento (trabajo, entorno, tiempo) y complejidad de la actividad (28).

Si la ejecución de una labor envuelve el sostenimiento dilatado de un esfuerzo al extremo de las potencialidades de un trabajador, aumentando su forma de respuesta, puede originar una fatiga mental.

La carga mental está relacionada a la fatiga que usualmente perciben los individuos que poseen una carga de trabajo sobre todo mental, la cual se custodia de unas pretensiones físicas de sedentarismo posicional, así como de las exigencias de terapia de información y de aplicación de ocupaciones cognitivas en ímpetu distinto (diligencias mentales de perspicacia, lógica, resolver problemas; movimiento de recursos como la concentración, la comprensión, etc.). Posiblemente, dichas faenas parecen agradables y tranquilas, sin embargo, pueden desencadenarse dolencias y debilidad a quien lo ejecuta (29).

La carga mental es el resultado de la dificultad del individuo para responder cuando las exigencias asociadas a las labores superan la capacidad del trabajador. Ese desequilibrio entre las demandas y capacidades del individuo provoca un incremento significativo de la

fatiga mental, reduciendo la atención, la lentitud de pensamiento, mayor absentismo e incluso un elevado número de equivocaciones, olvidos y confusiones, que aumenta la probabilidad que ocurran errores en el trabajo. de tal forma, el estrés laboral se considera como una de las principales consecuencias de la exposición frecuente a situaciones de elevada carga mental (30).

2.2.2 Estrés

El estrés es un fenómeno que sigue a la humanidad desde sus inicios de tal forma que protagonistas como Hipócrates, un filósofo que hace hincapié a este cuando conversaba de desgracia, congoja, prácticas negativas y abatimiento, debido a que estas son prácticas donde hay un acopio de energía, no obstante, la delimitación del mismo actualmente se presenta complicada debido a la parte multifactorial del constructo (31).

Se trata de ciertos sucesos en los cuáles nos enfrentamos e involucran pretensiones energéticas para la persona, que pueden extinguir sus mecanismos de resistencia (32).

El estrés es una temática de gran relevancia para los investigadores de la conducta humana, por el resultado que impacta tanto la salud física y mental, así como en la respuesta del rendimiento laboral y académico del sujeto, lo que implica inquietud y ansiedad pudiendo desencadenar trastornos particulares, disturbios familiares e incluso sociales (33).

El estrés laboral es aquel que se desencadena por la creciente influencia que posee la zona en el medio de trabajo. Colectivamente es efecto de la inestabilidad entre la implicancia laboral (igualmente propia) y la propiedad o medios aprovechables para acatarla eficazmente. A veces, también puede darse por componentes totalmente extraños al trabajador (34).

Se establece como un detrimento físico y una réplica emocional que se da cuando las circunstancias del trabajo no incumben a las capacidades, requerimientos y medios del trabajador que ocasionan molestias de padecimiento y deterioro. Al presente, es contemplado un suceso de alta incidencia en el mundo moderno, promotor de malestares que parten de las prácticas y clarividencias del sujeto en base a las situaciones laborales, es decir, por la situación subjetiva que tenga la persona, establecerá distintas valoraciones que produzcan estrés.

Se puede revelar de tres maneras: en primera instancia, como la colectividad de propulsiones externas que ocasionan efectos transitorios o permanentes; en segunda instancia, como las diversas respuestas de enfoque fisiológico y psicológico que generan estímulos, y, en tercera instancia, desde los alcances psicológicos y físicos dados por los procesos perceptibles (35).

Hay distintos motivos que ocasionan estrés; como: alto compromiso en el trabajo, excesiva carga de trabajo, discusiones en las relaciones interpersonales y escenarios laborales insatisfactorios.

Estos elementos no impresionan de la misma manera a todos los individuos, pues algunos pueden aguantar una gran carga laboral, pero no son aptos para soportar una obligación. También puede darse el caso de colaboradores que trabajen mejor bajo un gran compromiso. Asimismo, hay personas que pueden sustraerse y no permiten alguna afección por un mal clima laboral, mientras que, para otros, este contexto puede volverse inadmisibile.

Hay quienes tienen estrés por otros motivos poco habituales tales como: falta de motivación, bajo sueldo, acoso laboral y falta de incentivos (36).

De forma específica, algunos estudios han hallado que altas exigencias laborales dan como resultado siete veces mayor riesgo de agotamiento emocional; poco apoyo de los compañeros, dos veces mayor riesgo de problemas en espalda, cuello y hombros; bajo control del trabajo, dos veces mayor riesgo de mortalidad cardiovascular y, mucha tensión puede producir tres veces mayor riesgo de morbilidad por hipertensión.

Los riesgos directos del estrés laboral para la salud han sido vinculados con cardiopatías, trastornos digestivos, aumento de la tensión arterial y dolor de cabeza, trastornos músculo-esqueléticos como lumbalgias (37).

Según sus dimensiones se encuentran:

2.2.2.1 Estrés físico

Se refiere a aquel estrés que genera alteraciones físicas como efecto de la respuesta inadaptada del organismo ante los agentes estresantes laborales, siendo estos: trastornos gastrointestinales, cardiovasculares, respiratorios, endocrinos, dermatológicos, musculares y en el sistema inmune.

2.2.2.2 Estrés Psicológico

Es aquel estrés a nivel psíquico que involucra: preocupación excesiva, incapacidad para tomar decisiones, sensación de confusión, incapacidad para concentrarse, dificultad para mantener la atención, sentimientos de falta de control, sensación de desorientación, frecuentes olvidos, bloqueos mentales, hipersensibilidad a las críticas, mal humor, mayor susceptibilidad a sufrir accidentes y consumo de tóxicos.

2.2.2.3 Estrés social

Es aquel estrés que induce a una pérdida de producción y puede crear un mal ambiente de trabajo (38).

El estrés social no impresiona por igual a todos los individuos, un mismo suceso puede llevar a niveles de estrés y grandes perturbaciones de la salud en ciertas personas a diferencia de otras.

Los efectos del estrés estriban de la percepción que el sujeto tenga, la forma de control de la persona y el mecanismo de afrontamiento de los problemas.

Los individuos asimilan de distinta manera las amenazas y medios estresantes sociales, cada uno emplea distintos recursos, pericias personales, para enfrentar escenarios estresantes (39).

2.3. Formulación de Hipótesis

2.3.1 Hipótesis general

Hi: La carga laboral se relaciona directa y significativamente con el estrés que tienen los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener en el año 2022.

H0: La carga laboral no se relaciona directa y significativamente con el estrés que tienen los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener en el año 2022.

2.3.2 Hipótesis específicas

Hi: La carga mental se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

H0: La carga mental no se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

Hi: La carga física se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

H0: La carga física no se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1 Método de la investigación

Hipotético deductivo: ya que, mediante la propuesta de soluciones (hipótesis) para el problema planteado, determinar la relación entre la carga laboral y el estrés en los internos, se dedujeron las respuestas a cada objetivo de estudio.

Marfull A. (2018), refiere que Karl Popper en el 1980 señala que “el método hipotético deductivo aparece como mecanismo para mejorar el conocimiento científico...pues no es suficiente verificar lo que se teoriza a partir de la intuición...sino es importante contrastarlas a través de la lógica y el racionalismo crítico y el racionalismo crítico, las teorías o leyes generales generadas desde ciencia empírica, sin considerarlas verdaderas en su totalidad” (40).

3.2 Enfoque de la investigación

Cuantitativo: ya que se usaron procesos estadísticos para la obtención de los resultados de investigación.

Hernández y Mendoza (2018) indican que “los estudios cuantitativos se vinculan a conteos numéricos y métodos matemáticos y que actualmente representa un conjunto de procesos organizado de manera secuencial para comprobar ciertas suposiciones” (41)

3.3 Tipo de la investigación

Básico: ya que la finalidad es ampliar la información sobre el tema planteado.

3.4 Diseño de la investigación

Observacional de tipo transversal: es observacional pues no se manipuló las variables, la información que se recolectó es de acuerdo a como se manifestaron en su medio; es transversal, pues se realizó una sola medición de cada una de las variables de estudio (carga laboral y estrés).

3.5 Población, muestra y muestreo

Población: 120 internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

Muestra: Para el cálculo de la muestra se usó la fórmula para población conocida; teniendo en cuenta una confianza del 95% y un error del 5%; además como no se sabe el valor de la proporción, se tomó al 50% como el valor de p y deduciendo el valor de p (1-p).

Reemplazar:

N: 120

Z α : 95%

E: 5%

p: 05

q: 1-0.5

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

$$n = \frac{120 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{(120 - 1)0.05^2 + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 92$$

Teniendo como resultado que la muestra está conformada por 92 internos de la universidad Norbert Wiener matriculados el año 2022.

Muestreo: Muestreo aleatorio simple, pues de acuerdo con un sorteo al azar se determinó a los internos que participaron en el estudio, de tal manera se intentó disminuir algún sesgo durante la recolección. Si los seleccionados no cumplían con los criterios, se procedió a elegir al interno consecutivo, que se presentaba en la lista, hasta completar el número de internos según la muestra de estudio.

Criterios de inclusión:

- Internos que acepten participar del estudio.
- Internos de ambos sexos.
- Internos que rotan por las diferentes sedes hospitalarias.
- Internos del noveno y décimo ciclo

Criterios de exclusión

- Internos de enfermería que no completen las preguntas de las encuestas.
- Internos de enfermería que no firmen el consentimiento.
- Internos de enfermería que trabajan.

3.6 Variable y operacionalización

3.6.1 Definición de variables

Variable de supervisión: Carga Laboral

Definición operacional de variable: una suma de obligaciones o exigencias de carácter físico y mental que debe cumplir o desarrollar el interno de enfermería durante el ejercicio de su práctica hospitalaria y extramural.

Dimensiones de las variables

Carga mental

Carga física

Variable relacionada: Estrés laboral

Definición operacional de variable: reacción o manifestación de agotamiento del interno de enfermería, que se puede manifestar a través de sus emociones y conducta durante el desarrollo del internado.

Dimensiones de las variables

Estrés físico

Estrés Psicológico

Estrés social

3.6.2 Operacionalización de las variables

Matriz Operacional de la variable N°1: Carga laboral

Dimensiones	indicadores	ítems	Escala de medición	Valor final
Carga mental	Presión de tiempos	1 al 3	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa	Carga laboral Alta: 85-108 puntos
	Atención	4 al 6		
	Complejidad	7 al 9		
	Monotonía	10 al 12		
	Iniciativa	13 al 15	Escala de medición: Ordinal	Carga laboral Media: 60-84 puntos
	Aislamiento	16 al 18		
	Horario de Trabajo	19 al 21		
Carga física	Relaciones dependientes de trabajo	22 al 24	Escala de medición: Ordinal	Carga laboral Baja: 36-59 puntos
	Demandas de características	25 al 27		
	Estática	28 al 31		
	Dinámica	32 al 36		

Matriz Operacional de la variable N°2: Estrés laboral

Dimensiones	indicadores	ítems	Escala de medición	Valor final
Físico	Carga de trabajo	1 al 4		
	Muerte y sufrimiento	6 y 8	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa	Estrés alto: 126 – 170 puntos
	Preparación insuficiente	9 a 20		
Psicológico	Falta de apoyo personal	21 a 24		Estrés medio: 80-125 puntos
	Incertidumbre respecto al tratamiento	17	Escala de medición: Ordinal	Estrés bajo: 34 – 79 puntos
Social	Problemas con el personal de salud	21 al 34		

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

Se desarrolló una encuesta personalizada a través de dos instrumentos. el Cuestionario de valorización de carga laboral y la Escala de estrés de enfermería NSS.

3.7.1. Descripción

- Escala de valorización de carga laboral fue tomado del estudio de Becerra (2022), quien refiere a Santillán, 2015, como el autor; el cual, diseñó esta escala con la finalidad de evaluar la carga laboral en un grupo de profesionales de la salud (19, 42). Las características de este instrumento se describen a continuación.

Ficha Técnica 1

Nombre: “Escala de valoración de carga laboral”

Población objetivo: Internos de enfermería.

Lugar: Universidad Norbert Wiener.

Validez: por juicio de 05 expertos con prueba binomial adecuada.

Fiabilidad: alfa de 0.807 y en la revalidación un alfa de 0.84.

Tiempo de llenado: 20 min.

Número de ítems: 30.

Dimensiones: “carga mental” (1 al 27), “carga física” (28 al 36).

Alternativas de respuesta: una escala valorativa de 3 alternativas (Nunca, a veces, siempre).

Baremos de la variable: Carga laboral (Alta: 85 a 108 puntos, Media: 60 a 84 puntos, Baja: 36 a 59 puntos)

- Escala de estrés de enfermería NSS (nursing scale stress)

La escala de estrés fue tomada del estudio de Dilani J (2019) quien señala que esta escala fue elaborada por Gray-Tolf y Anderson (1981) en los Estados Unidos, desde su origen hasta la actualidad ha sido, traducida, validada, adaptada, revalidada y valorada, tal como se muestra en el estudio de Cazal-2017, siempre tomando en cuenta su uso y objetivo inicial evaluar el estrés en el profesional de enfermería (43). Sus características se muestran a continuación:

Ficha Técnica 2

Nombre: “Nursing Scale Stress”

Población objetivo: Internos de enfermería.

Lugar: Universidad Norbert Wiener.

Validez: altamente significativa que valora la concordancia de los expertos.

Fiabilidad: alfa de 098 en el estudio de Cazal (España - 2017) y en el estudio de Dilani (2022) un alfa de 0.90.

Tiempo de llenado: 20 min.

Número de ítems: 34.

Dimensiones: “físico” (1,2,3,4), “psicológico” (5al 24), “social” (25 al 31).

Alternativas de respuesta: una escala valorativa de 3 alternativas (Siempre, casi siempre, algunas veces, casi nunca, nunca).

Baremos de la variable: Stres (Alta: 126 a 170 puntos, Media: 80 a 125 puntos, Baja: 34 a 79 puntos).

3.7.2. Validación

Puesto que los instrumentos que se usaron en este estudio han sido validados, no se realizó este procedimiento.

3.7.3. Confiabilidad

Puesto que los instrumentos que se usaron en este estudio han sido confiabilizados en diversos estudios no se realizó este proceso.

3.8 Procesamiento y análisis de datos

3.8.1 Procedimiento de recolección de datos:

Para desarrollar el estudio, se solicitaron los permisos correspondientes en la escuela profesional de enfermería de la Universidad Norbert Wiener para poder iniciar con la etapa de recolección.

Seguidamente se solicitó la participación “personal” de cada interno de enfermería, mediante el suministro del documento de consentimiento informado.

Luego se administró las dos escalas propuestas en el estudio mediante la técnica de la encuesta, invirtiendo un tiempo máximo de 40 min por encuestado. Estas encuestas se realizaron durante el mes de junio.

Completada la muestra se procedió a la tabulación de la información en una base de datos estadística para su análisis y posterior interpretación.

3.8.2 Análisis de datos

Los datos fueron analizados estadísticamente en el programa SPSS v.28.

Para el análisis descriptivo de los datos se usaron porcentajes y valores absolutos, puesto que la mayoría de variables a analizar fueron cualitativas; y. para las cuantitativa se estimaron medias (\bar{X}), desviación estándar (S), con un intervalo de confianza del 95%.

Para establecer la relación inicialmente se analizó la normalidad de los datos mediante la Prueba de Kolmogorov-Smirnov; el análisis de las variables numéricas que tuvieron distribuciones normales se analizó mediante el coeficiente de correlación de Pearson y el análisis de correlación que no presentaron distribución normal se analizaron mediante la prueba no paramétrica del Rho de Spearman.

Para determinar que existió relación entre las variables se estableció como nivel de confianza del 95% y la regla de decisión fue de $p < 0.05$, para establecer que hay una relación significativa entre las variables analizadas.

Para determinar el grado de correlación se tomó en cuenta que cuando el valor de r o Rho fue:

- 0: correlación Nula.
- 0.00 a 0.19: Muy baja correlación.
- 0.20 a 0.39: Baja correlación.
- 0.40 a 0.59: Moderada correlación.

- 0.60 a 0.79: Buena correlación
- 0.80 a 0.10: Muy buena correlación.
- $Rho = 1$: correlación perfecta.

3.9 Aspectos éticos

Entre los aspectos éticos tomados en cuenta es haber diseñado el Proyecto de investigación en pro del conocimiento científico sin daños a los participantes; por tal motivo, se cumplió con los principios éticos de la ética médica (beneficencia, no maleficencia, autonomía y justicia) y, además, estudio deberá pasar por todas las evaluaciones correspondientes que den el aval de no violar alguna norma ética establecida:

3.8.1 Principio de beneficencia

A cada encuestado se le explicó sobre la importancia de participar en el estudio siendo de gran ayuda los resultados para incluir mejoras en la formación de los internos de enfermería. Los resultados fueron presentados a la escuela académica de enfermería, para que sirva como base del conocimiento de la salud mental de los internos de enfermería.

3.8.2 Principio de no maleficencia

Pues no se causó ningún daño a los participantes, solo se les preguntó su opinión o sentir respecto al desarrollo del internado con la finalidad de conocer la carga laboral y el estrés que presentan. Con el fin de no perjudicarlos se ha previsto que las respuestas de cada escala sean de manera anónima, no registrando algún dato que pueda identificar a los participantes.

3.8.3 Principio de autonomía

Se ha tomado en cuenta que los participantes tienen derecho a conocer cada uno de los detalles del estudio, para lo cual se ha elaborado el documento de consentimiento informado en donde se explica el propósito del estudio, sus riesgos y beneficios para el participante y su disposición voluntaria de participar o retirarse en el momento que crea conveniente, sin perjuicio alguno.

3.8.4 Principio de justicia

Todos los participantes fueron tratados con el mismo respeto y consideración, sin considerar su edad, sede de internado, año en que culminaron sus estudios básicos, su procedencia etc.

CAPÍTULO IV PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1 Resultados

4.1.1 Análisis descriptivo de los resultados

Tabla 1.
Características personales de los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Características de los Internos		N	%
Edad	21 - 24	18	19.60%
	25 - 27	9	9.80%
	28 - 31	20	21.70%
	32 - 34	24	26.10%
	35 - 38	11	12.00%
	39 - 41	7	7.60%
	42 - 45	3	3.30%
Sexo	Femenino	81	88.00%
	Masculino	11	12.00%
Ciclo de estudio	Decimo	81	88.00%
	Noveno	11	12.00%
Total		92	100.00%

En la tabla 1 se muestra la distribución de las principales características personales de los internos de enfermería, que fueron encuestados, de la Universidad Norbert Wiener, matriculados durante el año 2022. Observando que la mayoría tiene una edad entre 32 - 34 años (26.1%) y 28 – 31 años (21.7%), son de sexo femenino (88.0%) y pertenecen al decimo ciclo (88.0%).

Tabla 2.

Nivel de carga laboral en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Nivel de carga laboral	N	%
Bajo	1	1.1%
Medio	60	65.2%
Alto	31	33.7%
Total	92	100.0%

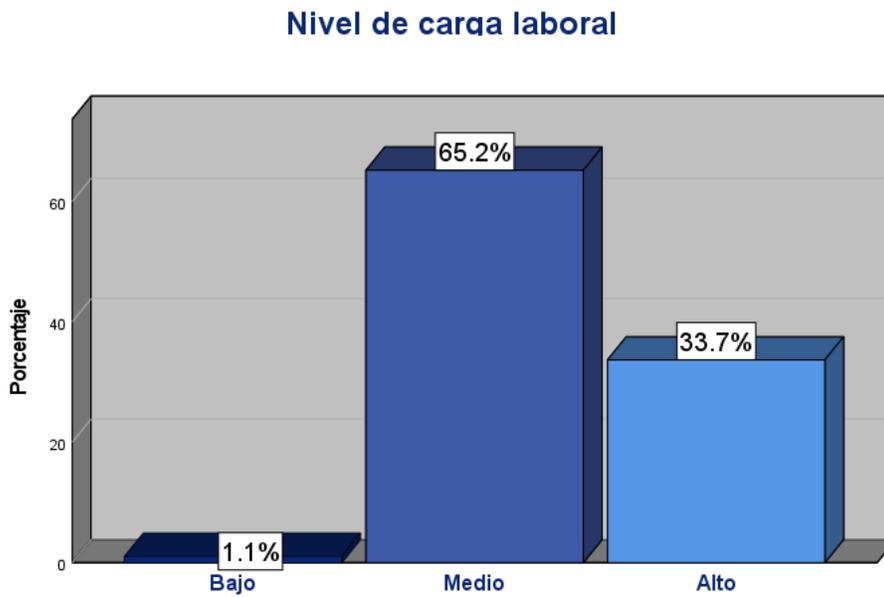


Figura 1.

Nivel de carga laboral en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

En la tabla 2 y el gráfico 1 se muestra que el que el nivel de carga laboral en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022 es medio en el 65.2% y alto en el 33.7%.

Tabla 3.

Nivel de estrés laboral en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Nivel de estrés laboral	N	%
Baja	34	37.00%
Media	58	63.00%
Total	92	100.00%



Figura 2.

Nivel de estrés laboral en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

En la tabla 3 y el gráfico 2 se muestra que el que el nivel de estrés laboral en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022 es medio en el 63.0% y alto en el 37.0%.

4.1.2 Análisis bivariado de los resultados

Tabla 4.

Distribucion de la carga laboral según el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Nivel de carga laboral	Nivel de estres laboral					
	Bajo		Medio		Alto	
	N	%	N	%	N	%
Bajo	1	2.90%	0	0.00%	0	0.00%
Medio	30	88.20%	30	51.70%	0	0.00%
Alto	3	8.80%	28	48.30%	0	0.00%
Total	34	100.00%	58	100.00%	0	0.00%

En la tabla 4 se observa con un confianza del 95% que: los internos con bajo nivel de estrés laboral tienen un nivel de carga laboral frecuentemente medio (88.2%) y los internos con estrés laboral medio tienen un nivel de carga laboral de medio (51.7%) a alto (48.3%). No se observó internos con estrés laboral alto.

Tabla 5.

Puntajes de carga mental según el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Dimensión 1 de la carga laboral	Nivel de estres laboral							
	Bajo				Medio			
	\bar{X}	S	95% IC		\bar{X}	S	95% IC	
			L. inf	L. sup			L. inf	L. sup
Carga Mental	58.6	4.5	57.1	60.2	64.5	5.3	63.1	65.9

En la tabla 5 se observa con un nivel de confianza del 95%, que a mayor nivel de estrés laboral, mayor puntaje de carga mental y carga física. Es decir, los internos que formaron parte de la muestra, presentaron un nivel de estrés laboral bajo con puntajes para carga laboral mental de 57.1 a 60.2 siendo 58.6 el promedio; mientras que los tienen un estrés medio, los puntajes de esta dimensión aumentan y oscilan de 63.1 a 67.9, siendo el promedio 64.5

Tabla 6.
Puntajes de carga física según el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

Dimensiones 2 de la carga laboral	Nivel de estres laboral							
	Bajo				Medio			
	\bar{X}	S	95% IC		\bar{X}	S	95% IC	
			L. inf	L. sup			L. inf	L. sup
Carga Física	18.2	3.1	17.1	19.3	20.1	3.3	19.2	21.0

En la tabla 6 se observa con un nivel de confianza del 95%, que a mayor nivel de estrés laboral, mayor puntaje de carga mental y carga física. Es decir, en los internos que presentaron un nivel de estrés laboral bajo con puntajes para carga laboral física de 17.1 a 19.3 siendo 18.2 el promedio; mientras que, los tienen un estrés laboral medio, los puntajes de esta dimensión aumentan y oscilan de 19.2 a 21.0, siendo el promedio 20.1.

4.1.3 Pruebas de Normalidad

Si bien la variable estrés laboral tiene categorías por niveles, la variable carga laboral solo cuenta con puntajes; por tal, se decidió realizar el análisis de correlación con los datos numéricos de ambas variables. Por tal, se realizaron pruebas de normalidad, tanto para las variables y las dimensiones, para poder determinar si el análisis de correlación será mediante pruebas paramétricas o no paramétricas.

a. Se tendrán en cuenta las siguientes premisas:

- Cuando el valor de $p \leq 0.05$ se usarán pruebas no paramétricas.
- Cuando el valor de $p > 0.05$ se usarán pruebas paramétricas.

c. Prueba estadística: Kolmogorov-Smirnov

d. Resultados del análisis estadístico

Tabla 7

Pruebas de normalidad de la variable carga laboral, sus dimensiones y de la variable estrés laboral.

Kolmogorov-Smirnov ^a	Estadís	gl	Sig.
Puntaje Carga laboral	0.069	92	.200*
Carga Mental	0.076	92	.200*
Carga Física	0.108	92	0.010
Estrés Laboral	0.062	92	.200*

a. Corrección de significación de Lilliefors

La tabla 7 muestra que los datos de la variable carga laboral ($p=0.200$), la dimensión carga mental ($p=0.200$) y la variable estrés laboral ($p=0.200$) muestran p valores mayores a 0.05; por tanto, en ellos existe normalidad; correspondiendo para el análisis de correlación la prueba de Pearson. Mientras que, la dimensión carga física tiene un p valor menor a 0.05 por tanto, el análisis de correlación que le corresponde es mediante la prueba no paramétrica del Rho de Spearman.

4.1.4 Pruebas de Hipótesis

1. Planteamiento de Hipotesis General

Hi: La carga laboral se relaciona directa y significativamente con el estrés que tienen los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener en el año 2022.

H0: La carga laboral no se relaciona directa y significativamente con el estrés que tienen los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener en el año 2022..

2. Prueba estadística: Coeficiente de correlación de Pearson

3. Regla de decisión

Si $p < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula.

Si $p > 0.05$ se acepta la hipótesis nula.

4. Resultados del análisis estadístico

Tabla 8.

Relacion entre la carga laboral y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

	Correlaciones	Carga laboral	Estres laboral
Carga laboral	Correlación de Pearson	1	.690**
	Sig. (bilateral)		<.001
	N	92	92
Estres laboral	Correlación de Pearson	.690**	1
	Sig. (bilateral)	<.001	
	N	92	92

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 8 muestra el resultados de la correlacion entre la variable carga laboral y el estrés laboral en internos de enefmermeria, evidenciando con un 95% de confianza que las variables

se relacionan significativamente ($p < 0.001$) y que el grado de esta relación es equivalente a buena ($r = -0.690$). Por lo cual, se desprende que se rechaza la hipótesis nula y se concluye que la carga laboral se relaciona directa y significativamente con el estrés que tienen los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener en el año 2022.

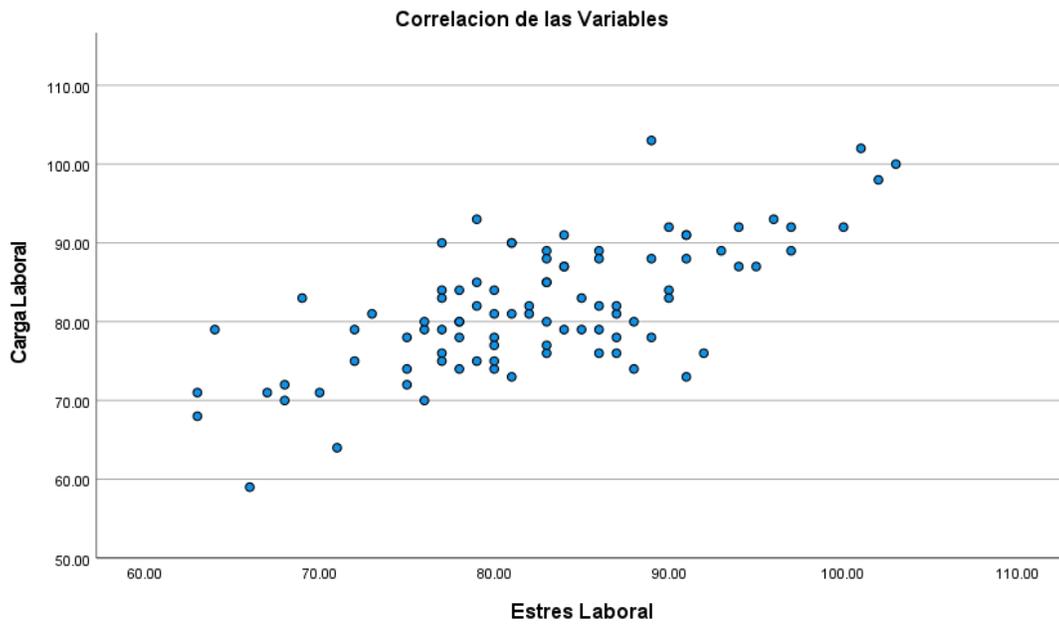


Figura 3.

Relacion entre la carga laboral y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

1. Planteamiento de Hipotesis Especifica 1

Hi: La carga mental se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

H0: La carga mental no se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

2. Prueba estadística: Coeficiente de correlación de Pearson

3. Regla de decisión

Si $p < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula.

Si $p > 0.05$ se acepta la hipótesis nula.

4. Resultados del análisis estadístico

Tabla 9.

Relacion entre la carga mental y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

	Correlaciones	Carga Mental	Estrés Laboral
	Coeficiente de correlación de Pearson	1	0.725
Carga Mental	Sig. (bilateral)		<.001
	N	92	92
	Coeficiente de correlación de Pearson	0.725	1
Estrés Laboral	Sig. (bilateral)	<.001	
	N	92	92

La tabla 9 muestra el resultados de la correlacion entre la dimensión carga menstal y el estrés laboral en internos de enefmermeria, evidenciando con un 95% de confianza que las variables

se relacionan significativamente ($p < 0.001$) y que el grado de esta relación es equivalente a buena ($r = -0.725$). Por lo cual, se desprende que se rechaza la hipótesis nula y se concluye que la carga mental se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

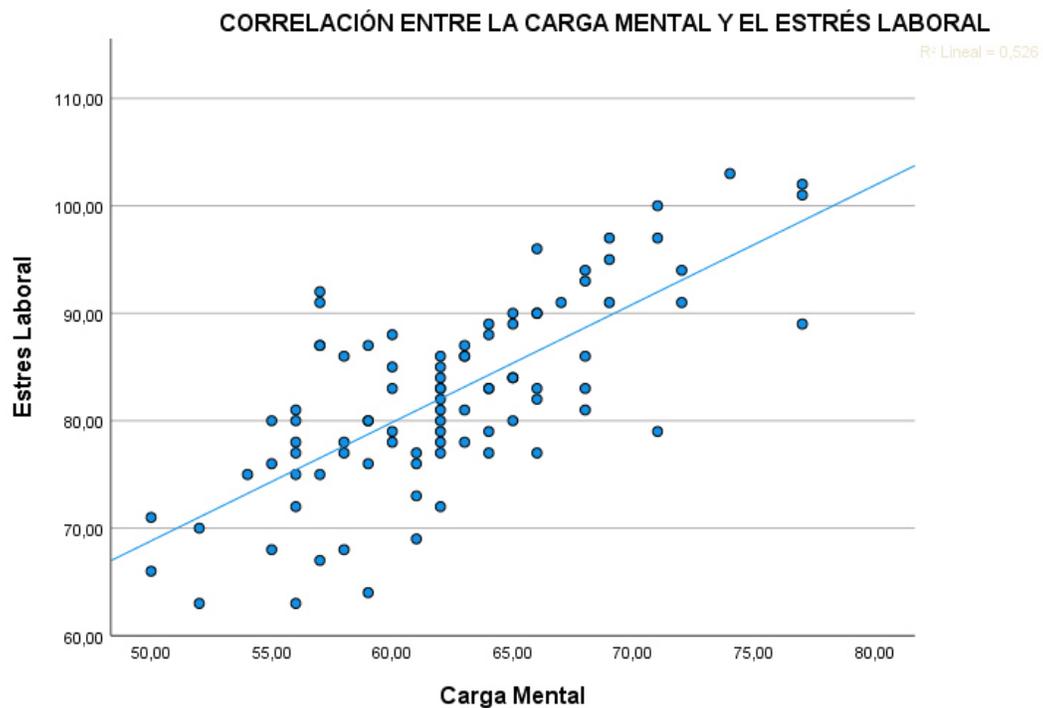


Figura 4.

Relacion entre la carga mental y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

1. Planteamiento de Hipotesis Especifica 2

Hi: La carga física se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

H0: La carga física no se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

2. Prueba estadística: Rho de Spearman

3. Regla de decisión

Si $p < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula.

Si $p > 0.05$ se acepta la hipótesis nula.

4. Resultados del análisis estadístico

Tabla 10.

Relacion entre la carga física y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

	Correlaciones	Carga laboral	Estrés Físico
Carga laboral	Rho Spearman	1	0.325
	Sig. (bilateral)	.	0.002
	N	92	92
Estrés Físico	Coefficiente de correlación Spearman	0.325	1
	Sig. (bilateral)	0.002	.
	N	92	92

La tabla 10 muestra el resultados de la correlacion entre la dimensión carga menstal y el estrés laboral en internos de enefmermeria, evidenciando con un 95% de confianza que las variables se relacionan significativamente ($p = 0.002$) y que el grado de esta relación es equivalente a baja ($Rho=-0.325$). Por lo cual, se desprende que se rechaza la hipótesis nula

y se concluye que la carga física se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022.

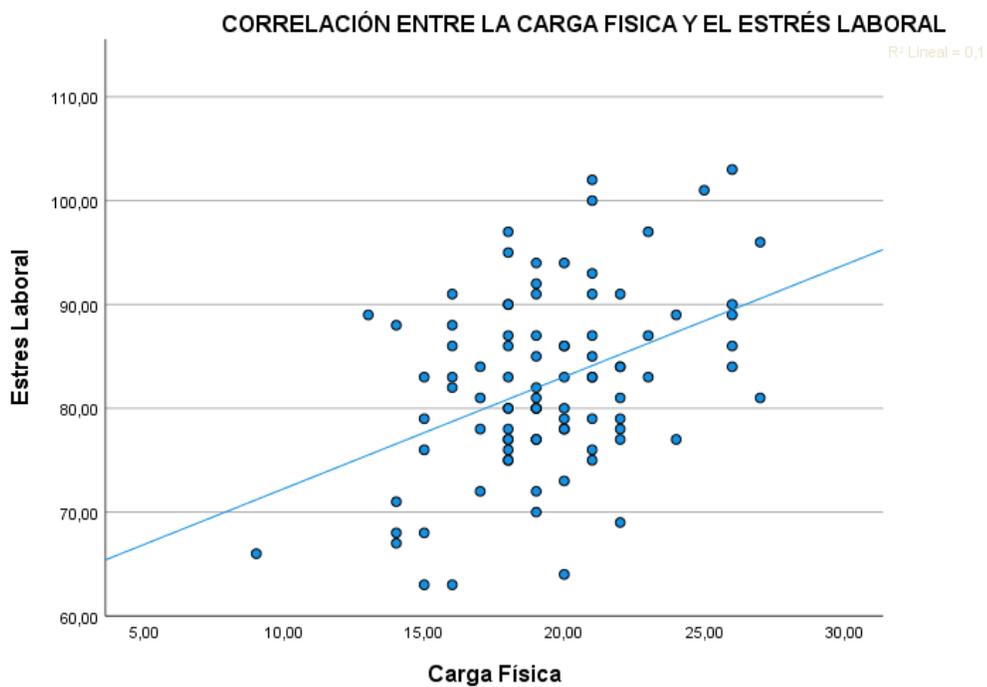


Figura 5.

Relacion entre la carga física y el nivel de estrés laboral los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022.

4.1.3 Discusión de resultados

Respecto al objetivo general, en el presente estudio se encontró que hubo una relación directa y significativa entre la carga laboral y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener ($p < 0.001$; Coef. Pearson=0.690), similar al estudio de Artega, donde se encontró que hay una asociación directa entre la carga laboral y el grado estrés en internos de medicina ($p = 0.037$). De igual modo, Zelaya en su investigación obtuvo una relación directa y significativa entre ambas variables ($p < 0.005$). En el trabajo Becerra se encontró que la carga de trabajo posee una correlación significativa con el nivel de estrés en enfermeros (0.301, $p < 0.0015$). Asimismo, Kokoroko y Sanda observaron que los puntajes más altos de carga laboral se correlacionan con los puntajes más eminentes de estrés laboral en enfermeras cuando no poseen el apoyo de sus colegas. Por otro lado, Zang et al. en su investigación no encontraron una asociación entre el estrés y la carga labora ($p = 0.429$) en enfermeras. También, Vite demostró que no existe una relación significativa entre el estrés y la carga laboral. Estos hallazgos quizá puedan deberse a que durante el internado se llevan a cabo varias diligencias y responsabilidades que no estaban acostumbrados los estudiantes, lo que genera mayor compromiso y recarga, que culmina en estrés.

Sobre la carga laboral, en el presente trabajo se evidenció que fue de nivel medio (65.2%) a alto (33.7%), ya que a veces necesitan un tiempo de descanso en la jornada laboral, de vez en cuando la interrupción del trabajo los ocasiona problema, a veces existen fases

tipificadas como agobiantes o desearían intercambiar las faenas repetitivas con los compañeros, a veces ocasionalmente resuelven incidencias en el trabajo por sus propios medios o deben supervisar la labor de otros sujetos, esporádicamente la columna se ha afectado por la mala postura y los desplazamientos implican un mayor tiempo de la jornada laboral, aunque siempre se esmera para hacer bien el trabajo, se mantienen de pie más de 4 horas, las labores le demandan de una elevada concentración o les precisa varias habilidades, así como una gran precisión y minuciosidad. En cambio, Becerra en su trabajo demostró que el 42.4% de enfermeros tenía un nivel medio de carga laboral, el 39.4% un nivel alto y el 18.2% un nivel bajo. Por su parte, Zelaya observó que el 84% de los profesionales de enfermería poseen una carga laboral moderada y el 16% una carga laboral baja. Mientras que en el estudio de Zang et al. se evidenció que la carga laboral obtuvo una calificación de 71,21, es decir de grado bajo, donde los puntos más afectados fueron la demanda mental, el rendimiento y la frustración. Estos resultados posiblemente se deban a las exigencias que poseen los internos al realizar una actividad, pues buscan la perfección y el mínimo error, generándoles una mayor presión, compromiso y desempeño, más aún cuando tienen contacto con pacientes que les deben brindar una atención óptima y oportuna, además de tener mucho cuidado ante cualquier procedimiento. También hay un desgaste por las horas de trabajo y las posturas continuas que deben adoptar, además de que realizan mecanismo de fuerza al movilizar a los pacientes, entre otros.

Acerca del estrés, en la presente investigación se observó que la mayoría de internos de enfermería tenían un estrés de nivel medio (63%), ya que consideran que casi siempre la muerte de un paciente le entristece y observar el sufrimiento de un paciente le conmueve, pero contemplan que algunas veces hay insuficiente personal para cubrir el trabajo de servicio, esporádicamente efectuar acciones que serán experiencias dolorosas para los usuarios les origina temor o poseen sentimiento de culpa al no tener una instrucción apropiada para abordar a los pacientes en la parte emocional, en ciertas ocasiones presentan impotencia cuando no hay mejoría en el paciente o le da miedo la ausencia de un médico cuando se da el fallecimiento de un paciente, sin embargo un 37% obtuvo un nivel bajo de estrés, porque nunca tienen conflictos con un médico o supervisor. Mientras que Zelaya en su investigación encontró que el 88% de enfermeros mostró un nivel de estrés moderado y el 12% de un nivel de estrés bajo. Por otro lado, en el trabajo de Becerra se demostró que el 71.2% de los profesionales de enfermería expuso un nivel alto de estrés, el 19.7% un nivel medio y el 9.1% un nivel bajo. Zang et al. encontró que el personal de enfermería obtuvo un puntaje de 36,37 para el estrés, siendo de bajo grado, donde los apartados más impresionados fueron el fastidio con el uso del equipo de protección y la pesadez para el control de la infección. Probablemente estos resultados se deban a que hay poca cuantía de personal y gran demanda de pacientes, lo que a veces no se logra dar la atención debida a cada uno de los usuarios, asimismo, los internos de enfermería, manifiestan particularidades afectivas que les impresionan como miedo, temor, frustración, entre otros que se desencadenan de

acuerdo al progreso del paciente, pues cada caso es distinto, hay algunos que mejoran, otros que se mantienen en diagnóstico reservado u otros que empeoran, lo que quizá se deba a que recién están más en contacto con estas situaciones, sin la preparación total para que no les afecte.

En cuanto a la carga laboral según la dimensión carga mental y el estrés en los internos de enfermería, en el presente trabajo se observó que hay relación directa y significativa entre dichas variables ($p < 0.001$; Coef. Pearson=0.725), posiblemente porque cuando hay un mayor requerimiento, concentración, horas de trabajo y precisión, genera un desgaste en el interno de enfermería, aunado a ello es que está siendo supervisado y posee cierto temor a cometer algún error, lo que agrava el grado de estrés que pueda presentar.

En lo concerniente la carga laboral según la dimensión carga física y el estrés en los internos de enfermería, en la presente investigación se halló que hay una relación directa y significativa entre las variables ($p = 0.002$; Coef. Spearman=0.325), probablemente esto se deba al hecho de que estarse desplazando de un lugar a otro o estar más de 4 horas de pie durante la jornada laboral genere un gran tensión y estrés.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

La carga laboral se relaciona directa y significativamente con el estrés que tienen los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener en el año 2022; es decir, cuando la carga laboral es mayor, el interno presenta mayor estrés laboral.

La carga mental se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022; es decir, cuando la carga mental es mayor, el interno presenta mayor estrés laboral.

La carga física se relaciona con el estrés que tienen los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener en el año 2022; es decir, cuando la carga física es mayor el interno presenta mayor estrés laboral.

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda que las autoridades de la Universidad Norbert Wiener, responsables de la formación integral de los internos de enfermería, tomen en cuenta los resultados de esta investigación; ya que, es una herramienta que les permite identificar la salud física y mental de sus estudiantes y; de esta manera justificar la implementación de acciones, en pro, de la integridad psicológica y física de sus internos.
- Se sugiere que dentro de la malla curricular del internado de enfermería, de la Universidad Norbert Wiener, se incluya la asesoría psicológica para los internos, lo cual posibilite que tengan acceso a consejería por un profesional especialista e incluir dentro de las reuniones de internado, talleres de manejo de estrés y control de emociones, que les permita afrontar y modular circunstancias propias de la labor asistencial;
- Se recomienda proponer el desarrollo de pausas activas dentro del desarrollo del internado en los alumnos de enfermería con la finalidad de mejorar el estado físico y reducir el estrés; así mismo, incorporar periodos de tiempo para tomar sus alimentos y descansar a nivel cognitivo.
- Se recomienda a los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener establecer un criterio de prioridades a la hora de afrontar sus obligaciones; además, de aprender a desarrollar estrategias de afrontamiento para el manejo del estrés.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Una nueva guía de la OIT y la OMS insta a reforzar la protección de los trabajadores sanitarios. Ginebra: OMS, 2022. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/21-02-2022-new-who-ilo-guide-urges-greater-safeguards-to-protect-health-workers>.
2. Acevedo K., Moreno D. Condiciones laborales relacionadas con el estrés en el personal de enfermería de primera línea de atención durante la pandemia por COVID19. [Tesis]. Universidad Santo Tomás, Bucaramanga. 2022. Disponible en: <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/43304/2022AcevedoKaren.pdf?sequence=5&isAllowed=y>.
3. Juárez Bl. El burnout es oficialmente una enfermedad de trabajo reconocida por la OMS. El Economista. 2022. Disponible en: <https://www.economista.com.mx/capitalhumano/El-burnout-es-oficialmente-una-enfermedad-de-trabajo-reconocida-por-la-OMS-20220104-0056.html>
4. Tello L. El 73% de trabajadores indica que carga laboral se incrementó entre 1 y 5 horas al día. Gestión. 2021. Disponible en: <https://gestion.pe/economia/management-empleo/el-73-de-trabajadores-indica-que-carga-laboral-se-incremento-entre-1-y-5-horas-al-dia-noticia/>
5. Raraz J., Allpas H., Torres Fl., Cabrera W., Alcántara L., Ramos R., y cols. Condiciones laborales y equipos de protección personal contra el Covid-19 en personal de salud, Lima-Perú. Revista de la Facultad de Medicina Humana. 2021; 21(2). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312021000200335&script=sci_arttext.

6. García M. El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Persona*, 2017; 19: 11-30
7. Sánchez K., Loli R., Sandoval M. Prevalencia de estrés laboral en el personal asistencial prehospitalario del programa de sistema de atención móvil de urgencias -Instituto de Gestión de Servicios de Salud (SAMU - IGSS). *Rev enferm Herediana*. 2015; 8(2):3-10.
8. Aldazabal Y. Estrés durante la pandemia en enfermeros que laboran primera línea en un hospital covid-19 en Lima. *Ágora Revista Científica*. 2020; 07(02):107-13.
9. Sarsosa K, Charria- V. Estrés laboral en personal asistencial de cuatro instituciones de salud nivel III de Cali, Colombia. *Universidad y Salud*. 2018; 20(1): 44-52. Disponible en: <http://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/3372/5439>.
10. Lozano A. Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría*. 2020; 83(1)
11. Suarez R., Campos L., Socorro J., Mendoza C. Estrés laboral y su relación con las condiciones de trabajo. *Revista Electrónica de Conocimientos, Saberes y Prácticas*. 2020; 3(1). Disponible en: <https://www.lamjol.info/index.php/recsp/article/view/9794>.
12. Farfán T., Elizalde H., Encalada K. Rol del interno rotativo de Enfermería en los procesos de atención hospitalaria y comunitaria. Una perspectiva real. *Ocronos - Editorial Científico-Técnica*. 2020. Disponible en: <https://revistamedica.com/interno-rotativo-enfermeria-procesos-atencion-hospitalaria-comunitari/>

13. Arteaga K. Relación entre carga laboral y el nivel de estrés en internos de medicina. Hospital Regional Docente de Trujillo 2019. [Tesis]. Universidad Cesar Vallejo. Facultad de Ciencias Médicas. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40315/Arteaga_QKA.pdf?sequence=5&isAllowed=y
14. Birhanu M, Gebrekidan B, Tesefa G y Tareke M. Workload Determines Workplace Stress among Health Professionals Working in Felege-Hiwot Referral Hospital, Bahir Dar, Northwest Ethiopia. [Internet] 2018. [citado el 26 de noviembre del 2018] Disponible en: <https://www.hindawi.com/journals/jeph/2018/6286010/>
15. [Zhang M, Zhang P, Liu Y, RN, Wang H, Hu K, Du M](#). Influencia del estrés percibido y la carga de trabajo en el compromiso laboral de las enfermeras de primera línea durante la pandemia de COVID-19. [Internet] 2021. [citado el 16 de febrero del 2021] Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jocn.15707>
16. Kokoroko E y Sanda M. Efecto de la carga de trabajo en el estrés laboral de las enfermeras OPD de Ghana: el papel del apoyo de los compañeros de trabajo. [Internet] 2019. [citado el 03 de setiembre del 2019. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2093791118304050>
17. Zelaya F. Relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz 2016. [Licenciada En Enfermería]. Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Enfermería. 2016.
18. Vite S. Carga laboral y estrés en profesionales de salud de áreas COVID-19 en un hospital público de Piura, 2021. Universidad Cesar Vallejo. Escuela de posgrado. 2021.

19. Becerra M. Carga laboral y nivel de estrés en enfermeros (as) por COVID-19 en el Hospital Virgen de la Puerta, Trujillo. [Licenciada en Enfermería] Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Enfermería.
20. Hernández K. Evaluar para gestionar recursos. Análisis de la literatura sobre la carga laboral en enfermería. Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc. 2016; 24(3): 217-22.
21. Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales. Riesgos relacionados con la ergonomía. Carga de trabajo. 2015. [Acceso el 07 de febrero del 2022]. Disponible en: <https://riesgoslaborales.saludlaboral.org/portal-preventivo/riesgos-laborales/riesgos-relacionados-con-la-hergonomia/carga-de-trabajo/>
22. Beltrán P. La carga de trabajo. La fatiga y la insatisfacción laboral. 2014. [Acceso el 07 de febrero del 2022]. Disponible en: <https://invassat.gva.es/documents/161660384/169577893/MB23-140302+La+carga+de+trabajo%2C%20la+fatiga+y+la+insatisfacci%C3%B3n+laboral/0651cd51-26cc-47c9-a628-9d7803994625>
23. Hernández K. Evaluar para gestionar recursos. Análisis de la literatura sobre la carga laboral en enfermería. Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc. 2016; 24(3): 217-22.
24. Huisacayna F, Ninahuaman L, Aguilar Y, Figueroa M. Factores estresantes durante el internado hospitalario en internos de enfermería-Universidad Nacional y Privadas en un Hospital de la Región de Ica setiembre 2015- agosto 2016. Rev. enferm. vanguard. 2017; 5(1): 27-34.
25. Miguel B, Serrano R, Arbués C, López R, Blasco J, Bartolomé A. La carga de trabajo, artículo monográfico. Revista Sanitaria de Investigación. 2021. [Acceso el 08 de febrero del 2022]. Disponible en: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/la-carga-de-trabajo-articulo-monografico/>

26. Galvis J, Pérez J, Ramírez Y, Betancur C, Gómez L. Carga Física en Trabajadores del Área de Acabados en Industria Metalmeccánica. Revista Colombiana de Salud Ocupacional, [Revista en Internet]. 2015 [Acceso el 07 de febrero del 2022]; 5(4). Disponible en: https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/rc_salud_ocupa/article/view/4932/4219
27. Universidad Internacional de La Rioja. La carga mental en el trabajo, un riesgo laboral más. 2021. [Acceso el 07 de febrero del 2022]. Disponible en: <https://www.unir.net/ingenieria/revista/carga-mental-trabajo/>
28. Vargas L, Coral-Ibarra R, Barreto-Osorio R. Carga mental en personal de enfermería: Una revisión integradora. Rev. cienc. cuidad. [Internet]. 2020 [acceso el 18 de abril de 2022]; 17(3): 108-21. Disponible en: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/2187>
29. Aranguren W. Carga mental en el trabajo. Sapienza Organizacional. 2014; 1(1): 9-20.
30. Rubio S, Tapia I, Fuentes de Carga Mental en una Muestra de Enfermeros y Técnicos Auxiliares de Enfermería de Madrid. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación. [Revista en Internet]. 2016 [Acceso el 10 de febrero del 2022]; 43(1). Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R43/Art13.pdf>
31. Félix R, García C, Mercado S. El estrés en el entorno laboral. Revisión genérica desde la teoría. CULCyT. 2018; (64): 31-42.
32. Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés. Estrés laboral. España: Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés; 2002.
33. Naranjo M. Una Revisión Teórica sobre el Estrés y Algunos Aspectos Relevantes de éste en el Ámbito Educativo. Revista Educación. Universidad de Costa Rica

- [Revista en Internet]. 2009 [Acceso el 15 de febrero del 2022]; 33(2) Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
34. Prevecon Seguridad, Salud y Medio Ambiente. El estrés laboral: definición, causas, consecuencias y cómo prevenirlo. 2018. [Acceso el 07 de febrero del 2022]. Disponible en: <https://prevecon.org/es/el-estres-laboral-definicion-causas-consecuencias-y-como-prevenirlo/>
35. Buitrago L, Barrera M, Plazas L, Chaparro C. Estrés laboral: una revisión de las principales causas, consecuencias y estrategias de prevención. Revista Investigación en Salud. Universidad de Boyacá [Revista en Internet]. 2021 [Acceso el 07 de febrero del 2022]; 8(2). Disponible en: <https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/rs/article/view/553/628>
36. Ortiz A. El estrés laboral: Origen, consecuencias y cómo combatirlo. Daena: International Journal of Good Conscience. 2020; 15(3): 1-19.
37. Instituto Nacional de Salud Pública. Los riesgos del estrés laboral para la salud. México: Instituto Nacional de Salud Pública; 2022. [Acceso el 08 de febrero del 2022]. Disponible en: <https://www.insp.mx/avisos/3835-riesgos-estres-laboral-salud.html>
38. Mansilla F. El estrés laboral y su prevención. 2016. [Acceso el 08 de febrero del 2022]. Disponible en: <https://madridsalud.es/el-estres-laboral-y-su-prevencion/>
39. Sandín, Bonifacio, El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud [Internet]. 2003 [Acceso el 18 de abril del 2022]; 3(1): 141-157. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33730109>

40. Marfull A. El método hipotético-deductivo de Karl Popper. Filatura Urbana [Internet]. 2019. [Citado en mayo del 2022]. Recuperado a partir de: <https://andreumarfull.com/2019/12/18/el-metodo-hipotetico-deductivo/>
41. Hernández-Sampieri, 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, 5 p.
42. Santillan, M. Carga laboral y rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas - 2014. [Licenciada en Enfermería]. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Disponible en: http://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/UNTRM/53/FE_186.pdf?sequence=1&isAllowed=y
43. Dilani A. Nivel de estrés en internos de enfermería en un Hospital del Callao Lima - 2019. [Licenciado en Enfermería] Universidad Cesar Vallejo.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO: CARGA LABORAL Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS EN LOS INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, 2022.					
AUTORA: GALVEZ MORENO DEANNE PILAR					
PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES E INDICADORES			
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre la carga laboral y el estrés en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022?</p> <p>Problema específico 1 ¿Cuál es la relación entre la carga laboral según la dimensión carga mental y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022?</p> <p>Problema específico 2 ¿Cuál es la relación entre la carga laboral según la dimensión carga física y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre la carga laboral y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>Objetivo específico 1 Determinar la relación entre la carga laboral según la dimensión carga mental y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022.</p> <p>Objetivo específico 2 Determinar la relación entre la carga laboral según la dimensión carga física y el estrés en los internos de enfermería de la universidad Norbert Wiener, 2022.</p>	VARIABLE 1: Carga laboral			
		Dimensiones	Indicadores	Niveles o rangos	
		Carga mental	Presión de tiempos	En puntajes	
			Atención		
			Complejidad		
			Monotonía		
			Iniciativa		
			Aislamiento		
			Horario de Trabajo		
		Carga física	Relaciones dependientes de trabajo	En puntajes	
			Estática		
			Dinámica		
				VARIABLE 2: Estrés laboral	
		Dimensiones	Indicadores	Niveles o rangos	
Físico	Carga en el trabajo	En puntajes			
Psicológico	Muerte y sufrimiento				
	Preparación insuficiente				
	Falta de apoyo personal				
	Incertidumbre respecto al tratamiento				
Social	Problemas con el personal de salud				

Anexo 2: Instrumento para recolección de la información

Escala de valoración de la carga laboral

(Santillán 2015)

ITEMS	Nunca	A veces	Siempre
1. ¿Necesita un tiempo de descanso durante tu jornada laboral?			
2. ¿Al interrumpir su trabajo genera problema?			
3. ¿Existen fases durante el trabajo que se puede calificar como agobiante?			
4. ¿En su trabajo maneja maquina o elementos que requieren gran atención?			
5. ¿En su trabajo requiere precisión y minuciosidad?			
6. ¿Las tareas que realiza en su trabajo requieren de alta concentración?			
7. ¿Su trabajo requiere la utilización frecuente de documentos y /o manuales?			
8. ¿Su trabajo precisa de Múltiples habilidades?			
9. ¿Los errores en su trabajo tienen gran repercusión en su trabajo?			
10. ¿Realiza en su trabajo varias funciones y /o tareas?			
11. ¿Las tareas repetitivas, desearías intercambiarlas con tus compañeros de trabajo?			
12. ¿Aparecen con frecuencia cambios para su trabajo?			
13. ¿Te esmeras para hacer bien y más rápido tu trabajo?			
14. ¿Tienes que resolver las incidencias en su trabajo por sus propios medios?			
15. ¿Tu trabajo requiere de creatividad e iniciativa?			
16. ¿Su ambiente de trabajo es aislado?			
17. ¿Cómo trabajador estas constantemente vigilado en tu trabajo?			
18. ¿Con frecuencia es imposible ponerse en contacto con tu empleador o un compañero cuando surge un problema?			
19. ¿Tu horario de trabajo depende de tus empleadores?			

20. ¿Prolongas habitualmente tu horario de trabajo?			
21. ¿Realizas horas extras para mantener tu trabajo?			
22. ¿Se siente comprometido con su trabajo?			
23. ¿Debe relacionarse con personas, tanto internas como externas de su trabajo para realizar sus actividades?			
24. ¿Su trabajo requiere muchas y variadas formas de manejarlos? Demandas Generales			
25. ¿Debe supervisar la labor de otras personas?			
26. ¿En su trabajo tienen que hacer más de una tarea a la vez?			
27. ¿Debe informar sobre sus labores realizadas sus superiores?			
28. ¿Pasa más de 4 horas de pie en su trabajo?			
29. ¿Trabaja continuamente inclinado o en una postura forzada			
30. ¿Su columna se ha afectado por una mala postura al realizar su trabajo?			
31. ¿Los brazos soportan cargas mayores de 5 kg por espacios de tiempo largo?			
32. ¿Los desplazamientos ocupan un tiempo mayor de total de su jornada laboral?			
33. ¿Realiza desplazamientos con cargas mayores de 5 kg			
34. ¿El trabajo le exige esfuerzo muscular?			
35. ¿Para realizar las tareas utiliza sólo la fuerza de las manos?			
36. ¿El agotamiento es rápido cuando realizas trabajos de esfuerzo muscular?			

Anexo 3: Instrumento para recolección de la información

Nursing Scale Stress

(Gray-Tolf y Anderson, 981 - adaptación de Cazal, 2017)

“A continuación, encontrara una serie de situaciones que ocurre en forma habitual en el servicio donde trabaja e indique la frecuencia con que estas situaciones le han resultado estresantes”

N	ITEMS	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	ALGUNAS VECES	CASI NUNCA	NUNCA
1	Tiene que realizar muchas tareas no relacionadas con la enfermería					
2	Le falta tiempo para completar todos sus Anexos A 28 cuidados como enfermera					
3	Ha sido transferido a otra unidad con escasez de personal					
4	Hay insuficiente personal para cubrir adecuadamente el trabajo en el servicio					
5	Le afecta conversar con un/a paciente sobre su muerte inminente					
6	Observar el sufrimiento de un/a paciente, le conmueve					
7	La muerte de un/a paciente con quien entablo una relación estrecha, le es difícil superar					
8	La muerte de un/a paciente, le entristece					
9	Tomar una decisión con respecto a un paciente cuando el médico no está disponible, la desestabiliza					
10	Que un paciente le pregunte algo para lo que no tiene una respuesta satisfactoria, le produce frustración					
11	Le falta de oportunidades para expresar a otras personas de su unidad sentimientos negativos hacia los pacientes					
12	No sentirse preparad/o para ayudar a los familiares de los pacientes en sus necesidades emocionales, la desmoraliza.					
13	La incertidumbre de no saber el funcionamiento de un equipo técnico especializado, la confunde					

14	La falta de conocimiento para prestar apoyo emocional a un paciente, afecta su estado emocional					
15	Realizar procedimientos que serán experiencias dolorosas para los pacientes, le causa temor					
16	No conocer lo que se puede comunicar a un paciente o a su familia sobre su condición médica o su tratamiento, la fastidia sobremanera					
17	El miedo a cometer un error en el tratamiento de un/a paciente, la asusta					
18	Tiene sentimientos de culpa al no tener una preparación adecuada para ayudar a los pacientes en el campo emocional					
19	Tiene falta de oportunidades de hablar abiertamente con otras personas de la unidad sobre problemas relacionados a los pacientes					
20	Siente Impotencia ante el caso de un paciente que no presenta mejoría					
21	Las roturas de equipo técnico (ordenador, instrumentos y equipos electrónicos, etc.), le irritan demasiado					
22	La falta de disponibilidad de personal y la atención fuera de horario a los pacientes, le hacen perder la cordura					
23	La ausencia de un/a médico al producirse la muerte de un paciente, le da miedo					
24	La ausencia de un médico en una urgencia médica, le produce pánico					
25	Tiene conflictos con un medico					
26	Ser criticada/o por un médico, le enfurece					
27	El estar en desacuerdo con el tratamiento con un médico en el tratamiento de un/a paciente, le estresa					
28	Si un/a médico ordena lo que parece ser un tratamiento inadecuado para un paciente, usted le contradice					
29	Critica usted la información inadecuada que da el médico sobre la situación médica de un paciente					
30	Tiene conflictos con el/la supervisor/a					

31	Las dificultades al trabajar con un/a enfermero/a o enfermeros/as en particular, de su propia unidad, disminuye su eficiencia					
32	Tiene pocas oportunidades de compartir experiencias y sentimientos con otras personas de su unidad					
33	Le dificulta el trabajar con un/a enfermero/a o enfermeros/as en particular, externos/as a su unidad					
34	Ser criticado/a por un supervisor, le produce sentimientos de odio					

Anexo 4. Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO

INSTITUCIÓN: UNIVERSIDAD NORBERT WIENER

AUTORA: GALVEZ MORENO DEANNE PILAR

Título:

CARGA LABORAL Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS EN LOS INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, 2022.

Estimada interna de enfermería de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener, adjunto el siguiente consentimiento, esperando su participación en la ejecución de mi tesis, la cual tiene fines investigativos y en donde se mantendrá estricta confidencialidad de los datos otorgados.

Manifiesto que he sido informada (o) por el bachiller Deanne Pilar Galvez Moreno, de la escuela profesional de enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Privada Norbert Wiener, sobre el estudio llamado: CARGA LABORAL Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS EN LOS INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, 2022.

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que responderé un cuestionario anónimo, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Si acepto

No Acepto