



**Universidad
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

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

TRABAJO ACADÉMICO

“Relación entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias en un Hospital de Lima - 2023”

Para optar el Título de

Especialista en Cuidado Enfermero en Emergencias y Desastres

Presentado por

Autor: Raúl Herrera Moscoso

Código ORCID: 0009-0006-8751-6553

Asesor: Mg. Fernandez Rengifo, Werther Fernando

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7485-9641>

Línea de Investigación

Salud y Bienestar

Lima – Perú

2023

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

Yo,... **HERRERA MOSCOSO RAÚL** egresado de la Facultad deCiencias de la Salud..... y Escuela Académica Profesional de ...Enfermería..... / Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico **“RELACIÓN ENTRE LA SOBRECARGA LABORAL Y EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ENFERMEROS DE EMERGENCIAS EN UN HOSPITAL DE LIMA - 2023”**Asesorado por el docente: Mg. Werther Fernando Fernández Rengifo

DNI ... 05618139 ORCID... <https://orcid.org/0000-0001-7485-9641> tiene un índice de similitud de (20) (veinte) % con código __oid:___oid:14912:301806528_____ verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

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



Firma de autor 1

HERRERA MOSCOSO RAÚL Nombres y apellidos del Egresado

DNI:70970042

Firma de autor 2

DNI:



Firma

Mg. Werther Fernando Fernández Rengifo

DNI:05618139

Lima, 28 de diciembre de 2023

Dedicatoria

A los que buscamos el bien y hacemos lo correcto.

Agradecimiento

Al unísono y con un solo foco para mi Dios Jehová y a mi familia.

Jurados:

Presidente: Dr. JOSE GREGORIO MOLINA TORRES

Secretario: EFIGENIA CELESTE VALENTIN SANTOS

Vocal: ELSA MAGALY YAYA MANCO

Índice de Contenido

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice de Contenido	vi
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
1. EL PROBLEMA	1
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Formulación del problema	4
1.2.1 Problema general	4
1.2.2 Problemas específicos	4
1.3 Objetivos de la investigación	5
1.3.1 Objetivo general	5
1.3.2 Objetivos específicos	5
1.4 Justificación de la investigación	6
1.4.1 Teórica	6
1.4.2 Metodológica	6
1.4.3 Práctica	7
1.5 Delimitaciones de la investigación	8
1.5.1 Temporal	8
1.5.2 Espacial	8
1.5.3 Población o Unidad de análisis	8
2. MARCO TEÓRICO	9
2.1 Antecedentes	9

2.1.1 Antecedentes Internacionales.	9
2.1.2 Antecedentes Nacionales.	11
2.2 Bases Teóricas	14
2.2.1 Sobrecarga Laboral de Enfermeras	14
2.2.2 Bienestar psicológico del personal de enfermería	19
2.3 Formulación de hipótesis	27
2.3.1 Hipótesis general	27
2.3.2 Hipótesis específicas	27
3 METODOLOGÍA	28
3.1 Método de la investigación	28
3.2 Enfoque de la investigación	28
3.3 Tipo de investigación	28
3.4 Diseño de la investigación	28
3.5 Población, muestra y muestreo	29
3.6 Variables y operacionalización	29
3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	31
3.7.1 Técnica	31
3.7.3 Validación	32
3.7.4 Confiabilidad	33
3.8 Plan de procesamiento y análisis de datos	33
3.9 Aspectos éticos	34
4 ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	35
4.1 Cronograma de actividades (se sugiere utilizar el diagrama de Gantt)	35
4.2 Presupuesto	36
5 REFERENCIAS	¡Error! Marcador no definido.

6 ANEXOS	49
6.1 Matriz de consistencia	50
6.2 Instrumentos de recolección de datos	50
6.3 Consentimiento Informado	¡Error! Marcador no definido.

RESUMEN

Introducción: El papel de los enfermeros en la asistencia sanitaria es primordial y con frecuencia encuentran obstáculos importantes en su lugar de trabajo. Abordar y comprender la sobrecarga laboral y la estabilidad emocional de estas personas puede tener un efecto favorable en su salud general, su desempeño profesional y la calidad de la atención que ofrecen a los pacientes. Objetivo: Determinar cómo la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias. Método: Se realizará un estudio descriptivo correlacional, con una muestra censal de 86 enfermeros de emergencias, la técnica de recolección de datos que se aplicara será la encuesta y como instrumento se utilizara el cuestionario que serán validados por el juicio de expertos. El cuestionario para medir el nivel de sobrecarga laboral ha demostrado validez y una confiabilidad KR-20=0,83; así mismo, se medirá el nivel de bienestar psicológico valido y con una confiabilidad KR-20=0,86. Si se cumple este supuesto, se utilizará la estadística paramétrica (estadístico de Pearson). En caso contrario, se empleará la estadística no paramétrica (rho de Spearman). Para el análisis descriptivo de datos se empleará tablas de distribución de frecuencias, utilizando el software SPSS.

Palabras clave: Carga laboral, bienestar psicológico, emergencia, Enfermería.

ABSTRACT

Introduction: The role of nurses in healthcare is paramount and they often encounter significant obstacles in their workplace. Addressing and understanding the work overload and emotional stability of these individuals can have a favorable effect on their overall health, professional performance, and the quality of care they provide to patients. **Objective:** To determine how work overload is related to psychological well-being in emergency nurses. **Method:** A descriptive correlational study will be carried out with a census sample of 86 emergency nurses, the data collection technique will be a survey and a questionnaire will be used as an instrument validated by expert judgment. The questionnaire to measure the level of work overload has demonstrated validity and a reliability KR-20=0.83; likewise, the level of psychological well-being will be measured with a validity and reliability KR-20=0.86. If this assumption is met, parametric statistics (Pearson statistics) will be used. Otherwise, non-parametric statistics (Spearman's rho) will be used. For the descriptive analysis of data, frequency distribution tables will be used, using SPSS software.

Key words: Workload, psychological well-being, emergency, Nursing.

1. EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

El bienestar psicológico del personal de enfermería puede verse afectado significativamente por una carga de trabajo excesiva. Cuando los empleados se sienten abrumados y presionados para cumplir con las demandas laborales, esto puede resultar en la manifestación de estrés, ansiedad e incluso síndrome de agotamiento. Por tanto, es fundamental realizar análisis y estudios exhaustivos que puedan ayudarnos a comprender los efectos de la carga de trabajo en el bienestar psicológico del personal de enfermería. Esto puede conducir al desarrollo de estrategias y políticas efectivas que tengan como objetivo cultivar un ambiente de trabajo saludable y mejorar la calidad de vida general en este sector profesional esencial (1).

El personal de enfermería de todo el mundo se enfrenta a un desafío importante con la sobrecarga de trabajo, lo que plantea un problema para esta profesión. Las responsabilidades y deberes del trabajo de enfermería pueden ser extensos y pueden provocar fatiga y estrés mental y físico. Además, el personal de enfermería también tiene que hacer frente a demandas externas, como garantizar la seguridad del paciente, cumplir con los estándares de atención y gestionar situaciones de emergencia (2).

El problema de la sobrecarga de trabajo en la profesión de enfermería ha sido bien documentado a nivel mundial y se han demostrado sus efectos negativos en la atención al paciente y el bienestar físico y mental del personal de enfermería. Muchos centros de atención médica requieren que las enfermeras trabajen horarios prolongados y es posible que tengan menos recursos y apoyo para gestionar su carga de trabajo y niveles de estrés (3).

El bienestar emocional y psicológico de los enfermeros y otros trabajadores sanitarios es importante, como reconoce la Organización Mundial de la Salud (OMS). El estrés relacionado con el trabajo puede tener efectos adversos en la salud física y mental de los trabajadores de la salud, lo que compromete la calidad de la atención al paciente. La OMS enfatiza la necesidad de considerar los factores psicosociales en el lugar de trabajo, particularmente en su informe sobre la salud mental en el lugar de trabajo. Para abordar este problema, la organización ha publicado directrices que incluyen recomendaciones específicas para el personal de enfermería (4).

En este contexto, la sobrecarga laboral se caracteriza por la exposición a altos niveles de estrés, presión y carga de trabajo. En el caso de los enfermeros de emergencias, esta sobrecarga puede tener un impacto negativo en su bienestar psicológico, ya que se enfrentan a situaciones de alta demanda emocional, física y cognitiva. Algunos de los factores que contribuyen a la sobrecarga laboral en las enfermeras de emergencias son: altos volúmenes de trabajo, trabajo en turnos rotativos, exposición a situaciones traumáticas (5).

En ese sentido, la sobrecarga laboral puede tener un impacto negativo en el bienestar psicológico de los enfermeros de emergencias, ya que puede provocar: ansiedad, depresión, trastornos del sueño y una serie de problemas de salud física. Por ello, es importante que los enfermeros de emergencias tengan estrategias para afrontar la sobrecarga laboral y proteger su bienestar psicológico. Algunas de estas estrategias son: adoptar un estilo de vida saludable, recibir apoyo profesional y buscar apoyo social (6).

Las organizaciones de salud están tomando medidas para reducir la sobrecarga laboral en los enfermeros de emergencias, tales como: reducir los volúmenes de trabajo, mejorar las condiciones de estas y ofrecer apoyo psicológico como soporte a su salud mental. A pesar de

estos esfuerzos, todavía persisten otras prioridades y grandes desafíos en los hospitales en América Latina que aún trabajan incansablemente para mejorar y garantizar la seguridad y la calidad de la atención médica y se implementan medidas preventivas y protocolos estrictos en las unidades de emergencias para minimizar los riesgos y mejorar la seguridad para los pacientes durante su estancia (7).

La falta de bienestar psicológico puede resultar en comunicación inadecuada entre el personal médico y el paciente, provocando malentendidos sobre procedimientos o tratamientos médicos; fallos en la administración de medicamentos y terapias intravenosas, lo que aumenta el riesgo de complicaciones graves en el paciente; fallos en la monitorización del paciente, etc., lo que puede ocasionar errores médicos, complicaciones y retrasos en la recuperación del paciente; y falta de asesoramiento adecuado al paciente en cuanto a medidas preventivas que deben tomarse antes y después de algún procedimiento, lo que puede aumentar el riesgo de complicaciones y otros problemas de salud (8).

En una investigación reciente en un servicio de urgencias y emergencias de Colombia, hallaron que el bienestar psicológico, la satisfacción laboral y la felicidad en el entorno laboral se ubicaron en un nivel moderado a bajo. Además, se observó que elementos como el ambiente de trabajo, el tiempo y las relaciones sociales estaban vinculados a las características particulares de la institución (9).

Sin duda, la sobrecarga laboral, el estrés, los estresores y la satisfacción laboral pueden tener un impacto significativo en la salud y el bienestar psicológico de los enfermeros peruanos. La sobrecarga laboral puede provocar problemas de salud física y mental, como estrés, ansiedad, depresión, trastornos del sueño y problemas cardiovasculares. El estrés y los estresores también pueden provocar problemas de salud física y mental, y pueden reducir la

satisfacción laboral. La satisfacción laboral, por otro lado, puede promover la salud y el bienestar psicológico. Por ello, las organizaciones deben contribuir a mejorar la salud y el bienestar de los enfermeros peruanos, lo que puede tener un impacto positivo en la calidad de la atención que reciben los pacientes y sus familiares (10).

Como lo describimos, estos son problemas serios que demandan ser abordados para ahondar el conocimiento siendo importante que los enfermeros de emergencias tengan estrategias para afrontar la sobrecarga laboral y que las organizaciones tomen medidas para reducirla, ya que este es una causa seria de la alteración del bienestar psicológico del personal de enfermería en los entornos hospitalarios. De ahí la necesidad e importancia de implementar este trabajo.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cómo la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias en un Hospital de Lima - 2023?

1.2.2 Problemas específicos

- a. ¿Cómo la dimensión “carga física de la sobrecarga laboral” se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias?
- b. ¿Cómo la dimensión “carga mental de la sobrecarga laboral” se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias?

- c. ¿Cómo la dimensión “presión del tiempo de la sobrecarga laboral” se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias?
- d. ¿Cómo la dimensión “organización del trabajo de la sobrecarga laboral” se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

“Determinar cómo la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias”

1.3.2 Objetivos específicos

- a. Identificar cómo la dimensión carga física de la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.
- b. Identificar cómo la dimensión carga mental de la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.
- c. Identificar cómo la dimensión presión del tiempo de la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.
- d. Identificar cómo la dimensión organización del trabajo de la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Teórica

La investigación se justifica teóricamente porque busca contribuir al conocimiento y la comprensión de la relación entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico de los enfermeros de emergencias. La investigación se basa en teorías previas y conceptos relacionados con la salud mental, la prevención del estrés laboral y la calidad del cuidado al paciente. Hay una serie de teóricos que han estudiado la relación entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros. Algunos de los más relevantes son: Richard Lazarus, Arnold J. Cohen, Christine Maslach y Stephen Hobfoll. Estos teóricos han proporcionado una base conceptual para comprender la relación entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros. Su trabajo ha ayudado a identificar los factores que contribuyen a esta relación y las consecuencias que puede tener para la salud y el bienestar de los enfermeros de emergencias.

1.4.2 Metodológica

La investigación cuantitativa se justifica metodológicamente porque busca aplicar un método riguroso y sistemático de investigación siguiendo el método científico del hipotético deductivo para recopilar y analizar datos relevantes sobre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico de los profesionales de enfermería en las unidades y servicios de urgencias y emergencias. Se utilizarán técnicas de muestreo e instrumentos válidos y confiables para la recopilación de datos y análisis estadístico correlacional para asegurar las pruebas de hipótesis de los resultados de la investigación transversal que se va a llevar a cabo.

1.4.3 Práctica

La investigación se justifica prácticamente porque busca identificar los factores que contribuyen a la sobrecarga laboral y al deterioro del bienestar psicológico en los enfermeros de las unidades y servicios de urgencias y emergencias, y proporcionar información útil para los empleadores y los profesionales de enfermería sobre cómo prevenir y manejar estos problemas. Para la profesión de enfermería, esta investigación ofrece una valiosa perspectiva sobre la importancia del bienestar psicológico del personal de enfermería en el entorno hospitalario, particularmente en un área crítica como emergencia. La identificación de una relación significativa entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico subraya la necesidad de abordar y mitigar este problema en el ámbito laboral de los profesionales de enfermería.

Además, proporciona una base sólida para la implementación de estrategias y políticas de bienestar del personal que puedan mejorar las condiciones de trabajo, reducir la sobrecarga laboral y promover la salud mental y emocional de los enfermeros. Esto, a su vez, puede contribuir a la retención de personal de enfermería, la reducción del estrés laboral y la mejora de la calidad de la atención al paciente.

Desde una perspectiva más amplia, esta investigación tiene implicaciones significativas para la sociedad. El personal de enfermería es una parte fundamental del sistema de atención médica y desempeña un papel crucial en la prestación de cuidados de salud de alta calidad. Cuando los profesionales de enfermería experimentan altos niveles de sobrecarga laboral y un bajo bienestar psicológico, esto puede afectar negativamente su capacidad para brindar atención segura y efectiva a los pacientes.

Por lo tanto, abordar esta cuestión no solo beneficia a los enfermeros individualmente, sino que también mejora la calidad y la seguridad de la atención médica en general.

1.5 Delimitaciones de la investigación

1.5.1 Temporal

Esta pesquisa se enfoca en el período de octubre a diciembre del 2023. Durante este periodo se llevarán a cabo las mediciones, encuestas y análisis pertinentes para evaluar los fenómenos en mención.

1.5.2 Espacial

La investigación se llevará a cabo en el servicio de urgencias y emergencia en un Hospital de Lima, Perú.

1.5.3 Población o Unidad de análisis

La unidad de análisis es el enfermero (a) que trabaja en el servicio de urgencias y emergencias en un Hospital durante el año 2023, siendo un total de 86 sujetos de estudio.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes Internacionales

García-Torres et al. (11), 2022 en México, efectuó su estudio con el fin de “Evaluar la sobrecarga laboral, el bienestar psicológico y el burnout experimentado por los enfermeros durante la pandemia de la COVID-19 en México”. En el estudio participaron un total de 65 enfermeros de emergencias, tanto hombres como mujeres. El rango de edad de los participantes fue de 22 a 67 años y el estudio reveló altos niveles de carga laboral, pero una baja incidencia del síndrome de burnout. Se encontraron disparidades de género en el bienestar psicológico: los enfermeros obtuvieron puntuaciones más altas que las enfermeras tanto en autoaceptación como en propósito de vida. Además, los empleados del sector privado informaron un mayor crecimiento personal en comparación con los que trabajan en el sector público. El factor de despersonalización del síndrome de burnout demostró diferencias entre enfermeros, los hombres obtuvieron puntuaciones más altas. Al comparar a los empleados del sector público y privado, aquellos que trabajaban en un contexto privado informaron niveles más altos de realización personal. Además, los participantes que habían contraído COVID-19 en algún momento durante la pandemia obtuvieron puntuaciones más altas en agotamiento emocional y más bajas en realización personal que aquellos que no lo hicieron.

Martínez-Rojas et al. (12), 2022 en Colombia, efectuó su estudio con el fin de “Identificar el bienestar psicológico y la sobrecarga laboral en enfermeras que realizan procedimientos especiales en tiempos de COVID-19, y sus diferencias según variables demográficas y profesionales”. El estudio fue cuantitativo, descriptivo transversal, realizado

en 52 enfermeras que realizan terapia de reemplazo renal. Se utilizó la escala PGWBI para establecer los niveles de bienestar psicológico y la escala PCL de percepción de carga laboral. Se usó el test de Mann-Whitney y Kruskal-Wallis para comparar diferencias entre las variables estudiadas. Se encontró que los niveles fueron positivos en todas las categorías excepto ansiedad y depresión. También se observó que variables como género, estado civil, estabilidad laboral, antigüedad laboral, remuneración salarial y formación académica mostraron comportamientos diferenciados en las categorías evaluadas en el instrumento. Los resultados indican que las enfermeras evaluadas experimentaron niveles moderados de carga laboral y altos niveles de bienestar psicológico y que factores como el estado civil, la formación post-gradual y la estabilidad laboral con mejores ingresos salariales influyen positivamente las categorías que contribuyen a este bienestar psicológico.

Perguachi et al, (13), 2021, en Ecuador, llevaron a cabo su estudio con el fin de “determinar la influencia de carga laboral en la alteración del bienestar psicológico del personal de enfermería de las áreas críticas del Hospital José Carrasco Arteaga”. La metodología de estudio es descriptiva de corte transversal no experimental, la muestra conto con 92 enfermeras de emergencias. Como instrumento de recolección de datos, se aplicó una encuesta. Tabulando los resultados con tablas y gráficos en un programa estadístico. Así mismo, encontraron que el 83% de la población era femenina, llegando a la conclusión que el personal de enfermería del hospital se encontraba bajo mucho estrés debido al exceso de actividades que realizaban durante sus turnos. Estos datos demuestran, que la carga laboral afecta a las enfermeras en su bienestar psicológico.

Holton et al. (14). 2021 en Australia, llevaron a cabo su estudio con el fin de “Evaluar el bienestar psicológico del personal clínico del hospital australiano durante la pandemia de

COVID-19”. Participaron 391 enfermeras de emergencias. Se aplicó una encuesta anónima en línea a enfermeras, parteras, médicos y personal auxiliar de salud (AH), utilizando la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) para evaluar su bienestar psicológico. Hallaron que un cuarto de los encuestados informó síntomas de angustia psicológica, mientras que entre el 11% y el 29% presentaron puntuaciones de ansiedad entre leves y extremadamente graves. Además, las enfermeras y parteras presentaron puntuaciones de ansiedad significativamente más altas que los médicos y el personal de salud auxiliar. El contacto directo con personas diagnosticadas con COVID-19 y ser enfermera o matrona se asociaron con puntuaciones más altas de ansiedad.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Romero (15), 2023, efectuó su pesquisa con el fin de “Determinar la relación entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico del personal de enfermería del Servicio de Emergencia en un Hospital Nacional”. La investigación es de tipo aplicada, utilizaran el método hipotético-deductivo, enfoque cuantitativo y un diseño no experimental, de corte transversal y correlacional, con una muestra de 107 enfermeros. Para medir la carga laboral, se utilizarán el cuestionario del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, adaptado y validado por la autora Nieto Polo (2018) con una prueba V de Aiken con un resultado del 97% y una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.885, que consta de 40 ítems. Para medir el bienestar psicológico, se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff de 39 ítems, validada por el autor Véliz (2012) con un KMO de 0.92 y una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.832 en 2020 por la autora Sánchez.

Vargas et al. (16), 2022, llevaron a cabo su pesquisa con el fin de “Determinar la relación entre la carga laboral y el bienestar psicológico del personal de enfermería del Servicio de Emergencias COVID del Hospital Sub Regional de Andahuaylas en 2022”, utilizando un enfoque cuantitativo y un diseño de corte transversal. La muestra incluyó 85 profesionales que completaron una encuesta con un cuestionario que midió tanto la carga laboral como el bienestar psicológico con coeficientes de confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.863 y 0.858, respectivamente. Los resultados mostraron que el 18.8% tenía una carga laboral baja, el 56.5% una carga laboral media y el 24.7% una carga laboral alta. El 23.5% tenía un nivel deficiente de bienestar psicológico, el 42.4% un nivel regular y el 34.1% un nivel óptimo. Se encontró una relación inversa significativa entre la carga laboral y el bienestar psicológico ($r=-0.818$, $p<0.01$), lo que indica que cuanto mayor es la carga laboral, menor es el bienestar psicológico del personal de enfermería.

Escandón et al. (17), 2022, efectuó su indagación con el fin de “Determinar la relación entre la carga laboral y la deshumanización del personal de enfermería del servicio de emergencia del Hospital Daniel Alcides Carrión, Cerro de Pasco”. La metodología utilizada fue de tipo correlacional, con un enfoque cuantitativo y diseño observacional, la técnica usada fue la entrevista y el instrumento la encuesta. Se trabajó con una muestra de 35 profesionales de enfermería del servicio de emergencia. Los resultados indicaron que no existe relación entre la alta carga laboral y la deshumanización en el personal profesional de enfermería. En cuanto a las conclusiones, se destaca la importancia de mejorar las condiciones laborales del personal de enfermería para evitar la deshumanización en el servicio de emergencia

Espinoza et al. (18), 2021, llevaron a cabo su indagación con el fin de “Establecer la relación entre la carga laboral y el bienestar psicológico del personal de enfermería del

Servicio de Emergencias del Hospital Sergio E. Bernales”. utilizando un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo correlacional y un corte transversal, contando con una muestra de 94 profesionales de enfermería. Se utilizaron cuestionarios para medir tanto la carga laboral como el bienestar psicológico, con una adaptación del cuestionario de Hart y Staveland (1988) por Edith Margot Gonzales Salazar (2017) y la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, respectivamente. Los resultados mostraron que el 41.49% tenía carga laboral media, el 29.79% carga laboral alta y el 28.72% carga laboral baja. En cuanto al bienestar psicológico, el 53.19% tenía un nivel bueno, el 27.66% nivel regular y el 19.15% nivel malo. Se encontró una relación inversa moderada y significativa ($r = -0.760$, $p < 0.01$) entre la carga laboral y el bienestar psicológico del personal de enfermería del Servicio de Emergencias del Hospital Sergio E. Bernales, Lima, 2020, según la correlación de Spearman.

Sánchez (19), 2021, llevaron a cabo su estudio con el fin de “Analizar qué relación existe entre Sobrecarga Laboral y Bienestar Psicológico del Personal de Enfermería, Hospital Nacional Dos De Mayo.”, Este estudio descriptivo y relacional. La muestra consistió en 75 profesionales de enfermería de emergencias, quienes completaron un cuestionario con preguntas de caracterización y dos instrumentos tipo escala, uno con 40 ítems para la sobrecarga laboral y otro con 39 ítems para el bienestar psicológico. Los resultados indicaron que el 40% de la muestra experimentó una sobrecarga laboral media, mientras que el 32% y el 28% presentaron sobrecarga baja y alta, respectivamente. Además, el 60% experimentó sobrecarga física media. En cuanto a la variable de bienestar psicológico, el 45.3% presentó un nivel regular, el 42.7% óptimo y el 12.0% deficiente. Las correlaciones de Spearman revelaron una relación significativa y positiva ($r=0.722$, $p=0.000$) entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico del personal de enfermería.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Sobrecarga Laboral de Enfermeras

2.2.1.1. Definiciones Conceptuales y Teóricas Relacionadas

La sobrecarga laboral de enfermeras es el exceso de demandas psicofísicas en el ámbito del trabajo, incluyendo el número de pacientes asignados, la complejidad de sus necesidades, la falta de recursos adecuados y la presión por cumplir con las exigencias de la institución de salud. Esta sobrecarga puede llevar a problemas de salud física y mental, disminución del rendimiento laboral y un mayor riesgo de cometer errores y accidentes en el trabajo (20).

Teoría de la Carga de Trabajo Mental (Hart y Staveland, 1988): Esta teoría se centra en la medición y la gestión de la carga de trabajo mental en profesionales de diferentes industrias, incluyendo la enfermería. Proporciona un marco para evaluar la carga de trabajo mental percibida por los trabajadores y ha sido ampliamente aplicada en la investigación de la carga mental en enfermeras (21).

Teoría de la Sobrecarga de Rol (Goode, 1960): Esta teoría se enfoca en cómo las múltiples responsabilidades y roles que desempeñan las enfermeras pueden llevar a la sobrecarga. Examina cómo la sobrecarga de roles afecta la satisfacción laboral y el bienestar psicológico de las enfermeras (22).

Teoría del Equilibrio Trabajo-Vida (Greenhaus y Beutell, 1985): Esta teoría se centra en cómo las demandas del trabajo y las responsabilidades personales pueden influir en el bienestar y la satisfacción de las enfermeras. Examina cómo el equilibrio entre el trabajo y la vida personal afecta la percepción de carga laboral (23).

Teoría de la Enfermera Quemada (Maslach y Jackson, 1986): Aunque no se centra exclusivamente en la carga laboral, esta teoría explora cómo la sobrecarga de trabajo, la falta de control sobre el trabajo y la falta de recompensas pueden llevar al agotamiento y al síndrome de burnout en las enfermeras (24).

2.2.1.2. Dimensiones de Sobrecarga Laboral

Dimensión 1: Carga Física

La carga física se refiere a una carga o exigencia laboral excesiva y prolongada que afecta la salud física de un trabajador. Se produce cuando una persona se ve obligada a realizar una tarea que excede los límites de su capacidad física o que requiere una actividad intensa y prolongada sin un adecuado descanso, lo que puede provocar la aparición de lesiones musculoesqueléticas y la fatiga crónica (25).

La sobrecarga física se produce cuando estos profesionales enfrentan una carga laboral excesiva y prolongada que excede sus capacidades físicas. Esto puede afectar gravemente su salud, aumentar el riesgo de lesiones musculoesqueléticas y llevar a la fatiga crónica. Entre las principales causas de sobrecarga física en enfermeras del centro quirúrgico se incluyen las tareas repetitivas, los esfuerzos físicos intensos, la falta de descanso y la ausencia de pausas adecuadas. Además, la falta de personal y el aumento en el volumen de pacientes pueden provocar una mayor presión y exigencia en el trabajo de las enfermeras, lo que agrava su sobrecarga física (26).

La sobrecarga física en enfermeros puede tener consecuencias graves para su salud física y emocional, reducir su productividad y aumentar los riesgos asociados para los pacientes. Por lo tanto, es importante que las instituciones implementen medidas preventivas

y correctivas para evitar esta situación, como la mejora de las condiciones de trabajo, la dotación adecuada de personal y de herramientas, y la educación y formación para el trabajo seguro. La reducción de la sobrecarga física también puede mejorar la calidad de la atención al paciente y aumentar la satisfacción de los pacientes y sus familias. Una enfermera que se siente menos presionada físicamente tiene más probabilidad de brindar una atención personalizada y de alta calidad (27).

En síntesis, la sobrecarga física en enfermeros es un problema grave que puede afectar tanto a su salud física como emocional y aumentar el riesgo de lesiones y errores en la atención al paciente. Es esencial que se implementen medidas adecuadas para prevenir y reducir la sobrecarga física, lo que puede mejorar la calidad de la asistencia sanitaria y el bienestar de las enfermeras y pacientes (28).

Dimensión 2: Carga Mental

La carga mental en enfermeros se produce cuando estos profesionales enfrentan una carga de trabajo emocional o mental excesiva y prolongada que excede sus capacidades y puede afectar negativamente su salud psicológica y emocional (29).

La sobrecarga mental en enfermeros puede ser causada por diversas situaciones, como un alto volumen de trabajo y responsabilidades, una demanda emocional excesiva por parte de los pacientes y sus familiares, la necesidad de tomar decisiones críticas en situaciones complejas y de emergencia, y la falta de apoyo y recursos suficientes para hacer frente a estas demandas (30).

Como resultado, las enfermeras pueden experimentar síntomas como estrés, ansiedad, depresión, agotamiento emocional y trastornos del sueño, entre otros. Estos síntomas pueden

afectar su capacidad para brindar un cuidado de alta calidad y para interactuar de manera eficaz con los pacientes y sus familias. Además, pueden aumentar el riesgo de errores y disminuir la seguridad del paciente (31).

Para prevenir y mitigar la sobrecarga mental en enfermeros se pueden implementar diversas medidas, como programas de apoyo emocional y de bienestar, capacitaciones en técnicas de manejo del estrés y toma de decisiones, y la creación de un ambiente de trabajo que promueva el equilibrio entre la vida laboral y personal (32).

Es importante destacar que la implementación de estas medidas no solo beneficia a las enfermeras, sino también a los pacientes y sus familias. Al reducir la sobrecarga mental en las enfermeras se puede mejorar la calidad de la atención al paciente y reducir los riesgos asociados a la atención de la salud en situaciones de estrés y emergencia (33).

En síntesis, la sobrecarga mental en enfermeras es un problema grave que puede afectar su salud psicológica y emocional y aumentar los riesgos asociados a la atención de la salud. Se requiere la implementación de medidas preventivas y correctivas adecuadas para reducir la sobrecarga mental y mejorar la calidad del cuidado al paciente (34).

Dimensión 3: Presión de tiempo

La presión de tiempo en enfermeros se refiere a la demanda de realizar su trabajo en un tiempo limitado, en el cual deben completar múltiples tareas y responsabilidades de manera eficiente y efectiva. Esta presión de tiempo puede ser causada por varios factores, como la necesidad de cumplir con horarios programados para las cirugías, la urgencia de los procedimientos quirúrgicos y la necesidad de proporcionar una atención rápida y oportuna a los pacientes (35).

Sin embargo, el exceso de presión de tiempo en las enfermeras puede llevar a una disminución en la calidad del cuidado al paciente, ya que las enfermeras pueden sentirse apuradas y no tener suficiente tiempo para cumplir con todas sus responsabilidades y atender adecuadamente a los pacientes. Para abordar la presión de tiempo en las enfermeras, se pueden implementar varias medidas preventivas, como por ejemplo optimizar la planificación y gestión del tiempo, colaborar en equipo para dividir las tareas y reducir la carga de trabajo, y capacitaciones en habilidades técnicas y en gestión del estrés (36).

En síntesis, la presión de tiempo en enfermeros es una preocupación que puede afectar la calidad del cuidado al paciente. Es importante implementar medidas preventivas para reducir la presión de tiempo y asegurar que los pacientes reciban una atención de alta calidad y adecuada (37).

Dimensión 4: Organización del trabajo

La organización del trabajo en enfermeros se refiere a la estructuración y gestión de las tareas y responsabilidades de estos profesionales de la salud en este entorno específico. Una buena organización del trabajo puede mejorar la calidad de la atención al paciente y reducir el estrés de los profesionales. La organización del trabajo en enfermeros puede incluir aspectos como la división del trabajo según las competencias y las tareas, la planificación del tiempo y el uso eficiente de los recursos disponibles, el trabajo en equipo y la comunicación efectiva (38).

Un elemento importante de la organización del trabajo en enfermeros es la colaboración con otros profesionales de la salud, como los médicos y los paramédicos. La coordinación y la comunicación entre estos profesionales es esencial para garantizar una

atención integrada y de alta calidad al paciente. Otro aspecto importante de la organización del trabajo en enfermeros es la preparación adecuada antes de los procedimientos. Es necesario asegurarse de que todo el equipo esté debidamente informado sobre el procedimiento, los riesgos y los desafíos posibles, así como la disponibilidad de los recursos y el equipo necesario para brindar una atención de calidad (39).

En síntesis, la organización del trabajo en enfermeros es crucial para garantizar la seguridad y la calidad de la atención al paciente. Una buena organización del trabajo puede reducir el estrés de los profesionales de la salud y mejorar la eficiencia y la efectividad del equipo en su conjunto (40).

2.2.2 Bienestar psicológico del personal de enfermería

2.2.2.1. Definiciones Conceptuales y Teóricas Relacionadas

El bienestar psicológico del personal de enfermería se refiere a su estado mental, emocional y social en el trabajo y en su vida personal. Incluye la satisfacción en su trabajo, la motivación, el sentido de logro, la capacidad para hacer frente al estrés y el equilibrio entre el trabajo y la vida personal (41).

El bienestar psicológico del personal de enfermería es importante, ya que puede afectar tanto su capacidad para brindar una atención de calidad al paciente como su satisfacción en el trabajo. Un personal de enfermería con un buen bienestar psicológico puede ser más efectivo en la atención al paciente y tener un menor riesgo de agotamiento y estrés laboral (42).

Para promover el bienestar psicológico del personal de enfermería se pueden implementar diferentes estrategias, como proponer entrenamientos para mejorar las

habilidades de gestión emocional y reducción del estrés, fomentar la colaboración y el trabajo en equipo, establecer programas de apoyo psicológico y compartir recursos y herramientas para la autogestión del bienestar (43).

El bienestar psicológico del personal de enfermería es importante por muchas razones. En primer lugar, los profesionales de la enfermería desempeñan un papel crucial en la atención al paciente. Están encargados de cuidar al paciente antes, durante y después de la hospitalización, lo que implica una gran responsabilidad. Una buena salud mental y emocional es fundamental para que puedan hacer frente a esta responsabilidad y proporcionar una atención de calidad (44).

Además, los profesionales de enfermería a menudo trabajan por largas horas y bajo un ambiente de alta presión. Deben ser capaces de manejar el estrés y la presión de manera efectiva, y esto solo es posible si tienen un buen bienestar psicológico. Si están agotados o estresados, pueden cometer errores o tener una actitud menos calma y tranquila al tratar a los pacientes, lo que puede tener consecuencias muy negativas (45).

Otra razón por la cual el bienestar psicológico del personal de enfermería es importante porque la profesión es una carrera muy gratificante, pero también muy exigente. Los profesionales de enfermería pueden encontrarse en situaciones en las que experimentan altos niveles de estrés, ansiedad y fatiga emocional. Si no se cuidan adecuadamente, pueden sufrir problemas de salud mental y emocional. Un personal de enfermería con una buena salud mental y emocional es crucial para que puedan continuar ejerciendo su profesión de manera efectiva y sostenible (46).

Por lo tanto, el bienestar psicológico del personal de enfermería es fundamental para garantizar una atención de calidad al paciente y una eficacia en el trabajo. Los profesionales de enfermería deben cuidar su salud mental y emocional para poder manejar el estrés y la presión del trabajo y proporcionar una atención compasiva y de calidad al paciente. Se deben implementar estrategias que ayuden a los profesionales de enfermería a mantener su bienestar psicológico, como programas de apoyo psicológico, medidas para reducir el estrés y fomentar el trabajo (47).

El bienestar psicológico del personal de enfermería puede sustentarse en varias teorías científicas. Algunas de las teorías que respaldan esta variable en una tesis podrían incluir:

Teoría del apoyo social:

Esta teoría, propuesta por Cohen y Wills (1985), sostiene que el apoyo social puede tener un impacto significativo en el bienestar psicológico del personal de enfermería, sostiene que el apoyo social, tanto de compañeros de trabajo como de familiares y amigos, puede tener un impacto significativo en el bienestar psicológico del personal de enfermería. El apoyo social puede proporcionar recursos emocionales, instrumentales e informativos que ayudan a hacer frente al estrés laboral y promover el bienestar (48).

Teoría del desgaste profesional (burnout):

La teoría del desgaste profesional, desarrollada por Maslach y Jackson (1981), se centra en el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución de la realización personal que pueden experimentar los profesionales de la salud, incluido el personal de enfermería. Esta teoría se centra en el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución de la realización personal que pueden experimentar los profesionales de la salud,

incluido el personal de enfermería. El desgaste profesional puede afectar negativamente el bienestar psicológico y la satisfacción laboral (49).

Teoría de la autorregulación:

La teoría de la autorregulación, propuesta por Carver y Scheier (1982), sugiere que la capacidad de autorregular las emociones, los pensamientos y el comportamiento es fundamental para el bienestar psicológico del personal de enfermería. Esta teoría sugiere que la capacidad de autorregular las emociones, los pensamientos y el comportamiento es fundamental para el bienestar psicológico. El personal de enfermería que puede regular eficazmente sus emociones y manejar el estrés tiene más probabilidades de experimentar un mayor bienestar (50).

Teoría de la resiliencia:

La teoría de la resiliencia, desarrollada por Masten (1994), sostiene que la capacidad de adaptarse y recuperarse frente a la adversidad es fundamental para el bienestar psicológico del personal de enfermería, se refiere a la capacidad de adaptarse y recuperarse frente a la adversidad. Esta teoría sostiene que el personal de enfermería que tiene una mayor resiliencia puede enfrentar mejor los desafíos laborales y mantener un mayor bienestar psicológico (51).

Estas son solo algunas de las teorías científicas que pueden sustentar la variable del bienestar psicológico del personal de enfermería en una tesis. Es importante realizar una revisión exhaustiva de la literatura científica para identificar las teorías más relevantes y adecuadas para respaldar la investigación (52).

2.2.2.2. Dimensiones de Bienestar psicológico del personal de enfermería.

Dimensión 1: Autoaceptación

La autoaceptación en el bienestar psicológico de los enfermeros es fundamental para su salud mental y emocional. La autoaceptación se refiere a la capacidad de aceptar nuestras emociones, pensamientos y comportamientos sin juzgarlos negativamente. En el contexto del personal de enfermería, la autoaceptación puede ayudar a los profesionales a manejar el estrés y la ansiedad asociados con su trabajo y reducir el riesgo de sufrir agotamiento y fatiga emocional (49).

La autoaceptación también puede fomentar una actitud positiva hacia uno mismo y hacia los demás. Los profesionales de enfermería que se aceptan a sí mismos pueden ser más compasivos y conscientes de las necesidades emocionales de los pacientes, lo que puede mejorar la calidad de la atención. Además, la autoaceptación puede mejorar la comunicación entre los miembros del equipo y reducir la probabilidad de conflictos interpersonales (50).

Es importante que los enfermeros tengan herramientas para fomentar la autoaceptación en su trabajo diario. Esto puede incluir prácticas de meditación o mindfulness, participación en grupos de apoyo, y estrategias de autocuidado como el ejercicio regular y una alimentación saludable. También es importante que los empleadores fomenten un ambiente laboral saludable, que permita la autoaceptación y el bienestar psicológico de los profesionales de enfermería (51).

En definitiva, la autoaceptación es un aspecto fundamental del bienestar psicológico de los enfermeros. La capacidad de aceptarse a sí mismo puede mejorar la calidad de la atención al paciente, reducir el estrés y la fatiga emocional, y mejorar las relaciones

interpersonales. Es importante que los profesionales tengan acceso a herramientas y estrategias para fomentar la autoaceptación, y que los empleadores fomenten un ambiente laboral saludable que permita el bienestar psicológico.

Dimensión 2: Relaciones positivas

Las relaciones positivas en el bienestar psicológico de los enfermeros se refieren a la importancia de las relaciones interpersonales saludables en el ambiente laboral para la salud mental y emocional de los profesionales de enfermería. Los miembros del equipo que tienen relaciones interpersonales positivas son más propensos a sentirse apoyados y a experimentar un mayor sentido de satisfacción en su trabajo. Además, un ambiente laboral saludable puede ayudar a prevenir el agotamiento y la fatiga emocional (52).

Los profesionales de enfermería que tienen relaciones interpersonales positivas también son más propensos a ser más efectivos en su trabajo. Esto se debe a que la capacidad de comunicarse de manera efectiva y trabajar en equipo es fundamental para proporcionar una atención de calidad al paciente. Además, las relaciones interpersonales positivas pueden fomentar un ambiente laboral positivo y productivo (53).

Es importante que los empleadores promuevan relaciones interpersonales saludables. Esto puede incluir actividades de team building, programas de capacitación en habilidades de comunicación, y la creación de un ambiente laboral inclusivo y respetuoso. Además, es fundamental que los empleadores reconozcan y valoren a los miembros del equipo quirúrgico, lo que puede ayudar a fomentar un ambiente laboral positivo y productivo (54).

En síntesis, las relaciones interpersonales positivas son fundamentales para el bienestar psicológico de los enfermeros. Al fomentar relaciones interpersonales saludables,

los empleadores pueden mejorar la calidad de la atención al paciente, prevenir el agotamiento y la fatiga emocional, y fomentar un ambiente laboral positivo y productivo (54).

Dimensión 3: Control del entorno y Autonomía

La autonomía y el control del entorno en el bienestar psicológico de los enfermeros se refieren a la capacidad para tomar decisiones y controlar su entorno de trabajo. La autonomía en el ambiente laboral permite a los enfermeros tomar decisiones independientes y colaborar eficazmente con sus colegas en el cuidado del paciente (55).

Además, la capacidad de controlar el entorno de trabajo, por ejemplo, el nivel de ruido, la temperatura, la iluminación y otros factores ambientales, puede impactar significativamente la salud mental y emocional de los profesionales de enfermería. Los estudios han demostrado que el control del entorno puede mejorar el estado de ánimo y la satisfacción en el trabajo de los profesionales de enfermería y también puede reducir los niveles de estrés y ansiedad (56).

Es importante que los empleadores brinden a los profesionales de enfermería la autonomía necesaria para tomar decisiones independientes dentro del marco de su trabajo. También deben proporcionar un ambiente laboral adecuado, en términos de confort y seguridad, y permitir a los enfermeros cierto grado de control sobre su entorno de trabajo. En definitiva, la autonomía y el control del entorno son aspectos importantes del bienestar psicológico de los enfermeros. Al fomentar la autonomía en el ambiente laboral y permitir a los profesionales de enfermería cierto grado de control sobre su entorno de trabajo, los empleadores pueden mejorar la calidad del cuidado al paciente, prevenir el agotamiento y la fatiga emocional, y mejorar la satisfacción en el trabajo (56).

Dimensión 4: Propósito en la vida

El propósito en la vida en el bienestar psicológico de los enfermeros se refiere a la importancia de tener un sentido de propósito y significado en la vida para mantener una buena salud mental y emocional. Un propósito claro puede ayudar a los profesionales de enfermería a tener una visión clara de sus objetivos a largo plazo y a encontrar sentido en su trabajo diario (57).

El sentido de propósito también está relacionado con la motivación y la satisfacción laboral. Cuando los enfermeros sienten que su trabajo tiene un propósito mayor, pueden ser más productivos y estar más comprometidos con su trabajo, lo que puede mejorar la calidad del cuidado al paciente (58).

Es importante que los empleadores en el centro quirúrgico reconozcan la importancia del propósito en la vida y fomenten un ambiente laboral que apoye el sentido de propósito. Esto puede incluir la creación de oportunidades para el crecimiento y el aprendizaje profesional, la celebración de logros y el reconocimiento del trabajo bien hecho (58).

Dimensión 5: Crecimiento personal

El crecimiento personal en el bienestar psicológico de los enfermeros se refiere al desarrollo continuo de habilidades, conocimientos y actitudes para mejorar su desempeño y bienestar personal y profesional. El crecimiento personal puede incluir el aprendizaje y la adquisición de nuevas habilidades, así como la exploración de nuevas formas de enfrentar desafíos y problemas (59).

Los enfermeros que invierten en su crecimiento personal pueden sentir una mayor satisfacción y sentido de logro en su trabajo, lo que a su vez puede mejorar la calidad de la

atención al paciente. El crecimiento personal también puede mejorar la resiliencia y la capacidad de los enfermeros para enfrentar situaciones difíciles y estresantes (60).

2.3 Formulación de hipótesis

2.3.1 Hipótesis general

Hi: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.

Ho: No existe relación negativa estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.

2.3.2 Hipótesis específicas

HiE1: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la dimensión carga física de la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.

HiE2: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la dimensión carga mental de la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.

HiE3: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la dimensión presión del tiempo de la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.

HiE4: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la dimensión organización del tiempo de la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.

3 METODOLOGÍA

3.1 Método de la investigación

El método de la investigación hipotético-deductivo es un modelo para describir el método científico. Consiste en un proceso de razonamiento que parte de una hipótesis o suposición y a través de la deducción se llega a una conclusión que se somete a pruebas empíricas para confirmar o refutar la hipótesis original (61).

3.2 Enfoque de la investigación

Un estudio de enfoque cuantitativo es un tipo de investigación que se basa en mediciones objetivas y análisis estadísticos y numéricos para estudiar fenómenos y hacer conclusiones. Se enfoca en el análisis de datos cuantificables y en la medición de variables específicas, y su objetivo es generar resultados cuantitativos precisos y objetivos (62).

3.3 Tipo de investigación

Se realizará una investigación con el objetivo de utilizar y aplicar los conocimientos adquiridos para resolver problemas específicos del mundo real en cualquier campo o industria en particular. La investigación aplicada se centra en abordar problemas prácticos y generar soluciones efectivas, con el fin de mejorar la práctica laboral o la calidad de vida y satisfacer las necesidades de la sociedad (61).

3.4 Diseño de la investigación

Es un estudio de diseño no experimental y transversal, dado que no se manipularán deliberadamente las variables independientes, sino que se observan y miden las relaciones

entre dos o más variables sin la intervención del investigador. En este tipo de estudio, los sujetos se observan tal como se presentan en la realidad.

El estudio será descriptivo correlacional por lo que se analizará, si existe una relación entre dos o más variables, sin establecer una relación de causalidad, entre ellas. Por lo tanto, este tipo de estudio busca describir características o comportamientos de la población y establecer si hay correlación positiva, negativa o no hay correlación entre ellas (62).

3.5 Población, muestra y muestreo

En la presente pesquisa la población será una muestra censal estará constituido por todo el personal de enfermería que trabaja en el servicio de urgencias y emergencias en un Hospital durante, siendo un total de 86 sujetos de estudio.

Los criterios de inclusión son:

- Enfermeros que laboran en el servicio de emergencia del HMA.
- Enfermeros que quieran ser parte del estudio y firmen el consentimiento informado.

Los criterios de exclusión fueron:

- Enfermeros que laboran en otras áreas del HMA.
- Enfermeros que no quieran formar parte del estudio.

3.6 Variables y operacionalización

Se presenta a continuación las tablas de operacionalización de las variables.

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (niveles o rangos)
V1: Sobrecarga laboral	Es el exceso de demandas psicofísicas en el ámbito del trabajo, incluyendo el número de pacientes asignados, la complejidad de sus necesidades, la falta de recursos adecuados y la presión por cumplir con las exigencias de la institución de salud. Esta sobrecarga puede llevar a problemas de salud física y mental, disminución del rendimiento laboral y un mayor riesgo de cometer errores y accidentes en el trabajo (21).	Se usará el cuestionario de Sánchez et al. para poder hacer la medición de sobrecarga laboral, este instrumento está dividido en cuatro dimensiones: Sobrecarga Física Sobrecarga Mental Presión de tiempo Organización del trabajo	Carga Física	<ul style="list-style-type: none"> - Posición - Postura - Carga pesada - Entorno 	Ordinal	Baja = 0 a 13 pts. Media = 14 a 26 pts. Alta = 27 a 40 pts.
			Carga Mental	<ul style="list-style-type: none"> - Procesos - Responsabilidades - Cansancio - Información - Guardias 		
			Presión del tiempo	<ul style="list-style-type: none"> - Ritmo de trabajo - Programación - Turnos - Irritabilidad 		
			Organización del trabajo	<ul style="list-style-type: none"> - Funciones - Trabajo de equipo - Iniciativa - Asignación de tareas 		
V2: Bienestar psicológico	El bienestar psicológico de enfermeras(os) se refiere a una buena salud mental y emocional que les permite afrontar con éxito las demandas psicológicas del entorno laboral y mantener una actitud positiva en el trabajo. Es decir, se trata de una sensación de bienestar y satisfacción personal, y una actitud positiva hacia el trabajo como enfermera(o) (51).	Se usará un cuestionario universal para medir Autoaceptación Relaciones positiva Control del entorno Autonomía Propósito en la vida Crecimiento Personal.	Autoaceptación	<ul style="list-style-type: none"> - Satisfacción de sí mismo - Actitud Positiva 	Ordinal	Baja = 39 a 91 pts. Media = 92 a 143 pts. Alta = 144 a 195 pts
			Relaciones positiva	<ul style="list-style-type: none"> - Relaciones sociales - Confianza - Empatía 		
			Control del entorno	<ul style="list-style-type: none"> - Dominio del Mundo - Satisfacción de sus deseos y necesidades 		
			Autonomía	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidad de Independencia - Conducta en Contextos - Sociales 		
			Propósito en la vida	<ul style="list-style-type: none"> - Objetivos - Metas - Sentido en la vida 		
			Crecimiento Personal.	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo Personal 		

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

La técnica que se empleará en esta investigación es la encuesta, esta herramienta de recolección de datos se utilizara para obtener información específica de un grupo de personas mediante la aplicación de preguntas estructuradas y preestablecidas. La encuesta se realiza generalmente a una muestra representativa de la población de interés y se puede realizar de forma presencial, por teléfono, correo electrónico o en línea (62).

3.7.2 Descripción de instrumentos

Instrumento 1. Cuestionario sobrecarga laboral

El cuestionario que se utilizara para medir la sobrecarga laboral fue realizado por Sánchez et al. (19) en 2020. Este instrumento de recolección de datos diseñado tipo escala de Likert, sirve para evaluar la opinión y actitudes de los enfermeros sobre el nivel de sobrecarga laboral y su impacto en el bienestar psicológico consta de 40 preguntas. Estas preguntas están divididas en cuatro categorías principales: Carga Física (10 Ítems); Carga Mental (10 Ítems); Presión del Tiempo (10 Ítems); Organización del Trabajo (10 Ítems): La calificación: respuesta correcta (1 pto.) y las incorrectas (0 ptos.). La escala valorativa será: alto = 28-40; medio = 14-27 y bajo = 0 a 13. Sera aplicado en tiempo promedio de 20 minutos.

Instrumento 2. Cuestionario Bienestar Psicológico

El cuestionario fue empleado en la tesis: sobrecarga laboral y bienestar psicológico del personal de enfermería, hospital nacional dos de Mayo. Lima, 2020. Este cuestionario está diseñado para evaluar el bienestar psicológico de los individuos, y se basa en la adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff realizada por el autor Véliz

(63) en 2012. El cuestionario consta de 39 enunciados, organizados en 6 dimensiones: Autoaceptación (09 Ítems); Relaciones positivas (03 Ítems); Control del Entorno (08 Ítems); Autonomía (05 Ítems); Propósito en la Vida (06 Ítems); Crecimiento Personal (08 Ítems). Los participantes deben responder a cada enunciado marcando una "X" en una escala de cinco puntos que va desde "Totalmente en desacuerdo" (1) hasta "Totalmente de acuerdo" (5). También se recopilan datos demográficos básicos como edad, sexo, condiciones laborales y grado de instrucción. La escala valorativa será: alto = 144-195; medio = 92-143 y bajo = 39 a 91. Será aplicado en tiempo promedio de 25 minutos.

3.7.3 Validación

Instrumento 1.- La validación del cuestionario sobre sobrecarga laboral fue realizada por Sánchez et al. (19) logrando un coeficiente V de Aiken de 0.95. Este es un valor alto, lo que indica que los expertos en la materia coincidieron en que el instrumento cubre adecuadamente el contenido que pretende medir. Por lo tanto, el instrumento puede considerarse válido.

Instrumento 2.- La validación del cuestionario para calcular el bienestar psicológico fue realizada por Véliz (63), La validez del instrumento se evaluó mediante el coeficiente V de Aiken, que mide la concordancia entre la opinión de expertos en la materia sobre la cobertura del contenido del instrumento. Un valor de 0.95 indica que el instrumento es válido, es decir, que cubre adecuadamente el contenido que pretende medir.

3.7.4 Confiabilidad

Instrumento 1.- Fue valido por Sánchez et al. (19) mediante el coeficiente del $\alpha=0,85$ obtenido un valor de 0,85 el cual indica que el cuestionario de sobrecarga laboral tiene una alta confiabilidad.

Instrumento 2.- la confiabilidad del instrumento de bienestar psicológico fue realizado por Véliz (63) obteniendo el valor del coeficiente del alfa de Cronbach de 0,70 indicando una confiabilidad alta.

3.8 Plan de procesamiento y análisis de datos

El Análisis descriptivo de datos es una técnica de estadística descriptiva que se utiliza para resumir y presentar conjuntos de datos numéricos de manera clara y concisa. Para lo cual se empleará tablas de distribución de frecuencias, utilizando el software SPSS.

Análisis de correlación para investigar la relación entre dos o más variables. El Análisis de correlación se utiliza para investigar la relación entre dos o más variables y determinar si hay una relación lineal entre ellas. Esta técnica estadística implica el cálculo del coeficiente de correlación, que mide la fuerza y la dirección de la relación entre dos o más variables. En primer lugar, se realizará la prueba de normalidad (test de Kolmogorov-Smirnov) para determinar si los datos siguen una distribución poblacional normal. Si se cumple este supuesto, se utilizará la estadística paramétrica (estadístico de Pearson). En caso contrario, se empleará la estadística no paramétrica (rho de Spearman).

3.9 Aspectos éticos

Autonomía: Se da al fijarse un contacto con los profesionales de la salud, explicándoles los detalles del estudio; siendo libre de decidir, si desea participar.

Beneficencia: Es la contribución que se puede hacer a partir de los resultados identificando la sobrecarga laboral y mejorando el bienestar psicológico de los profesionales de la salud.

No maleficencia: No se hará ningún daño a las enfermeras involucradas.

Justicia: Todas las enfermeras serán tratadas por igualdad y con respeto

4 ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1 Cronograma de actividades (se sugiere utilizar el diagrama de Gantt)

ACTIVIDADES	2023																			
	JULIO				AGOSTO				SETIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	12
Identificación del Problema		X	X																	
Búsqueda bibliográfica		X	X	X	X	X	X													
Elaboración de la sección introducción: Situación problemática, marco teórico referencial y antecedentes		X	X	X	X	X	X													
Elaboración de la sección introducción: Importancia y justificación de la investigación		X	X	X	X	X	X													
Elaboración de la sección introducción: Objetivos de la de la investigación		X	X	X	X	X	X	X												
Elaboración de la sección material y métodos: Enfoque y diseño de investigación		X	X	X	X	X	X	X	X											
Elaboración de la sección material y métodos: Población, muestra y muestreo				X	X	X	X	X	X	X										
Elaboración de la sección material y métodos: Técnicas e instrumentos de recolección de datos					X	X	X	X	X	X										
Elaboración de la sección material y métodos: Aspectos bioéticos					X	X	X	X	X											
Elaboración de la sección material y métodos: Métodos de análisis de información						X	X	X	X											
Elaboración de aspectos administrativos del estudio						X	X	X												
Elaboración de los anexos						X	X	X												
Aprobación del proyecto									X	X										
Trabajo de campo										X	X	X	X	X	X					
Redacción del informe final: Versión 1											X	X	X	X	X	X	X			
Sustentación de informe final																		X	X	X

4.2 Presupuesto

	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	S/.
Equipos					
1 laptop	1000				1200
USB	30				30
Útiles de escritorio					
Lapiceros	3				3
Hojas bond A4		10			10
Material Bibliográfico					
Libros	60	60			130
Fotocopias	30	30		10	70
Impresiones	50	10		30	90
Espiralado	7	10		10	27
Otros					
Movilidad	50	20	20	20	110
Alimentos	50	10			60
Llamadas	50	20	10		80
Recursos Humanos					
Digitadora	100				100
Imprevistos*		100		100	300
TOTAL	1430	270	30	170	2000

5. REFERENCIAS

1. Del Valle Solórzano KF. La sobrecarga laboral del personal de enfermería que influye en la atención a pacientes. Revista San Gregorio. 2021. 1 (47): 165-179. Disponible en: <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i47.1966>
2. Peña FA. Sobrecarga laboral de enfermería en áreas críticas del hospital regional Daniel Alcides Carrión De Pasco–2020. Universidad Norbert Wiener. 2021. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/4809>
3. Del Valle Solórzano KF. Sobrecarga laboral por cantidad de pacientes atendidos que influye en la calidad de atención del profesional de enfermería. Revista San Gregorio. 2021.1 (47). Disponible en: <http://201.159.222.49/index.php/REVISTASANGREGORIO/article/view/1966>
4. Herrera E, Morales E, Rojas C, Bustamante M. Falta de Competencia y Sobrecarga Laboral como Estresores en Prácticas Clínicas Intrahospitalarias. Revista Empresarial. 2021. 14(1): 30-37. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7527546>
5. Vásquez M, Zuluaga YC, Pulido G. Factores de riesgo psicosocial que afectan a los profesionales en enfermería. Revista Colombiana de Enfermería. 2020. 18 (1): 5. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7527546>
6. Calderón GK, Rivas LH. Factores laborales y nivel de estrés en enfermeras de centro quirúrgico. Revista Cubana de Enfermería. 2021. 37 (4). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192021000400013

7. Carlos-Cajo ME, Chávarry-Ysla P. Estrategias de manejo ocupacional en la salud mental del personal de enfermería ante el COVID-19. Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo. 2021. 13 (4): 469-470. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2227-47312020000400469
8. Campos JM. Bienestar psicológico, satisfacción laboral y felicidad en el trabajo en funcionarios del servicio de urgencias del hospital local de los patios. 2019. Universidad Simón Bolívar. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12442/5698>
9. Carrasco-Crivillero O, Castillo-Saavedra E, Salas-Sánchez R, Reyes-Alfaro C. Estresores laborales y satisfacción en enfermeras peruanas durante la pandemia de COVID-19. Revista Cubana de Enfermería [Internet]. 2022 [citado 7 Oct 2023]; 38 Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4398>
10. Obando R, Arévalo-Ipanaqué J, Aliaga RA, Obando M. Ansiedad, estrés y depresión en enfermeros de emergencia Covid-19. Index Enferm [Internet]. 2020 Dic [citado 2023 Oct 08] ; 29(4): 225-229. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000300008&lng=es
11. García-Torres M, Aguilar-Castro J, García-Méndez M. Bienestar psicológico y burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19. Escritos de Psicología [Internet]. 2021 Dic [citado 2023 Oct 09] ; 14(2): 96-106. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092021000200006&lng=es. Epub 23-Mayo-2022. <https://dx.doi.org/10.24310/epsiescpsi.v14i2.13618>.

12. Martínez-Rojas SM, Ruiz-Roa SL. Bienestar psicológico y carga laboral en enfermeras que realizan procedimientos especiales como terapia de reemplazo renal en tiempos de COVID-19. *Enferm Nefrol* [Internet]. 2022 Mar [citado 2023 Oct 09] ; 25(1): 46-52. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2254-28842022000100046&lng=es. Epub 09-Mayo-2022.
<https://dx.doi.org/10.37551/s2254-28842022005>.
13. Perguachi Vicuña VDP, Ramírez Coronel AA, Mesa Cano IC, Martínez Suárez PC. Carga laboral como causa de alteración del bienestar psicológico en el personal de enfermería. *Prosciencas* [Internet]. 30 de junio de 2021 [citado 7 de octubre de 2023];5(39):173-87. Disponible en:
<https://journalprosciencas.com/index.php/ps/article/view/367>
14. Holton S, Wynter K, Trueman M, Bruce S, Sweeney S, Crowe S, Dabscheck A, Eleftheriou PI, Booth S, Hitch D, Said CM, Haines KJ, Rasmussen B. Psychological well-being of Australian hospital clinical staff during the COVID-19 pandemic. 2021. *Australian Health Review* 45, 297-305. Disponible en:
<https://doi.org/10.1071/AH20203>
15. Romero J. Sobrecarga laboral y bienestar psicológico del profesional de enfermería del servicio de emergencia de un hospital nacional, 2022. Universidad Norbert Wiener. 2023. Repositorio institucional UPNW. Disponible en:
<https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8376>

16. Vargas L, Maucaylle N, Maucaylle B. Carga laboral y bienestar psicológico del profesional de enfermería servicio de emergencias Covid del hospital subregional de Andahuaylas, 2022. Universidad Nacional del Callao. 2022. Repositorio institucional UNAC. Disponible en: <http://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/7777>
17. Escandón CF, Nieto K, Ortiz CR. Carga laboral y deshumanización del personal de enfermería del servicio de emergencia Hospital Daniel Alcides Carrión Cerro de Pasco [Tesis de maestría]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco; 2022. Disponible en:
<https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/8437/2EN.ED147E76.pdf?isAllowed=y&sequence=1>
18. Espinoza NE, Ascona JB. Carga laboral y bienestar psicológico del profesional de enfermería, servicio de Emergencia, Hospital Sergio E. Bernales, Lima, 2020. Universidad César Vallejo. 2021. Repositorio institucional UCV. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57721>
19. Sánchez R. Sobrecarga Laboral Y Bienestar Psicológico Del Personal De Enfermería, Hospital Nacional Dos De Mayo. Lima, 2020. Universidad Autónoma de Ica. 2021. Repositorio institucional UAI. Disponible en:
<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/737>
20. Machaca ML, Quispe CY. Estrés y sobrecarga laboral del profesional de enfermería en emergencia del Hospital Goyeneche III, Arequipa-2021. Universidad César Vallejo. 2021. Disponible en:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/70534>

21. Foria PS, González-Argote J. "La relación del pluriempleo con el desempeño en profesionales de enfermería en Argentina." *Revista de Información científica para la Dirección en Salud. INFODIR* 38 (2022): 1-14. Disponible en: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/445/4453347009/html/>
22. Molina-Chailán, Pía Mabel, Marisol Muñoz-Coloma, and Giannina Schlegel-SanMartín. "Estrés laboral del profesional de Enfermería en Unidades Críticas." *Medicina y Seguridad del Trabajo* 65.256 (2019): 177-185. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2019000300177
23. Cedeño, José Carlos Velázquez, and Eldis Román Cao. "Influencia del estrés laboral en el ambiente familiar del personal de enfermería." *MIKARIMIN Revista Multidisciplinaria* 6 (2020): 5-5 Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/288220171.pdf>
24. Almanza-Rodríguez, Geraldine. "Cuidados de enfermería frente al manejo del paciente diagnosticado con Covid-19 en el área de hospitalización." *Revista de la Facultad de Medicina Humana* 20.4 (2020): 696-699. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312020000400696&script=sci_arttext
25. Garma Zambrano, Neydith Yucili, and Mónica Vivanco Vivanco. "Sobrecarga Laboral Y Desempeño Profesional De Enfermería, Servicio De Emergencia, Hospital Nacional Arzobispo Loayza, 2021." (2021). Disponible en: <http://www.repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/1039>

26. Rodríguez, Janete, and Michelle Batista. "Síndrome de burnout en enfermeras/os de la unidad de cuidado intensivo neonatal." (2020). Disponible en:
<https://rii.austral.edu.ar/handle/123456789/1002>
27. Toledo Méndez, Alexandra Elizabeth. "Sobrecarga laboral y desempeño profesional en el personal de enfermería de un hospital de Guayaquil, 2022." (2022). Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/94157>
28. Rendón-Díaz, Carolina, and Mónica Lorena Vargas-Betancourt. "El precio de la vocación en el personal de enfermería y su familia." *Revista Cubana de Enfermería* 35.2 (2019). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192019000200003&script=sci_arttext&tlng=en
29. García-Iglesias, Juan Jesús, et al. "Factores predictores de los niveles de burnout y work engagement en médicos y enfermeras: una revisión sistemática." *Revista española de salud pública* 95 (2022): e202104046. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/resp/2021.v95/e202104046/>
30. DE, SURCONLA, and DEL ECUADOR. "REVISTA PSICOLOGÍA UNEMI." *MIEMBROS EQUIPO EDITORIAL* 4.6 (2020): 64. Disponible en: <http://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/download/1075/1088#page=64>
31. Soza Diaz, Clarivel De Fátima, Asunción Carmen Luz Bazán Sánchez, and Rosa Jeuna Diaz Manchay. "Percepción de las enfermeras sobre el uso de sus registros para garantizar la continuidad del cuidado." *Ene* 14.1 (2020). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2020000100012

32. Guano Quispe, Erika Patricia. *Sobrecarga laboral en el personal de enfermería en tiempos de pandemia en el Hospital Delfina Torres de Concha*, 2022. BS thesis. 2022. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/12823>
33. Cazar, Ximena Alejandra Hermida, et al. "Factores personales y socioeconómicos que influyen en las prácticas pre profesionales de los estudiantes de enfermería." *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar* 6.6 (2022): 11914-11935. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4238>
34. López, Gonzalo Cobos, Álvaro Soriano Torres, and María Luisa Seijo López. "Estrés laboral en Enfermería de Cuidados Críticos." *SANUM: revista científico-sanitaria* 5.4 (2021): 74-85. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8846889>
35. Silvia Foria, Adriana Patricia, and Javier González-Argote. "La relación del pluriempleo con el desempeño en profesionales de enfermería en Argentina." *Infodir* 38 (2022). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-35212022000200009&script=sci_arttext&tlng=en
36. Santillan, Ruth Elizabeth Melendez, and Sonia Tejada Muñoz. "Clima organizacional y Síndrome de Burnout en el profesional de enfermería del Hospital de Jaén." *Revista Científica UNTRM: Ciencias Sociales y Humanidades* 3.1 (2020): 30-36. Disponible en: <https://revistas.untrm.edu.pe/index.php/CSH/article/view/569>

37. Silvera Carminati, Ana E., Sandra M. Prol Misura, and Yuly V. Gallardo Denis. "Situación de carga física y mental en enfermería de Uruguay durante la pandemia Covid 19." *Revista Uruguaya de Enfermería (En línea)* 17.2 (2022). Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S2301-03712022000101203&script=sci_arttext
38. Cordova Lopez, Santosa. "Sobrecarga laboral y estrés en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital de Barranca, 2022." (2022). Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/7344>
39. Trinidad, Milagros Lissette Millones. "Condiciones de trabajo y satisfacción laboral de las enfermeras del Complejo Hospitalario PNP Luis N Sáenz." *Revista Científica* 1.3 (2022): 39-50. Disponible en: <https://revistacientifica.edu.pe/index.php/revistacientifica/article/view/21>
40. Cila, Mg Laura, et al. "Competencias laborales en enfermería: realidad y retos en el contexto de covid 19." *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar* 5.5 (2021): 8945-8971 Disponible en: <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/964>
41. Fornés-Vives, Joana. "Estrés laboral en enfermería: un reto a combatir." *Revista Española de Enfermería de Salud Mental* 11 (2020). Disponible en: <http://www.reesme.com/index.php/REESM-AEESME/article/download/86/66>
42. Robles, Nelly Marleni Hinostroza, and Martha Nicolasa Vera Mendoza. "Representaciones sociales (RS) del cuidado de enfermería desde un enfoque humanístico. Hospital estatal cerro de Pasco, Perú." *Revista Enfermería la Vanguardia* 8.2 (2020): 38-49. Disponible en: <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/360>

43. Torres, Gustavo Alexander Loayza, et al. "La sobrecarga y el estrés en el ámbito laboral, analizado desde la óptica del trabajador." *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar* 6.3 (2022): 3569-3586. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2485>
44. García-Torres, Michelle, Jesús Aguilar-Castro, and Mirna García-Méndez. "Bienestar psicológico y burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19." *Escritos de Psicología (Internet)* 14.2 (2021): 96-106. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092021000200006
45. Yáñez-Ramos, Dayana, and Carlos Rodrigo Moreta Herrera. "Relación del bienestar psicológico, subjetivo y laboral. Análisis en profesionales de la salud en Ecuador." *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales* 11.2 (2020): 99-111. Disponible en: <https://revistapcc.uat.edu.mx/index.php/RPC/article/view/389>
46. Arboleda, Daniela. "Predictores laborales del Bienestar Psicológico en el Personal de Enfermería de una Institución de Salud." *Veritas & Research* 2.2 (2020): 98-108. Disponible en: <http://revistas.pucesa.edu.ec/ojs/index.php?journal=VR&page=article&op=view&path%5B%5D=37>
47. Colmenares, Diorelis Josefina, and Leonardo Andrés Aguilar. "Perfeccionismo, bienestar psicológico y disposición a fluir en enfermeras." *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* 54.2 (2020): e1016-e1016. Disponible en: <https://journal.sipsych.org/index.php/IJP/article/view/1016>

48. Vega-Monsalve, Ninfa del Carmen, and Hector Mauricio Serna-Gomez. "Validación de un cuestionario sobre condiciones de salud y bienestar psicológico en el personal de enfermería." *Revista Cubana de Enfermería* 35.1 (2019). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192019000100003
49. Chipantiza, Pablo Xavier Pérez, Darwin Raúl Noroña Salcedo, and Vladimir Vega Falcón. "Repercusión SARS-CoV-2 en salud mental y bienestar psicológico del personal Centro de Salud Huambalo 2020." *Revista Científic* 6.19 (2021): 243-262. Disponible en: http://www.indteca.com/ojs/index.php/Revista_Scientific/article/view/563
50. Martínez-Rojas, Sandra Milena, and Silvia Liliana Ruiz-Roa. "Bienestar psicológico en enfermeras que realizan terapia de reemplazo renal en tiempos de COVID-19." *Enfermería Nefrológica* 25.1 (2022): 46-52. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S2254-28842022000100046&script=sci_arttext&lng=pt
51. Neyra, Giovanna Elizabeth Reyes, et al. "Salud mental, bienestar psicológico y estrés en personal de salud en el contexto de la COVID-19." *Revista de Psicología* 11.1 (2021): 189-205. Disponible en: <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/1367>
52. Cadena, ESS Nestor Abrego, et al. "Bienestar psicológico como factor protector ante el consumo de alcohol en estudiantes universitarios." *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar* 5.5 (2021): 8869-8890 Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/960>

53. Pillado, Claudia Espinoza, and Enrique Barra Almagiá. "Autoeficacia, apoyo social y bienestar psicológico en estudiantes universitarios asmáticos." *Revista de Psicología* 14.28 (2019): 141-147 Disponible en:
<https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/1744>
54. Tacca Huamán, Daniel Rubén, and Ana Luisa Tacca Huamán. "Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado." *Revista de investigación psicológica* 21 (2019): 37-56 Disponible en:
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322019000100004&script=sci_arttext
55. Ferrer, Camila. "El optimismo y su relación con el bienestar psicológico." *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara* 5 (2020). Disponible en:
<https://fundacionmenteclara.org.ar/revista/index.php/RCA/article/view/199>
56. Areco, Sara Magalí Cárdenas, et al. "Correlación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico de estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Asunción, Paraguay." *Discover Medicine* 3.2 (2019) Disponible en:
<https://revistascientificas.una.py/index.php/DM/article/view/3140>
57. García-Torres, Michelle, Jesús Aguilar-Castro, and Mirna García-Méndez. "Bienestar psicológico y burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19." *Escritos de Psicología (Internet)* 14.2 (2021): 96-106.
javascript:void(0)
58. Arboleda, Daniela. "Predictores laborales del Bienestar Psicológico en el Personal de Enfermería de una Institución de Salud." *Veritas & Research* 2.2 (2020): 98-108
Disponible en:.

<http://revistas.pucesa.edu.ec/ojs/index.php?journal=VR&page=article&op=view&path%5B%5D=37>

59. Colmenares, Diorelis Josefina, and Leonardo Andrés Aguilar. "Perfeccionismo, bienestar psicológico y disposición a fluir en enfermeras." *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* 54.2 (2020): e1016-e1016.
60. Yáñez-Ramos, Dayana, and Carlos Rodrigo Moreta Herrera. "Relación del bienestar psicológico, subjetivo y laboral. Análisis en profesionales de la salud en Ecuador." *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales* 11.2 (2020): 99-111. Disponible en: <https://revistapcc.uat.edu.mx/index.php/RPC/article/view/389>
61. Hernández R. H. y Mendoza T. C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw Hill México.
62. Hernández, Roberto, Fernández, Carlos, Baptista, María (2014) Metodología de la investigación. 6° ed. México D.F. Editorial McGraw-Hill, 2014. 600 p. ISBN: 978-1-4562-2396-0.
63. Véliz A. Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas. Individuo y Sociedad*. 2012. 11(2). Disponible en: <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol11-Issue2-fulltext-196>

6 ANEXOS

6.1 Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema general ¿Cómo la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias en un Hospital de Lima - 2023?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>a. ¿Cómo la dimensión “carga física de la sobrecarga laboral” se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias?</p> <p>b. ¿Cómo la dimensión “carga mental de la sobrecarga laboral” se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias?</p> <p>c. ¿Cómo la dimensión “presión del tiempo de la sobrecarga laboral” se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias?</p> <p>d. ¿Cómo la dimensión “organización del trabajo de la sobrecarga laboral” se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias??</p>	<p>Objetivo general “Determinar cómo la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias”</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>a. Identificar cómo la dimensión carga física de la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.</p> <p>b. Identificar cómo la dimensión carga mental de la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.</p> <p>c. Identificar cómo la dimensión presión del tiempo de la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.</p> <p>d. Identificar cómo la dimensión organización del trabajo de la sobrecarga laboral se relaciona con el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.</p>	<p>Hipótesis general Hi: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.</p> <p>Hipótesis específicas HiE1: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la dimensión carga física de la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias. HiE2: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la dimensión carga mental de la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias. HiE3: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la dimensión presión del tiempo de la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias. HiE4: Existe relación negativa estadísticamente significativa entre la dimensión organización del tiempo de la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico en enfermeros de emergencias.</p>	<p>Variable 1 Sobrecarga laboral</p> <p>Dimensiones: Carga Física Carga Mental Presión del tiempo Organización del trabajo</p> <p>Variable 2 Dimensiones Autoaceptación</p> <p>Relaciones positiva</p> <p>Control del entorno</p> <p>Autonomía Propósito en la vida</p> <p>Crecimiento personal</p>	<p>Tipo de investigación aplicada</p> <p>Método Hipotético – deductivo</p> <p>Diseño No experimental</p> <p>Población censal 86 enfermeros</p>

6.2 Instrumentos de recolección de datos

Instrumento 1

Cuestionario para medir la percepción de enfermería relacionado a Sobrecarga

Laboral, Sánchez et al. (2020)

Estimado personal de enfermería, los siguientes instrumentos tienen como finalidad estudiar el nivel de sobrecarga laboral y su impacto en su bienestar psicológico. Para ello, les solicito su participación en el desarrollo de estos cuestionarios. Sus respuestas serán tratadas de forma confidencial y no serán utilizadas para ningún otro propósito fuera del ámbito de la investigación. Desde ya, les agradezco su colaboración y aporte en esta investigación.

Instrucciones: Por favor, lea cuidadosamente cada pregunta de este cuestionario y marque con una "X" la alternativa que considere correcta. Por favor, sea totalmente sincero(a).

Datos Generales:

Edad

- a) 21 a 30 años () 1
- b) 31 a 40 años () 2
- c) 41 a 50 años () 3
- d) 51 a más años () 4

Sexo

- a) Masculino () 1
- b) Femenino () 2

Ítems	No	Si
CARGA FÍSICA		
1. ¿Es posible alternar entre estar sentado y en pie durante su trabajo?		
2. ¿Su horario laboral le permite mantener una postura recta en la columna vertebral?		
3. ¿Es obligatorio mantener los brazos por encima del nivel de los hombros durante largos períodos de tiempo en su trabajo?		
4. ¿Es necesario caminar durante largos períodos de tiempo en su trabajo?		
5. ¿Su trabajo requiere que levante o mueva cargas pesadas?		
6. ¿La forma, volumen, peso y tamaño de las cargas le permiten manipularlas con facilidad en su trabajo?		

7. ¿Existen cargas que deban manipularse que pesen menos de 25 kg en su trabajo?		
8. ¿El entorno físico en el que trabaja facilita el esfuerzo físico que debe realizar durante su jornada laboral?		
9. ¿Se ha capacitado al personal en su trabajo sobre la correcta manipulación de cargas?		
10. ¿En su trabajo se supervisa que las cargas sean manipuladas de forma correcta?		
CARGA MENTAL		
11. ¿Es necesario tener un alto nivel de atención para realizar las actividades y procedimientos requeridos en su trabajo?		
12. ¿Tiene la posibilidad de realizar pausas durante su jornada laboral?		
13. ¿En su trabajo debe realizar múltiples tareas al mismo tiempo?		
14. ¿Es posible cometer errores sin que estos tengan un impacto crítico en instalaciones o personas?		
15. ¿Siente un alto nivel de cansancio debido a su trabajo?		
16. ¿Maneja una cantidad excesiva de información en su trabajo?		
17. ¿La información que recibe es comprensible con facilidad?		
18. ¿Se evita la necesidad de memorizar una cantidad excesiva de datos en su trabajo?		
19. ¿Existe una política en el hospital para limitar la programación continua de guardias?		
20. ¿Se cumple en su trabajo con la limitación de la programación continua de guardias según lo establecido en la política?		
PRESIÓN DEL TIEMPO		
21. ¿Su trabajo requiere un ritmo rápido?		
22. ¿Le cuesta seguir el ritmo de trabajo establecido?		
23. ¿El ritmo de trabajo en su trabajo depende de la cantidad de pacientes?		
24. ¿Es fácilmente alcanzable por un trabajador nuevo el ritmo de trabajo en su trabajo?		
25. ¿Está familiarizado con los procesos y equipos utilizados en su trabajo?		
26. ¿Suele poder completar su trabajo sin interrupciones?		
27. ¿Su programación de trabajo es por turnos?		
28. ¿Le comunican su programación de trabajo (su horario) con anticipación?		
29. ¿Se tiene en cuenta su opinión al momento de elaborar su programación de turnos?		
30. ¿Las tareas que realiza en su trabajo le hacen sentir irritado o inseguro?		
ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO		
31. ¿Conoce todas las funciones que debe realizar?		
32. ¿Comprende para qué sirve su trabajo en el conjunto final?		
33. ¿Se le capacita en relación con el trabajo que realiza?		
34. ¿Se le permite tomar iniciativas en la resolución de incidencias?		
35. ¿Se le permite elegir sus propios métodos para organizar su trabajo?		
36. ¿Carece de una definición exacta de las funciones que debe realizar en su trabajo?		
37. ¿Las órdenes de trabajo que recibe están claramente definidas?		
38. ¿Las órdenes de trabajo que recibe son comunicadas oportunamente?		
39. ¿Se tiene en cuenta su opinión para la asignación de tareas en su trabajo?		
40. ¿Recibe información sobre la calidad del trabajo que realiza?		

Instrumento 2

Cuestionario para medir la percepción de sobre Bienestar Psicológico

Carol Ryff adaptado por autor Véliz A. (2012)

EDAD: ___ **SEXO:** F () M () **CONDICIONES LABORALES:** Contratado () Nombrado ()

GRADO DE INSTRUCCIÓN: Técnico () Universitario ()

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis(x).

Tomando en cuenta el siguiente cuadro:

1	2	3	4	5
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	indeciso	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

Ítems	1	2	3	4	5
1. Al reflexionar sobre mi vida, me siento feliz con los resultados.					
2. Me siento solitario con frecuencia debido a que tengo pocas amistades cercanas con quienes compartir mis preocupaciones.					
3. No tengo temor de expresar mis opiniones, aunque difieran de las de la mayoría.					
4. Me preocupa cómo los demás evalúan las decisiones que he tomado en la vida.					
5. Resulta complicado encontrar una dirección en la vida que me satisfaga.					
6. Disfruto planear el futuro y trabajar para hacer realidad esos planes.					
7. En general, me siento seguro y positivo acerca de mí mismo.					
8. No tengo muchas personas dispuestas a escucharme cuando necesito hablar.					
9. Tiendo a preocuparme por lo que las demás personas piensan de mí.					
10. Me juzgo a mí mismo por lo que considero importante, no por los valores que otros consideran importantes.					
11. He logrado construir un hogar y un estilo de vida que se adapta a mis gustos.					
12. Soy una persona activa al trabajar en los proyectos que me he propuesto.					
13. Si hubiera oportunidad, habría cosas en mí que cambiaría.					
14. Mis amistades me aportan muchas cosas positivas.					
15. A menudo soy influenciado por personas que tienen convicciones fuertes.					
16. En líneas generales, me siento responsable de la situación que vivo.					
17. Me siento bien al pensar en lo que he logrado en el pasado y en lo que espero lograr en el futuro.					

18. Mis metas en la vida me han dado más satisfacciones que frustraciones.					
19. Soy feliz con la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.					
20. Creo que la mayoría de las personas tienen más amistades que yo.					
21. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general					
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen					
23. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida					
24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo					
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida					
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza					
27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos					
28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria					
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida					
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida					
31. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo					
32. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí					
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo					
34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está					
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo					
36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona					
37. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona					
38. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento					
39. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla					

6.3 Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Al declarar que he comprendido y reconocido el contenido del estudio, incluyendo la posibilidad de investigar y recibir respuestas satisfactorias, por la presente declaro mi participación voluntaria sin ningún tipo de coerción o influencia indebida.

Participante

Nombres:

DNI:

Investigadora

Nombre:

DNI:

Reporte de similitud TURNITIN

● 20% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 12% Base de datos de Internet
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossref
- 18% Base de datos de trabajos entregados

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	uwiener on 2023-03-24 Submitted works	1%
2	uwiener on 2024-01-03 Submitted works	1%
3	hdl.handle.net Internet	1%
4	repositorio.unac.edu.pe Internet	1%
5	Submitted on 1693193314794 Submitted works	<1%
6	Submitted on 1685569721547 Submitted works	<1%
7	Universidad Wiener on 2022-10-02 Submitted works	<1%
8	uwiener on 2023-04-24 Submitted works	<1%