



Universidad  
Norbert Wiener

Powered by Arizona State University

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

**Trabajo Académico**

Carga laboral y manejo del estrés del personal de enfermería del  
servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023

**Para optar el Título de**  
Especialista en Cuidado Enfermero en Emergencias y Desastres

**Presentador Por**

**Autora:** García Sulbaran, Aliana Alejandra

**Código Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-7499-6080>

**Asesor:** Dr. Molina Torres, José Gregorio

**Código Orcid:** <http://orcid.org/0000-0002-3539-7517>

**Línea De Investigación General**

Salud, Enfermedad Y Ambiente

**Lima – Perú**

**2024**

|  |   |                             |
|--|---|-----------------------------|
| <br>Universidad<br>Norbert Wiener | <b>DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD<br/>DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN</b> |                             |
|  | CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033  | VERSIÓN: 01<br>REVISIÓN: 01 |

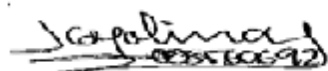
Yo, García Sulbaran, Aliana Alejandra, Egresada de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académica de Enfermería, Segunda Especialidad en Cuidado Enfermero en Emergencias y Desastres de la Universidad Privada Norbert Wiener; declaro que el trabajo académico titulado "Carga laboral y manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023", Asesorado por el Docente Dr. Molina Torres, Jose Gregorio, CE N° 003560692, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-3539-7517>, tiene un índice de similitud de 14 (Catorce) %, con código oid:14912:351648261, 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(a)  
 García Sulbaran, Aliana Alejandra  
 CE N° 002998733



.....  
 Firma del Asesor  
 Dr. Molina Torres, Jose Gregorio  
 CE N° 003560692

Lima, 19 de Octubre de 2023

## **AGRADECIMIENTO**

Gracias principalmente a Dios por ser mi guía para cumplir mis metas.

A la Universidad Norbert Wiener por abrirme sus puertas y permitirme lograr este sueño.

## **DEDICATORIA**

A mi madre por estar a mi lado, apoyarme y alentarme a ser mejor cada día.

Se lo dedico a mis hermanos, sobrinos y amigos que me han apoyado en esta etapa.

También se lo dedico a mi casa de estudio por el apoyo en el proceso de formación.

**Asesor: Dr. Molina Torres, José Gregorio**  
**Código Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-3539-7517>**

**JURADO**

**Presidente** : Dr. Gamarra Bustillos, Carlos

**Secretario** : Dra. Uturnco Vera, Milagros Lisbeth

**Vocal** : Mg. Morillo Acasio, Berlina Del Rosario

## ÍNDICE

|  |          |
|--|----------|
| Agradecimiento.....                        | iii      |
| Dedicatoria.....                           | iv       |
| Índice.....                                | vi       |
| Resumen.....                               | ix       |
| Abstract.....                              | x        |
| <b>1. EL PROBLEMA.....</b>                 | <b>1</b> |
| 1.1 Planteamiento del problema.....        | 1        |
| 1.2 Formulación del problema.....          | 3        |
| 1.2.1 Problema general .....               | 3        |
| 1.2.2 Problemas específicos.....           | 3        |
| 1.3 Objetivos de la investigación.....     | 4        |
| 1.3.1 Objetivo general.....                | 4        |
| 1.3.2 Objetivos específicos.....           | 4        |
| 1.4 Justificación de la investigación..... | 5        |
| 1.4.1 Teórica.....                         | 5        |
| 1.4.2 Metodológica.....                    | 5        |
| 1.4.3 Practica.....                        | 6        |
| 1.5 Delimitación de la investigación.....  | 6        |
| 1.5.1 Temporal.....                        | 6        |
| 1.5.2 Espacial.....                        | 6        |
| 1.5.3 Población o unidad de análisis.....  | 6        |
| <b>2. MARCO TEÓRICO.....</b>               | <b>7</b> |

|  |           |
|--|-----------|
| 2.1 Antecedentes.....                                    | 7         |
| 2.2 Bases teóricas.....                                  | 11        |
| 2.3 Formulación de hipótesis.....                        | 16        |
| 2.3.1 Hipótesis general.....                             | 16        |
| 2.3.2 Hipótesis específica.....                          | 16        |
| <b>3. METODOLOGÍA.....</b>                               | <b>18</b> |
| 3.1 Método de la investigación.....                      | 18        |
| 3.2 Enfoque de la investigación.....                     | 18        |
| 3.3 Tipo de investigación.....                           | 18        |
| 3.4 Diseño de la investigación.....                      | 18        |
| 3.5 Población, muestra y muestreo .....                  | 19        |
| 3.6 Variables y operacionalización.....                  | 21        |
| 3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos..... | 23        |
| 3.7.1 Técnica.....                                       | 23        |
| 3.7.2 Descripción de instrumentos.....                   | 23        |
| 3.7.3 Validación.....                                    | 24        |
| 3.7.4 Confiabilidad.....                                 | 25        |
| 3.8 Plan de procesamiento y análisis de datos.....       | 25        |
| 3.9 Aspectos éticos.....                                 | 26        |
| <b>4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS.....</b>                  | <b>27</b> |
| 4.1 Cronograma de actividades.....                       | 27        |
| 4.2 Presupuesto .....                                    | 28        |
| <b>5. REFERENCIAS.....</b>                               | <b>29</b> |
| <b>ANEXOS.....</b>                                       | <b>38</b> |
| Anexo 1. Matriz de consistencia.....                     | 39        |



|  |    |
|--|----|
| Anexo 2. Instrumento para evaluar la V1 Carga laboral .....      | 40 |
| Anexo 3. Instrumentos para evaluar la V2 Manejo del estrés ..... | 44 |
| Anexo 4. Formato de consentimiento informado.....                | 47 |

## RESUMEN

Para el desarrollo de la investigación se considera el **objetivo:** “Determinar como la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto”. **Diseño metodológico:** enfoque cuantitativo. método hipotético-deductivo y transversal. Considerando un diseño correlacional. Población: 80 profesionales de enfermería que laboraban en una clínica de Lima. La muestra considera al total poblacional (estudio censal). **Instrumentos:** La variable “carga laboral” fue aplicado por primera vez el año 2018 por Rivera considera 40 ítems, la cual se divide en dos partes la primera parte consta de 31 ítems para las dimensiones carga mental y física, la autora valido sus instrumentos por juicio de tres expertos, la confiabilidad reporto un KR-20 de 0.95, en la segunda parte se ha incluido 9 ítems de la dimensión ambiente laboral desarrollado por Nina Quispe, María Elida el año 2019, y validado por expertos del MINSA. La variable “manejo del estrés” considera un cuestionario de 25 ítems, la presente investigación considera realizar la validez y confiabilidad correspondiente. La recolección de datos se ha considerado encuestar a los profesionales de enfermería. Procesamiento y análisis de datos: Se aplicará el SPSS-v26 y el análisis considera: Primera etapa considera las técnicas de estadística descriptiva aplicando porcentajes, tablas y gráficos para identificar los niveles de cada variable y la forma en que estos se presentan entre los profesionales que participaron en la investigación, para la parte inferencial y aplicando coeficiente de Spearman se verificará las hipótesis.

**Palabras claves:** carga laboral, manejo de estrés, profesional de enfermería.

## ABSTRACT

For the development of the research the **objective** is considered: "To determine how workload is related to stress management of the nursing staff of the adult emergency department".

**Methodological design:** quantitative approach, hypothetical-deductive and transversal method. Considering a correlational design. Population: 80 nursing professionals working in a clinic in Lima. The sample considers the total population (census study). Instruments: The variable "workload" was applied for the first time in 2018 by Rivera considers 40 items, which is divided into two parts the first part consists of 31 items for the dimensions mental and physical load, the author validated her instruments by judgment of three experts, the reliability reported a KR-20 of 0.95, in the second part has been included 9 items of the work environment dimension developed by Nina Quispe, Maria Elida in 2019, and validated by MINSA experts. The variable "stress management" considers a questionnaire of 25 items, the present research considers performing the corresponding validity and reliability. The data collection has been considered to survey nursing professionals. Data processing and analysis: SPSS-v26 will be applied and the analysis considers: First stage considers descriptive statistics techniques applying percentages, tables and graphs to identify the levels of each variable and the way in which these are presented among the professionals who participated in the research, for the inferential part and applying Spearman's coefficient the hypotheses will be verified.

**Key words:** workload, stress management, nursing professional.

## **1. EL PROBLEMA**

### **1.1. Planteamiento del problema**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) pone de manifiesto que las personas con muchas horas laborales tienen tendencia a sufrir la enfermedad cerebrovascular (ECV) y enfermedad isquémica del corazón. Es decir, esas personas que trabajan 55 horas por semana, e incluso más, aumenta el riesgo de un 35% de sufrir ECV y un 19% de enfermedad isquémica del corazón (1).

Asimismo, la OMS y la OIT indican que la mortalidad por las enfermedades crónicas ocasionadas hasta el año 2018 representaban un 81%, entre ellos se encuentran enfermedades pulmonares obstructivas crónica, las cardiopatías isquémicas y los accidentes cerebrovasculares, no obstante, también se consideran los traumatismos ocupacionales en dicha cifra. Entre los factores de riesgo identificados se observa que exponerse a largas jornadas de trabajo inciden en las causas de fallecimientos antes indicadas (2).

Por tanto, enfermería es una de las ocupaciones de gran exigencia, pero también la más noble, ya que estos profesionales desempeñan una valiosa función en la recuperación de cada paciente que atienden. Las enfermeras son consideradas servidores públicos y socorristas ya que realizan un trabajo arduo que solo se puede lograr a través de una generosa vocación liderazgo de las personas, familias, comunidades y grupos sociales (3).

Al respecto, el Colegio Internacional de Enfermeras (CIE) en el Informe sobre el Día Mundial de la Enfermera en el 2023, realizó diferentes propuesta para el resguardo, estabilidad y cuidado de la profesión de enfermería en más de un centenar de países asociados, donde en segunda posición indica que se desea hacer el abordaje y mejoramiento urgente sobre el apoyo a la salubridad y satisfacción para los enfermeros orientándose en la garantía de proveer

adecuadas condiciones laborales seguras y saludables, ya que con ello se respeta el derecho de los profesionales a una buena salud física y mental (4).

Tal como lo resalta el Ministerio de la Salud de Perú (MINSA), las situaciones estresantes en el trabajo son la demostración física y emocionalmente nociva que puede expresar una persona en respuesta al desajuste dentro las exigencias laborales y las habilidades disponibles que tiene el trabajador para poder cumplir con sus actividades diarias. A raíz de dicha situación es posible ceder ante el estrés laboral y aumentar las probabilidades de lesiones y enfermedades y daños de la calidad de vida (5)

Por tanto, se comprende como carga laboral un conjunto de requerimientos como, la condición mental y física que debe cumplir un trabajador durante sus ocupaciones. Puede ser común hacer demasiada actividad para satisfacer la demanda, pero esto es completamente inapropiado ya que las personas toleran el esfuerzo que pueden realizar, por lo que medir la carga de trabajo es una buena idea (6).

En este mismo orden de ideas, la situación anterior puede afectar negativamente el ambiente laboral y crear un entorno discrepante, es decir, roces y aparición de actitudes inadecuadas y en ocasiones tendencias hostiles debido al cansancio. Este entorno es perjudicial para las personas, por ello es evitar situaciones laborales inadecuadas es necesario cuidar la salud tanto mental como física de todos los profesionales de enfermería (7).

Por lo tanto, es probable que los enfermeros que enfrentan a diario grandes compromisos y cargas emocionales en el trabajo busquen más ayuda para reducir el estrés, al darse cuenta de que reconocer situaciones estresantes les permite hacer planes e implementarlos. Para mejorar la gestión del estrés mediante acciones como pasatiempos, deportes y descansar o quiropráctica (8).

Pero cuando las demanda sobre pasan la capacidad de acción de los profesionales de enfermería, se podrán desencadenar entre ellos patrones estresantes que a la larga tendrán un

impacto perjudicial en su salud. Así mismo el estrés en el trabajo puede conllevar a trastornos psicológicos y afectar los cambios de comportamiento entre los trabajadores. Además, la OIT llama a evitar el estrés en el trabajo, pues se ha convertido en un peligro para la salud. Además, es de gran relevancia tener en cuenta que forjar inconformidad puede causar y reducir el rendimiento profesional (9).

Por otro lado, el mantenimiento de un adecuado balance, a nivel emocional, se transforma en una cuestión esencial, y por ello hay que enfatizar el bienestar como una forma de balance humano, que incluye el balance emocional como fuente de toda variación, es decir, tanto lo bueno como lo malo. También se refiere al placer de la vida, que se manifiesta en el logro de objetivos, buena comunicación, satisfacción de necesidades básicas, apoyo a los demás y otros aspectos que son relevantes en relación con los beneficios del individuo (10).

Ante lo ya mencionado, se cree pertinente realizar la cuantificación de la relación de la carga laboral y sus dimensiones con el manejo del estrés que experimentan los profesionales de enfermería del servicio de emergencia del adulto durante su labor profesional diaria.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1 Problema general**

¿Cómo la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023?

### **1.2.2. Problemas específicos**

¿Cómo la dimensión esfuerzo físico de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto?

¿Cómo la dimensión esfuerzo mental de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto?

¿Cómo la dimensión ambiente laboral hostil de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto?

### **1.3 1.3. Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar como la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

Identificar cómo la dimensión esfuerzo físico de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.

Identificar cómo la dimensión esfuerzo mental de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.

Identificar cómo la dimensión ambiente laboral hostil de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.

## **1.4. Justificación de la investigación**

### **1.4.1 Teórica**

Considerando la información derivada de la investigación, la relevancia teórica radica en la aplicación práctica de las teorías existentes sobre carga laboral y estrés personal a los profesionales de salud que trabajan en servicios de emergencia. Este aporte contribuye significativamente a la confrontación de la realidad, respaldada por teóricos que fundamentan la carga laboral como un potencial factor estresante entre los trabajadores. En el ámbito de la teoría de enfermería se hace referencia a Virginia Henderson cuyo modelo basado en las catorce necesidades proporciona un respaldo para la atención sanitaria a individuos sometidos a elevada carga laboral y con escaso control sobre el estrés. La conceptualización de la carga laboral se apoya en la teoría de Chiavenato y el estrés del personal encuentra sustento en la teoría de Robertson.

### **1.4.2 Metodológica**

La investigación se justifica desde la perspectiva metodológica sólida, destacando su rigor al emplear el método científico, lo cual confiere validez y confiabilidad a sus hallazgos. La relevancia de la metodología se refleja en su capacidad para aportar de manera significativa conocimiento sobre la carga laboral y el manejo del estrés en el personal de enfermería. En este contexto, se utilizarán dos cuestionarios previamente validados y confiables, asegurando la consistencia y pertenecían en la medición de las variables de la investigación la elección del método hipotético – deductivo, con un enfoque cuantitativo, y el tipo de investigación aplicada subraya la orientación precisa y estructurada de la investigación. Además, al adoptar un diseño no experimental, correlacional y de corte transversal, se posibilita un análisis detallado de las relaciones entre carga laboral y estrés en el contexto específico del servicio de emergencia.



### **1.4.3 Práctica**

La importancia de esta investigación radica en la posibilidad de cuantificar la percepción de carga laboral y su influencia en el estrés experimentado por el personal de enfermería, especialmente aquellos que desempeñan funciones en el servicio de emergencia. Los resultados obtenidos no solo proporcionarían recomendaciones concretas a las autoridades para mejorar las condiciones laborales, contribuyendo así al bienestar del personal y, por ende, al mejor desempeño en la atención a los pacientes, sino que también servirán como guía para investigaciones futuras que exploren las relaciones entre las variables propuestas.

## **1.5. Delimitaciones de la investigación**

### **1.5.1 Temporal**

El presente estudio será desarrollado en periodo de tiempo de septiembre de 2023 hasta febrero del año 2024.

### **1.5.2 Espacial**

El presente estudio se llevará a cabo en una clínica privada que está ubicada en el distrito de san miguel de Lima, Perú.

### **1.5.3. Población o unidad de análisis**

La población objeto de estudio que será abordada para el desarrollo del presente estudio será el personal de enfermería que labora en el servicio e emergencia adulto de una clínica privada ubicada en Lima.

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **Internacionales**

Correa et. al. (11), 2022 en Argentina, consideró el objetivo “identificar las características del personal de enfermería y los factores percibidos como generadores de estrés en el servicio de Emergencia de un hospital público de la provincia del Chaco, en el año 2020”. Investigación cuantitativa, correlacional de tipo transversal. muestra: fue de 29 profesionales de enfermería. Para analizar evaluar el estrés se utilizó el cuestionario autoadministrado “The Nursing Stress Scale” que consta de 34 ítems y para analizar las características del personal de enfermería se consideró una escala que cuantifica 11 características de los profesionales. Resultados: se puede destacar el 51.5% presento bajo nivel de estrés, un 48.3% presentó un nivel medio y ningún profesional presento un nivel alto de estrés. Conclusión, Las principales causas de estrés fueron ver al paciente sufrir y realizar cuidados que resulten dolorosos.

Noroña et al. (12), en Ecuador, año 2021, con el objetivo de “relacionar la carga laboral y el nivel de ansiedad en el personal de enfermería del hospital regional docente Ambato en el mes de octubre de 2020”. Con una investigación descriptivo-correlacional y transversal. La población constituida por 167 enfermeras que participaron en recolectar datos mediante un test de SL-SPC para satisfacción laboral y GADS-47 para cuantificar la ansiedad. Como resultado se muestra que la ansiedad es moderada con un 45.50%, con relación a la carga laboral un 68.26% indica presentar una parcial insatisfacción. En conclusión, existe ansiedad e insatisfacción entre profesionales de enfermería.

Laje (13), en Ecuador, año 2022, con el objetivo de “Determinar la relación del estrés laboral con el estilo de vida saludable en el personal de enfermería”. Fue una investigación no experimental con enfoque cuantitativo, de diseño correlacional. La población estuvo conformada por 106 profesionales, para medir el nivel de estrés se utilizó la Escala de Estrés de Zung (ZDS) conformada por 20 ítems y para el estilo de vida saludable se aplicó el cuestionario HPLP (Health Promoting Life Profile) compuesto por 52 ítems clasificados en seis dimensiones. Resultados: entre los principales resultados se debe destacar que el 89.5% de profesionales presento estrés, el 66% presento estilo de vida no saludable y un 34% presento estilo de vida saludable. Destacando la dimensión hábitos nocivos con un 100% de profesionales que presentaron hábitos nocivos. En conclusión, que la falta de descanso, recreación y hábitos nocivos presentaron mayor relación con el estilo de vida no saludable.

García et al. (14), en México en el año 2020, llevaron a cabo una investigación que tenía como objetivo “determinar el nivel de estrés laboral y los principales estresores que presenta el personal de enfermería ubicados en el contexto de la pandemia COVID-19”. La metodología cuantitativa. Con población constituida por 126 profesionales de enfermería, contemplo una lista de preguntas, conocida como cuestionario, de tipo laboral y personal, con relación al estrés laboral se utilizó la Escala de estrés en enfermeras (NSS). Los datos obtenidos resaltan que un 81% de profesionales son femeninos, a su vez 58.7% laboran un mínimo de 12 horas diarias y 44% presentaron responsabilidad mínimo 7 pacientes. Se concluye, el nivel de estrés resulto en nivel medio, se recomienda estrategias para afrontar y minimizar el estrés laboral.

Carballo et al. (15), en España en el año 2021, hicieron una investigación su objetivo era “conocer el nivel de estrés y ansiedad del profesional sanitario ocupado en la atención de los usuarios internados por infección de coronavirus”. Fue de metodología cuantitativo. La

población fue de 36 personas, a quienes se le realizaron tres cuestionarios, uno fue para medir la Escala de Estrés Percibido (EPP), el segundo fue para medir la Ansiedad: Estado-Rasgo (STAI) y ultimo una encuesta realizada por las investigadoras. Los datos obtenidos fueron 69.44% fueron mujeres de todos los encuestados, el 72.20% fueron solteros y 22.22% presento experiencia igual o mayor 15 años, el 38.28% tienen experiencia entre 0 y 5 años. En conclusión, mientras mayor es el estado de ansiedad mayor será el estrés en relación al trabajo en hospitalización y atención de pacientes con COVID-19.

### **Nacionales**

Beltrán et. al (16), año 2023, hicieron una investigación con el objetivo de investigación “Determinar la relación entre carga laboral con el estrés del profesional de enfermería en el área de emergencia del Hospital de emergencia José Casimiro Ulloa, 2023”. El método de la investigación fue cuantitativo con corte transversal, siendo no experimental y de correlación. Como muestra participaron 70 licenciados de enfermería. Se utilizaron dos cuestionarios, uno mide la Escala de valorización de carga laboral de 36 ítems y el segundo mide la Escala de estrés de enfermería NSS de 34 ítems. En los resultados obtuvo que con un valor de significancia de 0.000 indicando que existe una relación de la carga laboral en el estrés laboral, de igual manera se presenta valor de p de 0.000 para carga física y carga mental donde se evidencia que estas afectan en el estrés laboral. En conclusión, la carga física y mental derivadas de la carga laboral pueden generar estrés laboral.

Valeriano et. al (17), en el año 2022, realizaron una investigación con el objetivo “determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y la carga laboral en el profesional de enfermería frente a la pandemia Covid-19 en los servicios de la Unidad de Cuidados Intensivos (Área Covid-19) y Emergencia del Hospital III EsSalud - Puno 2021”. Siendo una

investigación cuantitativa, de corte transversal y de tipo descriptiva correlacional. Participaron 23 enfermeros de la UCI como población, a quienes se aplicó el cuestionario como medio para la recolección de datos, el primero fue “Escala de Estrés de Enfermería” y el segundo mide la carga laboral. La información obtenida refleja que el nivel de estrés laboral es alto en un 52.20%, se identifica que 100% presento estrés por el exceso de carga laboral, siendo un nivel de carga laboral alto en un 56.50%. En conclusión, El estrés y la carga laboral de los profesionales presentaron relación significativa.

Becerra (18), en el año 2022, desarrollo una investigación con el objetivo de “Describir la relación entre nivel de carga laboral y nivel de estrés en enfermeros (as) por COVID19 en el Hospital Virgen de la Puerta, Trujillo”. Fue una investigación de metodología cuantitativa, de tipo descriptivo-correlacional muestra de 66 licenciados de enfermería, el cuestionario fue la herramienta que se aplicó como instrumento para medir las variables. Resultando de carga laboral el obtuvo 42,4% nivel medio, 39,4% nivel alto y 18,2% nivel bajo, en el nivel de estrés se tuvo un 71,2% nivel alto, 19,7% nivel medio y 9,1% nivel bajo. En conclusión, Existe relación significativa entre la carga laboral y el nivel de estrés.

Trujillo et al. (19) en el año 2021, presentaron su trabajo con el objetivo de “Determinar la relación que existe entre la carga laboral y los trastornos musculo esqueléticos del personal de enfermería que laboran en el Servicio de Emergencia del Hospital Nacional Arzobispo Loayza”. La metodología fue cuantitativa-correlacional. Población constituida por 45 profesionales de enfermería, el cuestionario fue la herramienta que se aplicó como instrumento para medir las variables. Resultando que el 42.22% tuvo alta una carga laboral, 40% nivel medio y el 17,78% nivel bajo por otra parte los trastornos musculoesqueléticos el 57,78% no

tiene y el 42,22 si tiene, en conclusión: la carga laboral y trastornos musculoesquelético tienen relación significativa.

Neciosup (20), año 2022, desarrollo una investigación cuyo objetivo fue “determinar el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento de enfermeras de atención en área COVID-19, del Hospital Privado del Perú”. Del tipo cuantitativa, correlacional. Para la aplicación se consideró una muestra constituida por 30 profesionales enfermeros, considero como instrumento dos cuestionarios. Resultados, un nivel medio de estrés del 53.33% de profesionales, un 46.67% presento un nivel medio con respecto a la presión en el trabajo. En conclusión, estrés en nivel medio y afrontamiento de forma activa de los profesionales de enfermería.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1 Carga laboral**

Es un grupo de exigencias fisiológicas y psicológicas a las que están expuesto los trabajadores en su jornada laboral para completar sus tareas con tal de cumplir con sus deberes diarias. Por tanto, se reconoce carga laboral como la fuerza empleada, el nivel de movilización que requieren las tareas dadas las mayores o menores necesidades de la persona. Por lo tanto, se puede demostrar que realizar repetitivas tareas produce un esfuerzo físico hacer realizado en períodos de corta duración estos factores están asociados al estrés psicológicos, que esta caracterizado en los trabajadores mientras realizan sus actividades. Lo que implica mayor esfuerzo psicológico al que el trabajador debe responder (21).

## **Dimensiones de la variable carga laboral**

### **Dimensión 1. Carga mental**

Esta relacionadas con las actividades laborales realizadas por el empleado, limitaciones de tiempo, procesos centrales, atención, aislamiento, complejidad, rutina, creatividad, horarios de trabajo y exigencias (22).

### **Dimensión 2. Carga física**

Se relaciona al esfuerzo físico que se someten los trabajadores a lo largo de sus actividades laborales; Incluye tanto las posiciones estáticas que se adoptan durante el trabajo cuando realizan actividades que requieren fuerza y maniobras especiales de cargamentos en el trabajo; está basado en actividades musculares en lo que se debe estar parado y enérgico. A su vez, se refiere como carga estática a la postura y se denomina a la carga dinámica a la fuerza corporal el movimiento y la manipulación de la carga. (23).

El esfuerzo muscular se divide en tres: esfuerzo dinámico el cual es realizado por los movimientos del cuerpo, estático es cuando se restringe los movimientos musculares por tiempo prolongado y de levantamiento se refiere al esfuerzo de carga máxima aceptada por una persona al cargar peso en varias oportunidades (24).

### **Dimensión 3. Ambiente laboral hostil**

Cuando hablamos de ambiente de trabajo, se refiere al entorno al que se expone el trabajador con la repetición necesaria según el desempeño de sus ocupaciones. Las relaciones interpersonales son de gran valor para un ambiente sano y armonioso que, a su vez, promueve actividades de desarrollo y buen desempeño en el trabajo. Sin embargo, en oportunidades este

entorno se puede ver afectado y se asocia por las emociones y sensación de inconformidad, ocasionando discusiones e incluso violencia, esto conlleva a entorno hostil logrando que los trabajadores pierdan el interés laboral. es de gran ayuda tener presente estas emociones para poder autorregular y equilibrar las emociones de los demás. (25)

### **2.2.2 Manejo del estrés**

Crear un ambiente armonioso para la sociedad puede evitar eficazmente los efectos del estrés laboral, lo cual es indispensable mantener un equilibrio adecuado entre sus funciones laborales y familiares. Y fomentar estándares que garanticen a los trabajadores el goce de una buena salud y de un ambiente laboral positivo y logrando así un nivel aceptable de estrés (26).

### **Dimensiones de la variable manejo del estrés**

#### **Dimensión 1. Estrés**

Se define como la “tensión ocasionada por eventos agotadores que conducen a situaciones psicosomáticas y cambios mentales severos” por el estrés existen cambios progresivos de la información recopilada diariamente puede ser por problemas financieros, estudiantil y familiar, entre otros. se hace difícil la solución del problema que genera el estrés. Por lo que es útil crear planes para aumentar la capacidad y protocolo para mejorar los niveles de estrés (27).

Se puede distribuir al estrés como la fuente y puede estar relacionado a acciones laborales como escuela, forma de vida, medio ambiente, familia, sociedad, sexo, atención sanitaria y financiero etc. Se puede decir que, en este mundo globalizado, cualquiera escenario puede desencadenar acciones, que conlleven a originar estrés. Por lo tanto, es valioso investigar la situación de los problemas y poder encararlos y construir diferentes medios de protección



utilizando planes, o las personas de realizar fácilmente un instrumento de resolución y situaciones de conflictos afrontando el estrés (28).

### **Estrés ocupacional**

En ocasiones el estrés ocupacional, para los profesionales de la salud, son muchos desde los personales hasta las organizaciones. Por lo que pueden cubrir diferentes aspectos como lo son factores personales, apego y espiritual. Profesionales, calidad de trabajo, jornada laboral. Acerca de la organización, hace mención a la sociedad en general, parientes, unión de hecho, nivel de compromiso y núcleo familiar. Finalmente, cuestiones sociales incluidos los factores fundamentales como lo son (ahorro, creencias, posición, entre otros) (29).

### **Dimensión 2. Equilibrio**

Es esencial en las labores que desempeñan un papel fundamental en las tareas cotidianas, Ya que está determinado por las condiciones de trabajo (por ejemplo, horarios de trabajo, exigencias laborales, estabilidad laboral, sueldo adecuado, recursos necesarios, etc.) y la vida familiar (por ejemplo, como base). Familia, estatus financiero, obligaciones y responsabilidades económicas relacionadas con los hijos, sobrinos, nietos, madre, padre, entre otros (30).

### **Dimensión 3. Coping o manejo del estrés**

Se considera un método para reducir los efectos de estrés dependiendo de la profesión u actividad laboral, tiene que ver con la salud psicológica y física. Control de estrés es necesario no permitir que el estrés relacionado con el trabajo conduzca a enfermedades graves, por lo que hay que reconocer las causas estresantes, y la destreza y capacidad que permita superar el estrés (31).

## **Desempeño laboral**

Se refiere a la conducta que experimenta una persona para desempeñar de manera competentemente sus funciones laborales. Por un largo periodo se pensó que el bajo desempeño se debía a la falta de información y experiencia, pero ahora se cree que el desempeño del enfermero se sustenta en condiciones personales, sistemas de salud y ambiente propicio (32).

El personal de salud se ocupa principalmente en la vigilancia sanitaria que va más allá de una comunicación efectiva para ayudar a las personas a comprender las enfermedades y mantener una buena salud, así como ayudar a las personas a lograr la autodefensa, control y confianza en uno mismo (33).

## **Teoría de enfermería**

La teoría de Virginia Henderson, se presenta como un marco conceptual fundamental en la presente investigación. Al basar su teoría en las catorce necesidades básicas Henderson proporciona una estructura sólida para comprender las demandas laborales y emocionales que enfrenta el personal de enfermería. Aspectos como la adecuada respiración, alimentación, sueño, comunicación de sentimiento y el sentido de logro en el desarrollo, entre otros, se entrelazan con las variables clave de la investigación. Esta teoría no solo guía la identificación de las necesidades del personal de enfermería, sino que también resalta la importancia del autocuidado, ofreciendo perspectivas valiosas para mejorar las condiciones laborales y el bienestar emocional de los profesionales de enfermería en el servicio de emergencia (34).

## **2.3. Formulación de hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

**Hi:** Existe relación estadísticamente significativa entre la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

**Ho:** No existe relación estadísticamente significativa entre la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

**Hi1:** Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión carga mental de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

**Ho:** No existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión carga mental de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

**Hi2:** Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión carga física de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

**Ho2:** No existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión carga física de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

**Hi3:** Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión ambiente laboral hostil de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

**Ho3:** No existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión ambiente laboral hostil de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1 Método de la investigación**

Se considerará una investigación con método hipotético-deductivo, basándose en el supuesto de que se parte de una idea general, pero a partir de ella se pueden analizar situaciones específicas. Por lo tanto, cuando una teoría, axioma u otra definición necesaria es clara, se entiende la pregunta y cómo se puede aplicar a un caso específico para obtener una respuesta a la pregunta, con el objetivo de formular una hipótesis que puede confirmar o negar (35).

#### **3.2 Enfoque de la investigación**

Según las tendencias, el enfoque que se empleará será cuantitativo, el cual utiliza la obtención de información, pruebas con resultados numéricos e interpretar estadístico para la correcta verificación de las hipótesis. Un sistema de medidas que deben aplicarse estrictamente conservando la finalidad de la investigación. (36).

#### **3.3 Tipo de investigación**

La orientación, del estudio será de tipo aplicada, el propósito está encaminado a resolver problemas y concientizar a las personas (37).

#### **3.4 Diseño de la investigación**

Para este proyecto se considerará un modelo no intervencionista, lo que quiere decir que es no experimental, impidiendo alterar las variables, los resultados parten de la naturalidad del evento o situación real. Será de corte transversal ya que es prospectivo en cuanto al tiempo del evento porque los hechos se toman y registran en un momento específico en el tiempo (38).

Será correlacional, cuando el propósito del estudio es mostrar o explorar las posibles relaciones que puedan tener todas las variables en función de sus resultados, sin embargo, cabe señalar que, si existe una relación, entonces no es necesaria la asociación. Pero un elemento no siempre afecta directamente a otro elemento si está ausente o presente. (39).

### **3.5 Población, muestra y muestreo**

Población es un grupo de sujetos con tipologías análogos que son considerados para una investigación de acuerdo con ciertas normas. las muestras son subconjuntos de la población, pero estas muestras deben ser representativas de la población y se utilizan diferentes métodos para obtener resultados muestrales según las necesidades del estudio. La población objeto de estudio para la presente investigación estará constituida por 80 licenciados en enfermería que laboran en el área de Emergencia adulto de una clínica en Lima (40).

#### **Muestra**

Está constituido por un grupo de individuos que serán analizado en el estudio, y es posible utilizar métodos que permitan la selección directa o indirecta de las personas y objetos a intervenir en la investigación. En el presente estudio la muestra estará representada por el total de la población, por ser una muestra finita, es decir, los ochenta profesionales de enfermería (41).

#### **Muestreo**

El muestro para la recolección de la información será del tipo probabilístico porque el investigador establece algunos criterios de selección y elige al azar a los miembros de la población. Con este parámetro de selección, todos los participantes tienen las mismas

posibilidades de ser incluidos en la muestra, asegurando que el estudio sea representativo de la población (42).

### **Criterios de inclusión y exclusión**

#### **Criterios de inclusión**

- Profesionales que tienen especialidad en Emergencias y Desastres
- Profesionales con un tiempo laborando en el servicio mayor o igual a tres meses
- Profesionales que autoricen a participar en el estudio y que firmen el consentimiento informado.

#### **Criterios de exclusión**

- Profesionales que no tienen especialidad en Emergencias y Desastres
- Profesionales con un tiempo laborando en el servicio menor de tres meses
- Profesionales que no autoricen a participar en el estudio y se niegue a firmar el consentimiento informado.

### 3.6 Variables y operacionalización

| Variables     | Definición conceptual  | Definición operacional  | Dimensiones      | Indicadores  | Escala de medición | Escala valorativa (niveles o rangos)   |
|---------------|--|---|------------------|--|--------------------|--|
| Carga laboral | Es un grupo de exigencias fisiológicas y psicológicas a las que están expuesto los trabajadores en su jornada laboral para completar sus tareas con tal de cumplir con sus deberes diarias (45). | El instrumento que se aplicara es un cuestionario compuesto por 31 ítems que medirán dos dimensiones del estrés físico y mental en trabajadores de emergencia adultos, caracterizado por las opciones de respuesta "siempre" y "casi siempre", "a veces", "casi nunca". " y "Nunca" con tres niveles de calificación: alto, medio y bajo. | Carga mental     | Cantidad de atenciones<br>Ritmo de trabajo<br>Experiencia<br>Tratamiento de información    | Ordinal            | Carga mental Alta<br>55 – 75 puntos<br>Carga mental Media<br>35 – 54 puntos<br>Carga mental Baja<br>15 – 34 puntos |
|               |  |   | Carga física     | Posturas forzadas<br>Desplazamiento<br>Esfuerzo muscular                                   |                    | Carga física Alta<br>60 – 80 puntos<br>Carga física Media<br>38 – 59 puntos<br>Carga física Baja<br>16 – 37 puntos |
|               |  |   | Ambiente laboral | Relaciones interpersonales<br>Identificación con la institución<br>Condiciones ambientales |                    | Desfavorable<br>0 – 32 puntos<br>Favorable<br>33 – 65 puntos   |



---

|                   |  |                            |  |         |                               |
|-------------------|--|----------------------------|--|---------|-------------------------------|
| Manejo del estrés | <p>El instrumento aplicado en esta variable también será un cuestionario que consta de 24 preguntas con la opción de "muy en desacuerdo", "en desacuerdo", "indiferente", "De acuerdo" y "Totalmente de acuerdo" se califican como desfavorables o favorables.</p> | Estrés                     | Factores estresores en el Campo biológico    |         |                               |
|                   |  |                            | Factores estresores en el Campo psicológico  |         |                               |
|                   |  |                            | Factores estresores en el Campo social       |         |                               |
|                   |  | Equilibrio                 | Condiciones de trabajo                       | Ordinal | Favorable<br>61 – 120 puntos  |
|                   |  |                            | Vida familiar                                |         |                               |
|                   |  |                            | Actividades saludables                       |         | Desfavorable<br>0 – 60 puntos |
|                   |  | Coping o manejo del estrés | Habilidad para enfrentar factores estresores |         |                               |
|                   |  |                            | Técnicas de relajación                       |         |                               |
|                   |  |                            | Recursos                                     |         |                               |

---

### **3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.7.1 Técnica**

Se utilizará la encuesta como método para ambas variables. Un instrumento que ayuda a los investigadores a recopilar datos sistemáticos de una variedad de fuentes (un componente crucial de cualquier proyecto de investigación) es la encuesta (47).

#### **3.7.2 Descripción de instrumentos**

##### **Instrumento para medir la variable la carga laboral**

Como se mencionó anteriormente, la herramienta de la variable carga de trabajo es un cuestionario compuesto por 40 ítems el cual se divide en dos partes la primera medirá dos dimensiones del estrés físico y mental en trabajadores de emergencia adultos, caracterizado por las opciones de respuesta "siempre" y "casi siempre", "a veces", "casi nunca". " y "Nunca" con tres niveles de calificación: alto, medio y bajo. La puntuación de estrés mental es alta entre 55 y 75 puntos, media entre 35 y 54 puntos y baja entre 15 y 34 puntos, y la puntuación de estrés físico es alta entre 60 y 80 puntos, medio 38-59 puntos y bajo 16-37 puntos. La segunda parte consta de 9 preguntas y medirá el ambiente laboral hostil con las opciones de respuesta "muy en desacuerdo", "en desacuerdo", "no me importa", "de acuerdo" y "totalmente de acuerdo", y se evalúa como negativo. favorable. Las puntuaciones desfavorables oscilan entre 0 y 22 puntos y las favorables entre 23 y 45 puntos.

##### **Instrumento para medir la variable manejo del estrés**

Para esta variable se aplicará un cuestionario de 25 preguntas con la opción de "muy en desacuerdo", "en desacuerdo", "indiferente". "De acuerdo" y "Totalmente de acuerdo" se

califican como desfavorables o favorables. La calificación desfavorable es 0 - 60 puntos, positiva - 61 - 120 puntos.

### **3.7.3 Validación**

#### **Validación del instrumento de la variable carga laboral**

Rivera en su investigación analizo sobrecarga laboral, en personal de dos establecimientos del distrito de San Juan de Lurigancho, lo cual le permitió validar el instrumento de carga laboral con la participación de dos expertos de reconocida labor científica, con trabajos sobre carga laboral como son: Dr. Rodríguez Taboada Abel y la Dra. Palacios Garay Jessica, ambos con opinión que el instrumento es aplicable. (48).

La herramienta de la variable carga de laboral fue confirmado para la dimensión ambiente laboral hostil por las investigadoras Nina Quispe y María Elida en su estudio titulado “Satisfacción de Obstetras con el Ambiente Laboral del Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza”.

La investigación sólo eligió ítems correspondientes a tres aspectos (interpersonales, identificación institucional y condiciones ambientales, con nueve preguntas, aunque la herramienta originalmente contenía 45 preguntas para describir 9 características diferentes. Fue revisado por las autoridades del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social: ministro Dr. Ludvigs Werners Ovalle Cabrera y Dr. Silvia Palma, Subsecretaria de Hospitales (47).

### **Validación del instrumento de la variable manejo del estrés**

La validación del cuestionario que se empleara para medir la variable manejo del estrés se realizó mediante el juicio de profesionales expertos aprobado mediante la revisión de especialistas con el fin de confirmar los resultados.

#### **3.7.4 Confiabilidad**

##### **Confiabilidad del instrumento de la variable carga laboral**

Para cuantificar la primera variable se utilizó un ensayo experimental a 30 participantes, a través del coeficiente de Kuder y Richardson, el cual tuvo como resultado 0.95, significando una alta confiabilidad (48).

##### **Confiabilidad del instrumento de la variable manejo del estrés**

En la segunda variable también se realizó un ensayo experimental a través del coeficiente de Alpha de Cronbach.

### **3.8 Plan de procesamiento y análisis de datos**

- Principalmente en la obtención de información se toma en cuenta unos pasos seguir lo que inicia con la planificación de tareas, petición de consentimientos para permitir el ingreso al centro privado en el que se realizara la investigación, también proporcionar autorización a los voluntarios antes de llenar la encuesta de investigación y así finalizar la recopilación de datos.
- Al finalizar la recolección de la información se integrarán los datos al Excel para ordenarlo y codificarlo, posteriormente se ejecutará el análisis descriptivo mediante el programa SPSS-v26 utilizando tablas, gráficos y medidas de resumen adecuados. La parte

inferencial se propone realizarla aplicando una prueba de correlación adecuada (Pearson o Spearman según lo requieran los datos) al nivel de significancia de teórico de 0.05.

### **3.9 Aspectos éticos**

Es importante en la realización del estudio seguir ciertos lineamientos basados en el Principio de Autonomía, la participación será por decisión propia previa autorización firmada. El Principio de Justicia, los datos serán validados de manera justa garantizando equidad en todos los participantes. El Principio de Beneficencia, los datos del estudio brindaran beneficios a la institución y el Principio de No Maleficencia, la investigadora se compromete a que durante el proceso de recolección de datos no se generara daños de ningún tipo a los participantes, de la misma forma, la información recopilada por ningún motivo se utilizara para realizar daño a los participantes (49).

## 4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

### 4.1 Cronograma de actividades

| Actividad                                 | 2023       |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   | 2024  |   |   |   |         |   |   |   |
|---|------------|---|---|---|---------|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|---|---|---|-------|---|---|---|---------|---|---|---|
|   | Septiembre |   |   |   | Octubre |   |   |   | Noviembre |   |   |   | Diciembre |   |   |   | Enero |   |   |   | Febrero |   |   |   |
|   | 1          | 2 | 3 | 4 | 1       | 2 | 3 | 4 | 1         | 2 | 3 | 4 | 1         | 2 | 3 | 4 | 1     | 2 | 3 | 4 | 1       | 2 | 3 | 4 |
| Idea y escritura del título               | ■          |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Esquematación del proyecto                |            | ■ |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Preguntas y objetivos                     |            |   | ■ |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Justificación                             |            |   |   | ■ |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Revisión de fuentes primarias             |            |   |   |   | ■       | ■ | ■ |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Desarrollo del marco teórico              |            |   |   |   |         |   |   | ■ | ■         | ■ |   |   |           |   |   |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Revisión y elección del instrumento       |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   | ■ | ■ |           |   |   |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Recolección de datos                      |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   | ■         | ■ |   |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Presentación y análisis de los resultados |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   | ■ |   |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Redacción de avance de informe            |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   | ■ |       |   |   |   |         |   |   |   |
| Redacción de avance de informe final      |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   | ■ | ■     | ■ | ■ |   |         |   |   |   |
| Correcciones del avance del informe final |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   | ■ | ■     | ■ | ■ |   |         |   |   |   |
| Entrega del informe final                 |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   | ■ | ■     | ■ | ■ |   |         |   |   |   |
| Sustentación                              |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |   |   |   | ■       | ■ | ■ | ■ |

#### 4.2. Presupuesto

| <b>Recursos</b>      | <b>Cantida<br/>d</b> | <b>Precio<br/>unitario</b> | <b>Prec<br/>io total</b> |
|----------------------|----------------------|----------------------------|--------------------------|
| Computador portátil  | 1                    | 1500.00                    | 1,500.00                 |
| Servicio de internet | 6 meses              | 60.00                      | 360.00                   |
| Impresora a color    | 1                    | 870.00                     | 870.00                   |
| Cartuchos de tinta   | 4                    | 55.5                       | 222.00                   |
| Paquete office 365   | 1                    | 215.00                     | 215.00                   |
| Hojas bond           | 10 paquetes          | 18.50                      | 185.00                   |
| Viáticos/ traslados  | 120                  | 3.50                       | 420.00                   |
| <b>Total</b>         |                      |                            | <b>S/3,772.0</b>         |

## REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). La OMS y la OIT alertan de que las jornadas de trabajo prolongadas aumentan las defunciones por cardiopatía isquémica o por accidentes cerebrovasculares. [Internet]. Comunicados de prensa. 17 de mayo de 2021. [citado el 06 de octubre de 2023]. Disponible en:

<https://www.who.int/es/news/item/17-05-2021-long-working-hours-increasing-deaths-from-heart-disease-and-stroke-who-ilo>

2. Organización Mundial de la Salud (OMS). OMS/OIT: Casi 2 millones de personas mueren cada año por causas relacionadas con el trabajo. [Internet]. Comunicados de prensa. 17 de septiembre de 2021. [citado el 06 de octubre de 2023]. Disponible en:

<https://www.who.int/es/news/item/16-09-2021-who-ilo-almost-2-million-people-die-from-work-related-causes-each-year>

3. García Guzmán, LF y Carrión Silva, KY. Carga laboral y nivel de estrés del personal de Enfermería en León, Nicaragua. Revista Española de Enfermería de Salud Mental, [Internet]. 2018 [citado el 23 de noviembre de 2022]; 6: 42-50. Disponible en:

<http://www.reesme.com/index.php/REESM-AEESME/article/view/44>

4. Consejo Internacional de Enfermeras. Informe sobre el Día Internacional de la Enfermera 2023. [Internet]. [citado el 06 de octubre de 2023]. Disponible en:

[https://www.icn.ch/sites/default/files/2023-07/ICN\\_IND\\_2023\\_Report\\_SP.pdf](https://www.icn.ch/sites/default/files/2023-07/ICN_IND_2023_Report_SP.pdf)

5. Ministerio de la Salud en Perú (MINSA). Cuidado de la salud mental del personal de la salud en el contexto del COVID – 19. [Internet]. 2020. [citado el 16 de octubre de 2023]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5000.pdf>

6. Meneses, DA., Hernández, M., Muñoz, DF. Factores percibidos como carga laboral por colaboradores de Contact Center de la empresa Colsubsidio. [Tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. 2019 [citado el 23 de noviembre de 2023]; Disponible en:



[https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/13705/1/2019\\_factores\\_carga\\_laboral.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/13705/1/2019_factores_carga_laboral.pdf)

7. López D., Pangol A. El acoso laboral y la protección jurídica al trabajador en Ecuador. SOCIETEC [Internet]. 14 de mayo de 2021 [citado 03 de noviembre de 2023];4(S1):76-90. Disponible en: <http://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/societec/article/view/115>

8. Nespereira-Campuzano, T., Vázquez-Campo, M. Inteligencia emocional y manejo del estrés en PPEE del Servicio de Urgencias hospitalarias. Enfermería Clínica, [Internet]. 2017 May-Jun [citado 03 de noviembre de 2023];27(3):172-178. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1130862117300244>

9. Oseguera Oyuela, E., Matamoros, N. Impactos del estrés en personal de enfermería en la sala de emergencias. Garnata 91, [Internet]. 2021 [citado 23 de octubre de 2023]; 24: 1-5. Disponible en:

[https://www.researchgate.net/publication/357312371\\_Impactos\\_del\\_estres\\_en\\_personal\\_de\\_enfermeria\\_en\\_la\\_sala\\_de\\_emergencias](https://www.researchgate.net/publication/357312371_Impactos_del_estres_en_personal_de_enfermeria_en_la_sala_de_emergencias)

10. Malla M. Carga mental subjetiva y su relación con la satisfacción laboral del personal de enfermería en un hospital de Quito, 2021. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. 2021 [citado 13 de octubre de 2023]; Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72642/Malla\\_TMA-SD.pdf?sequence=8](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72642/Malla_TMA-SD.pdf?sequence=8)

11. Corra C, Ledesma M, Pérez L. Características del personal de enfermería y factores percibidos como generadores de estrés en el servicio de Emergencia de un hospital público de la provincia del Chaco, año 2020. Universidad Nacional Del Nordeste. Año 2020 [citado 19 de octubre de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.unne.edu.ar/bitstream/handle/123456789/51639/RIUNNE\\_FMED\\_FG\\_Corra-Ledesma-Perez.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unne.edu.ar/bitstream/handle/123456789/51639/RIUNNE_FMED_FG_Corra-Ledesma-Perez.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

12. Noroña Salcedo DR, Vega Falcón V, Viteri Lascano, EN. Relación entre carga laboral y nivel de ansiedad en el personal de enfermería del hospital general docente Ambato en el mes de octubre de 2020. [Tesis de maestría en Internet]. 2021 [citado 9 de octubre 2023]. Disponible en:

<https://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/12827>

13. Laje Olivera GI. Relación del estrés laboral con estilo de vida saludable en el personal de enfermería. Universidad Regional Autónoma De Los Andes “UNIANDES. Año 2022 [citado 20 de octubre de 2023]. Disponible en:

<https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/15565/1/UA-MEC-EAC-010-2022.pdf>

14. García García P, Jiménez Martínez AA, García LH, Gracia Castillo GN, Cano Fajardo LE, Abeldaño Zúñiga RA. Estrés laboral en enfermeras de un hospital público de la zona fronteriza de México, en el contexto de la pandemia covid-19. Rev. Salud Pública (Córdoba), [Internet]. 2020 [citado 12 de octubre de 2023] 2(15 de diciembre de 2020); 65-73. Disponible en:

<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/31332>

15. Carballo Ortega B, Sánchez Cabrera M. El manejo del estrés laboral en la planta de hospitalización de pacientes COVID-19. Ene. [Internet]. 2021 [citado 12 de septiembre de 2023]; 15(1): 748. Disponible en:

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2021000100002&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2021000100002&lng=es)

16. Beltrán Salazar MB, Arévalo Marco RA. Carga laboral y su relación con el estrés del profesional de enfermería del Hospital de Emergencia José Casimiro Ulloa, Perú 2023: Workload and its relation with stress on the nursing profesional of the José Casimiro Ulloa Emergency Hospital, Peru 2023. LATAM [Internet]. 8 de agosto de 2023 [citado 9 de octubre de 2023];4(2):4918–4930. Disponible en:

<https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/948>

17. Valeriano Tacca, KC. Nivel de estrés y su relación con la carga laboral en el profesional de enfermería frente a la pandemia Covid-19 en los servicios de la Unidad de cuidados intensivos (área covid-19) y emergencia del Hospital III Essalud - Puno 2021. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. 2022 [citado 23 de setiembre de 2023]; Disponible en: <http://34.127.45.135/handle/UPSC%20S.A.C./44>
18. Becerra Mayta, M. Carga laboral y nivel de estrés en enfermeros (as) por COVID-19 en el Hospital Virgen de la Puerta, Trujillo. [Tesis de pregrado]. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo; 2022. [citado 12 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/18831>
19. Trujillo Pardave N, Garagundo C. La. Carga laboral y trastornos musculoesqueléticos en el profesional de enfermería. Hospital Nacional Arzobispo Loayza, Lima 2020. [Tesis de pregrado]. Ica: Universidad Autónoma de Ica; 2021. [citado 12 de octubre de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/738>
20. Neciosup Bernilla, L. Estrés y estrategias de afrontamiento de enfermeras de atención en área Covid-19, Hospital Privado del Perú - Piura, 2022. [Tesis de pregrado]. Piura: Universidad Nacional de Piura; 2022. [citado 12 de setiembre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/3359>
21. Acosta-Romo MF, Maya-Pantoja GJ. Competencias clínicas y carga laboral del profesional de Enfermería en la Unidad de Cuidado Intensivo adulto. Rev. cienc. cuidad. [Internet]. 1 de mayo de 2020 [citado 12 de setiembre de 2023];17(2):22-3. Disponible en: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/1698>
22. Vargas-Cruz L, Coral-Ibarra R, Barreto-Osorio, Ruth Vivian. Carga mental en personal de enfermería Una revisión integradora. Revista Ciencia y Cuidado. [Internet]. 2020 [citado 12 de agosto de 2023]; 17(3). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7732356>

23. Silvera Carminati A., Prol Misura Sandra M., Gallardo Denis Y. Situación de carga física y mental en enfermería de Uruguay durante la pandemia Covid 19. *Revista urug. enferm.* [Internet]. 2022 Dic [citado 12 de diciembre de 2022]; 17(2): e203. Disponible en: [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2301-03712022000101203&lng=es](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2301-03712022000101203&lng=es)
24. Santillan Rosell M. Carga laboral y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas 2014. [Tesis de pregrado]. Chachapoyas: Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; 2015. [citado 12 de agosto de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/53/FE\\_186.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/53/FE_186.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
25. Jurado Alcívar G. Incidencias de las emociones ante el ambiente hostil en empresa de actividad comercial best communications. Guayaquil. [Tesis de pregrado]. Samborondón: Universidad de Especialidades Espíritu Santo; 2016. [citado 12 de setiembre de 2023]. Disponible en: <http://201.159.223.2/bitstream/123456789/1846/1/Paper%20Acad%C3%A9mico%20Gabriela%20Jurado.pdf>
26. Iniesta, A. Guía sobre el manejo del estrés desde medicina del trabajo. Sans Growing Brands. Barcelona. [Internet] 2016. [citado 19 de julio de 2023]. Disponible en: [http://www.aemt.com/contenidos/Recursos/Guia\\_Manejo\\_Estres/GuiaManejoEstres.pdf](http://www.aemt.com/contenidos/Recursos/Guia_Manejo_Estres/GuiaManejoEstres.pdf)
27. Guerrero Olvera M. Estrés académico: una reflexión de la conceptualización. *Glosa Revista de Divulgación*; [Internet]. 2020 [citado el 21 de octubre de 2023]; 8(15): 1-12. Disponible en: <https://static1.squarespace.com/static/53b1eff6e4b0e8a9f63530d6/t/604149255063427163bc3b81/1614891303341/Guerrero+Articulo+G15.pdf>

28. Román C. y Hernández Y. El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. Cuba: Revista Electrónica de Psicología Iztacala; [Internet]. 2011 [citado el 21 de setiembre de 2023]; 14 (2), pp. 1-14. Disponible en: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/26023>
29. Durand Arias, S. Reseña de "El manejo del estrés ocupacional en el personal de enfermería" de Parikh P., Taukari A. y Bhattacharya T. Investigación en Salud, [Internet]. 2006 [citado 21 de setiembre de 2023]; 8(3); 206-207. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/142/14280313.pdf>
30. Ramírez-Ángel L., Riaño-Casallas M. Equilibrio trabajo-vida y su relación con la salud mental en trabajadores de diferentes profesiones: una revisión sistemática. Revista Escuela de Administración de Negocios, [Internet]. 2022 [citado 21 de setiembre de 2023]; 92; 1-40. Disponible en: <https://journal.universidadean.edu.co/index.php/Revista/article/view/3335>
31. Quintana Atencio D, Tarqui Mamani C. Desempeño laboral del profesional de enfermería en un hospital de la Seguridad Social del Callao – Perú. Arch Med (Manizales); [Internet]. 2020 [citado el 21 de octubre de 2023]; 20(1):123-2. Disponible en: <https://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/3372>
32. Alonso AO, Ávila SM, Sanchez LM. Desempeño del Profesional de Enfermería en la atención a los pacientes con afecciones traumatológicas y ortopédicas. Revista Cubana de Tecnología de la Salud, [Internet]. 2017 [citado el 21 de octubre de 2023]; 7(4):30-35. Disponible en: <https://revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/821/736>
33. González Obando ME. Carga laboral en profesionales de enfermería en áreas críticas durante la pandemia de Covid-19, Hospital San Vicente de Paúl. Ibarra 2022 [Tesis de pregrado en Internet].; 2023 [citado 9 de octubre 2023]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/14841>

34. Hernández Martín C. El modelo de Virginia Henderson en la práctica enfermera. [Tesis de pregrado]. Valladolid: Universidad de Valladolid; 2016. [citado 12 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/17711>
35. Baena Paz G. Metodología de la investigación. México: Grupo Editorial Patria; 2017. Disponible en: [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/metodologia%20de%20la%20investigacion.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/metodologia%20de%20la%20investigacion.pdf)
36. Arias Gómez J, Villasís Keever M, Miranda Novales MG. El protocolo de investigación III: la población de estudio. Rev Alerg Méx. [Internet]. 2016 [citado el 30 de julio de 2023]; 63(2):201-206. Disponible en: <https://revistaalergia.mx/ojs/index.php/ram/article/view/181/309>
37. Bernal C. Metodología de la investigación. Colombia: Pearson Educación; 2010. <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>
38. Arias JL, Covinos M. Diseño y metodología de la investigación. Perú: Enfoques Consulting EIRL, 2021. Disponible en: <https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2260>
39. Carrasco S. Metodología de la investigación científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación (Segunda ed.). Lima 2019: San Marcos EIRLTDA
40. Muñoz Rocha C. Metodología de la investigación [Libro]. Impreso en México; 2016. Disponible en: <https://corladancash.com/wp-content/uploads/2019/08/56-Metodologia-de-la-investigacion-Carlos-I.-Munoz-Rocha.pdf>
41. Tamayo y Tamayo, Mario, Serie: Aprender a investigar. Módulo: El proyecto de investigación, Colombia, Serie de textos universitarios Universidad ICESI. 2002

42. Bernal C. Metodología de la investigación. Colombia: Pearson Educación; 2010.

Disponible en:

<https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>

43. Arias JL, Covinos M. Diseño y metodología de la investigación. Perú: Enfoques Consulting EIRL, 2021.

44. Muñoz Rocha C. Metodología de la investigación [Libro]. Impreso en México; 2016. obtenido de <https://corladancash.com/wp-content/uploads/2019/08/56-Metodologia-de-la-investigacion-Carlos-I.-Munoz-Rocha.pdf>

45. Acosta-Romo MF, Maya-Pantoja GJ. Competencias clínicas y carga laboral del profesional de Enfermería en la Unidad de Cuidado Intensivo adulto. Rev. cienc. cuidad. [Internet]. 1 de mayo de 2020 [citado 12 de diciembre de 2022];17(2):22-3. Disponible en:

<https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/1698>

46. Iniesta, A. Guía sobre el manejo del estrés desde medicina del trabajo. Sans Growing Brands. Barcelona. [Internet] 2016. [citado 19 de febrero de 2023]. Disponible en:

[http://www.aeemt.com/contenidos/Recursos/Guia\\_Manejo\\_Estres/GuiaManejoEstres.pdf](http://www.aeemt.com/contenidos/Recursos/Guia_Manejo_Estres/GuiaManejoEstres.pdf)

47. Rivera Tocto D. Sobrecarga laboral del personal de dos establecimientos de salud del distrito de San Juan de Lurigancho 2018. [Tesis de pregrado] Lima: Universidad César Vallejo; 2018. [citado 19 de julio de 2023]. Disponible en:

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28265/Rivera\\_TD.pdf?s](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28265/Rivera_TD.pdf?s)

48. Nina Quispe, k. Satisfacción laboral del profesional de obstetricia relacionado al clima laboral del Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza, Arequipa 2019. [Tesis de pregrado] Arequipa: Universidad Católica de Santa María; 2019. [citado 19 de agosto de 2023].

Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/9435>

49. Azulay Tapiero A. Los principios bioéticos: ¿se aplican en la situación de enfermedad terminal? An. Med. Interna (Madrid) [Internet]. 2001 Dic [citado 20 de febrero de 2023]; 18 (12): 650-654. Disponible en:

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-71992001001200009&lng=es.](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-71992001001200009&lng=es)



## **ANEXOS**

## Anexo 1. Matriz de Consistencia

**Título de la investigación:** Carga laboral y manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

| FORMULACIÓN DEL PROBLEMA  | OBJETIVOS  | HIPÓTESIS  | VARIABLES  | DISEÑO/ METODOLÓGICO  |
|---|--|--|--|---|
| <b>Problema general</b>   | <b>Objetivo general</b>  | <b>Hipótesis general</b>   | Carga laboral  | <b>Tipo de investigación</b>  |
| ¿Cómo la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023?                | Determinar como la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.   | <b>Hi:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.<br><br><b>Ho:</b> No existe relación estadísticamente significativa entre la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.  | Dimensiones:<br>*Carga mental<br>* Carga física<br>* Ambiente laboral hostil | Aplicada<br><br><b>Método y diseño de la investigación</b><br>Hipotético -<br>Deductivo<br>Diseño no<br>Experimental, corte<br>Transversal y<br>Alcance<br>Correlacional  |
| <b>Problemas específicos</b>  | <b>Objetivos específicos</b>   | <b>Hipótesis específicas</b>   | Manejo del estrés  | <b>Población y muestra</b>  |
| 1. ¿Cómo la dimensión esfuerzo físico de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto?         | 1. Identificar cómo la dimensión esfuerzo físico de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.         | <b>Hi1:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión carga mental de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.<br><br><b>Hi2:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión carga física de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.<br><br><b>Hi3:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión ambiente laboral hostil de la carga laboral y el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023. | Dimensiones:<br>* Estrés<br>* Equilibrio<br>* Coping o manejo del estrés     | La población será de 80 profesionales de enfermería y la muestra será censal, ya que se utilizará la totalidad de los profesionales de enfermería que laboran en el servicio de emergencia adulto de una clínica de Lima. |
| 2. ¿Cómo la dimensión esfuerzo mental de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto?         | 2. Identificar cómo la dimensión esfuerzo mental de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.         |  |  |   |
| 3. ¿Cómo la dimensión ambiente laboral hostil de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto? | 3. Identificar cómo la dimensión ambiente laboral hostil de la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto. |  |  |   |

## Anexo 2 Instrumento para medir la variable carga laboral

**Universidad Norbert Wiener**  
**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Especialista en Enfermería en Emergencias y Desastres**

**Cuestionario para enfermeras/os sobre la carga laboral en el servicio de emergencias  
adulto de una clínica de Lima.**

**Título:** “Carga laboral y manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023”

**Objetivo:** Determinar como la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.

### PARTE I:

#### Instrucciones:

El presente cuestionario es anónimo, por lo cual, su respuesta es muy valiosa. Responda de manera objetiva marcando su elección con una “X” en los aspectos siguientes:

| N° | Planteamientos   | Siempre | Casi siempre | A veces | Casi nunca | Nunca |
|----|--|---------|--------------|---------|------------|-------|
| 1  | El trabajo permite cambiar la posición de pie-sentado                              |         |              |         |            |       |
| 2  | Mantiene la columna en una postura adecuada de pie o sentado                       |         |              |         |            |       |
| 3  | Mantiene los brazos por debajo del nivel de los hombros durante la jornada laboral |         |              |         |            |       |
| 4  | El trabajo exige desplazamiento de un lugar a otro                                 |         |              |         |            |       |
| 5  | Los desplazamientos ocupan un tiempo inferior de la jornada laboral                |         |              |         |            |       |

|    |   |  |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|--|
| 6  | Se realizan desplazamientos con cargas menores a 2 kg                             |  |  |  |  |  |
| 7  | El trabajo exige realizar un esfuerzo muscular frecuente                          |  |  |  |  |  |
| 8  | Para realizar las tareas se utiliza solo la fuerza de las manos                   |  |  |  |  |  |
| 9  | Se cuenta con la información necesaria para el desempeño de las tareas            |  |  |  |  |  |
| 10 | Si se manipulan cargas estas son menores a 3 kilos                                |  |  |  |  |  |
| 11 | Los pesos que deben manipularse son menores a 25 kg                               |  |  |  |  |  |
| 12 | El peso de la carga permite movilizar con facilidad                               |  |  |  |  |  |
| 13 | El tamaño de la carga permite movilizar con facilidad                             |  |  |  |  |  |
| 14 | El entorno se adapta al tipo de esfuerzo que debe realizarse                      |  |  |  |  |  |
| 15 | Se ha informado al trabajador sobre la correcta manipulación de cargas            |  |  |  |  |  |
| 16 | Se manipula el manejo de las cargas de manera correcta                            |  |  |  |  |  |
| 17 | El nivel de atención requerido para la ejecución de la tarea es elevado           |  |  |  |  |  |
| 18 | Debe mantenerse la atención al menos la mitad del tiempo o solo de forma parcial. |  |  |  |  |  |
| 19 | El trabajo le permite algunos descansos durante la jornada laboral                |  |  |  |  |  |
| 20 | Se puede cometer algún error sin que provoque daños sobre otras personas          |  |  |  |  |  |
| 21 | El ritmo de trabajo es por causas externas  |  |  |  |  |  |
| 22 | El ritmo de trabajo es fácilmente realizado por un trabajador con experiencia     |  |  |  |  |  |

|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 23 | El trabajo se basa en los procesos de información                            |  |  |  |  |  |
| 24 | La información se percibe correctamente                                      |  |  |  |  |  |
| 25 | Se entiende con facilidad los procedimientos establecidos                    |  |  |  |  |  |
| 26 | La cantidad de información que se recibe es razonable                        |  |  |  |  |  |
| 27 | La información es sencilla, se evita la memorización excesiva de datos       |  |  |  |  |  |
| 28 | El diseño de trabajo es adecuado a la acción requerida                       |  |  |  |  |  |
| 29 | El trabajador tiene la experiencia o conoce los procedimientos y los equipos |  |  |  |  |  |
| 30 | El trabajo suele realizarse sin interrupciones                               |  |  |  |  |  |
| 31 | El entorno físico facilita el desarrollo de la tarea.                        |  |  |  |  |  |

## PARTE II:

### Instrucciones:

Su respuesta es muy valiosa. Responda de manera objetiva marcando su elección con una "X" en los aspectos siguientes:

| N° | Planteamientos   | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|----|--|--------------------------|---------------|------------|-----------------------|
| 1  | Las personas en la clinica nos comprendemos y aceptamos tal como somos         |                          |               |            |                       |
| 2  | Me llevo bien con mis compañeros de equipo                                     |                          |               |            |                       |
| 3  | Considero que entre mis compañeros de trabajo se desarrollan buenas relaciones |                          |               |            |                       |
| 4  | Considero la Institución como una gran familia                                 |                          |               |            |                       |
| 5  | Me siento orgulloso(a) de trabajar para la Clínica                             |                          |               |            |                       |

|   |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| 6 | Me siento integrado(a) la clínica                |  |  |  |  |
| 7 | Mi puesto de trabajo me resulta cómodo           |  |  |  |  |
| 8 | Tengo espacio suficiente en mi puesto de trabajo |  |  |  |  |
| 9 | Mi puesto de trabajo me resulta agradable        |  |  |  |  |

**¡Gracias por su valiosa colaboración!**

### Anexo 3. Instrumento para medir la variable Manejo del estrés

**Universidad Norbert Wiener**  
**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Especialista en Enfermería en Emergencias y Desastres**

**Cuestionario para enfermeras/os sobre la carga laboral en el servicio de emergencias  
adulto de una clínica de Lima.**

**Título:** “Carga laboral y manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023”

**Objetivo:** Determinar como la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto.

#### PARTE I:

#### Instrucciones:

El presente cuestionario es anónimo, por lo cual, su respuesta es muy valiosa. Responda de manera objetiva marcando su elección con una “X” en los aspectos siguientes:

| N° | Planteamientos  | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|----|---|--------------------------|---------------|------------|-----------------------|
| 1  | Mantiene una alimentación adecuada diariamente                |                          |               |            |                       |
| 2  | Puede dormir al menos 6 horas al día                          |                          |               |            |                       |
| 3  | Evita el consumo de alcohol                                   |                          |               |            |                       |
| 4  | Evita el consumo de tabaco o nicotina                         |                          |               |            |                       |
| 5  | Controla sus pensamientos sin mucho esfuerzo                  |                          |               |            |                       |
| 6  | Tiene hobbies o aprende una actividad distinta a su profesión |                          |               |            |                       |
| 7  | Se mantiene con sentido del humor cotidianamente              |                          |               |            |                       |

|    |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|
| 8  | Planifica su tiempo para el trabajo, la familia y la recreación armoniosamente         |  |  |  |  |
| 9  | Participa en actividades de voluntariado o comunitarias                                |  |  |  |  |
| 10 | Mantiene una comunicación armónica con las personas de su entorno                      |  |  |  |  |
| 11 | Tiene momentos para hacer descansos de 15 minutos dos veces durante la jornada laboral |  |  |  |  |
| 12 | Tiene disponibles espacios destinados al descanso del trabajador                       |  |  |  |  |
| 13 | Realiza paseos con familiares y amigos   |  |  |  |  |
| 14 | Asiste a las celebraciones de familiares y amigos                                      |  |  |  |  |
| 15 | Realiza una actividad deportiva por 30 minutos diariamente                             |  |  |  |  |
| 16 | Asiste a maratones, campeonatos o actividades similares                                |  |  |  |  |
| 17 | Habilidad para enfrentar factores estresores   |  |  |  |  |
| 18 | Reconoce los aspectos de su vida que no dependen de usted mantener en control          |  |  |  |  |
| 19 | Evita situaciones que considera puedan causarle estrés                                 |  |  |  |  |
| 20 | Reorganiza tareas para evitar la saturación de estas                                   |  |  |  |  |
| 21 | Durante el día dedica algunos minutos para relajarse                                   |  |  |  |  |
| 22 | En algún momento del día se desconecta de todo y medita                                |  |  |  |  |
| 23 | Adquiere equipos deportivos  |  |  |  |  |
| 24 | Acondiciona un espacio para la meditación  |  |  |  |  |



|    |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|
| 25 | Tiene una lista de lugares para la recreación y el esparcimiento |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|

**¡Gracias por su valiosa colaboración!**

## Anexo 4. Formato de Consentimiento informado en un estudio de investigación

### Consentimiento Informado para Participar en un Proyecto de Investigación

**Institución:** Universidad Norbert Wiener

**Investigadora:** Lic. Aliana García

**Título de la investigación:** Carga laboral y manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto de una clínica en Lima 2023.

Estimado profesional de la especialidad de Enfermería se le extiende una cordial invitación en participar de la investigación que tiene como objetivo general “Determinar como la carga laboral se relaciona con el manejo del estrés del personal de enfermería del servicio de emergencia adulto”. Antes de decidirse en la participación del estudio se requiere conocer y comprender los aspectos siguientes:

**Beneficios de participación,** contribuirá a obtener datos reales para una investigación con fines académicos y de aporte al crecimiento profesional.

**Riesgos,** no tiene algún riesgo debido que la recolección de datos es completamente anónima, por tanto, no existe posibilidad de represalia o beneficio adicional por los resultados.

**Gastos por participar,** en la participación no se realiza ningún cobro, ni debe contribuir con ningún material o alimento durante el proceso.

**Confidencial,** los datos recolectados serán manejados únicamente por la investigadora y por tanto no puede ser de acceso público.

**Renuncia,** si durante el desarrollo de la recolección de datos desea retirarse puede hacerlo sin generar ningún tipo de multa o sanción.

#### DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido el contenido que he recibido, así como el tiempo oportuno para realizar preguntas y recibir respuestas a las mismas, acepto participar voluntariamente en la investigación sin ser influenciado(a) de alguna forma que me hiciera sentir coaccionado(a).

| “Nombres y apellidos del participante” | “Firma o huella” |
|--|------------------|
|  |                  |
| “Documentos de identidad”              |                  |
|  |                  |

**“Doy fe y conformidad de haber recibido una copia del documento”**

## Reporte de Similitud Turnitin

### ● 14% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 7% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 13% Base de datos de trabajos entregados
- 0% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

#### FUENTES PRINCIPALES

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

|   |  |     |
|---|--|-----|
| 1 | <b>uwiener on 2024-02-25</b><br>Submitted works            | 3%  |
| 2 | <b>uwiener on 2024-05-01</b><br>Submitted works            | 2%  |
| 3 | <b>uwiener on 2023-10-16</b><br>Submitted works            | 1%  |
| 4 | <b>Universidad Wiener on 2023-03-18</b><br>Submitted works | <1% |
| 5 | <b>Submitted on 1693193314794</b><br>Submitted works       | <1% |
| 6 | <b>uwiener on 2023-11-20</b><br>Submitted works            | <1% |
| 7 | <b>uwiener on 2023-02-26</b><br>Submitted works            | <1% |
| 8 | <b>uwiener on 2023-10-15</b><br>Submitted works            | <1% |