



**Universidad  
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

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

**Trabajo Académico**

Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del MINSA - 2024

**Para optar el Título de**

Especialista en Enfermería en Cuidados Intensivos

**Presentado por:**

**Autora:** Fuentes Gutierrez, Felista Esmilda


**Código ORCID:** <https://orcid.org/0009-0000-6256-3480>

**Asesora:** Mg. Morillo Acasio, Berlina del Rosario

**Código ORCID:** <https://orcid.org/0000-0001-8303-2910>

**Lima – Perú**

**2024**

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

Yo,... **FUENTES GUTIERREZ FELISTA ESMILDA** egresado de la Facultad de .....Ciencias de la Salud..... y Escuela Académica Profesional de ...Enfermería..... /  Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico **“ESTRÉS LABORAL Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS DE UN HOSPITAL DEL MINSA - 2024”**

Asesorado por la docente: Mg Berlina Del Rosario Morillo Acasio DNI ... 002865014 ORCID... <https://orcid.org/0000-0001-8303-2910> tiene un índice de similitud de (20) (veinte) % con código \_\_oid:\_\_ oid:14912:368966900 \_\_\_\_\_ verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

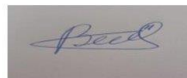
Así mismo:

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	Firma de autor 2
<b>FUENTES GUTIERREZ FELISTA ESMILDA</b> Nombres y apellidos del Egresado	
DNI: .....44223986	DNI: .....



Firma  
 Mg Berlina Del Rosario Morillo Acasio  
 DNI: .....002865014

Lima, 19 de julio de 2024

**ESTRÉS LABORAL Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN EL  
PERSONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIDAD DE CUIDADOS  
INTENSIVOS DE UN HOSPITAL DEL MINSA - 2024**

**Asesora: Mg. Berlina del Rosario Morillo Acasio**

**Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8303-2910>**

**Dedicatoria:** A mi Madre e hijos

por ser el pilar en mi vida.

**Agradecimiento:** Agradecer a Dios por ayudarme a cumplir mis metas y a mi asesora por su paciencia y dedicación en este proyecto.

**Jurado****Presidente:** Dr. Arevalo Marcos, Rodolfo Amado**Secretario:** Mag. Mocarro Aguilar, Maria Rosario**Vocal:** Mg. Cabrera Espezua, Paola

## ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
<b>1. EL PROBLEMA</b>	
1.1. Planteamiento del problema.....	10
1.2. Formulación del problema.....	11
1.2.1. Problema general.....	13
1.2.2. Problemas específicos.....	13
1.3. Objetivos de la investigación.....	14
1.3.1. Objetivo general.....	14
1.3.2. Objetivos específicos.....	14
1.4. Justificación de la investigación.....	15
1.4.1. Teórica.....	15
1.4.2. Metodológica.....	15
1.4.3. Práctica.....	15
1.5. Delimitaciones de la investigación.....	15
1.5.1. Temporal.....	16
1.5.2. Espacial.....	16
1.5.3. Población o unidad de análisis.....	16
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	
2.1. Antecedentes.....	17
2.2. Bases teóricas.....	21
2.3. Formulación de hipótesis.....	29
2.3.1. Hipótesis general.....	29

2.3.2.	Hipótesis específicas.....	29
3.	<b>METODOLOGÍA</b>	
3.1.	Método de la investigación.....	32
3.2.	Enfoque de la investigación.....	32
3.3.	Tipo de investigación.....	32
3.4.	Diseño de la investigación.....	32
3.5.	Población, muestra y muestreo.....	32
3.6.	Variables y operacionalización.....	33
3.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	34
3.7.1.	Técnica.....	34
3.7.2.	Descripción de instrumentos.....	34
3.7.3.	Validación.....	34
3.7.4.	Confiabilidad.....	34
3.8.	Plan de procesamiento y análisis de datos.....	35
3.9.	Aspectos éticos.....	36
4.	<b>ASPECTOS ADMINISTRATIVOS.....</b>	<b>37</b>
4.1.	Cronograma de actividades.....	38
4.2.	Presupuesto.....	39
5.	<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>40</b>
	<b>ANEXOS</b>	
	Anexo 1. Matriz de consistencia.....	46
	Anexo 2. Instrumento .....	47
	Anexo3. Formato de consentimiento informado.....	48
	Anexo 4: Informe de originalidad.....	49



## Resumen

Para el desarrollo de la investigación se considera el **objetivo:** Identificar cómo se relaciona la dimensión ambiente físico con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa- 2024 **Diseño metodológico:** enfoque cuantitativo. Método hipotético-deductivo y transversal. Considerando un diseño correlacional. Población: 50 Personas que laboran en un hospital del Minsa- Lima. **Instrumentos:** Para la variable, El Estrés; se utilizara la Escala “Nursing stress scale”. Tiene por objetivo evaluar el estrés laboral del personal de la enfermera; teniendo un total de 34 ítems estructurados en función de sus dimensiones: Ambiente físico, ambiente psicológico y ambiente social. Asimismo, Para la variable medidas de afrontamiento se utilizara el Inventario de respuestas de afrontamiento. Que tiene por objetivo evaluar las estrategias de afrontamiento en las enfermeras; teniendo un total de 48 ítems estructurados en función de sus dimensiones: Estrategias de afrontamiento dirigido al problema, estrategias de afrontamiento dirigido a la emoción. **Procesamiento y análisis de datos:** Se aplicará el debido procesamiento de datos con el uso del software office Excel de manera numérica y mediante IBM SPSS 25.0.

**Palabras claves:** estrés laboral, medidas de afrontamiento, profesional de enfermería.

## Summary

For the development of the research, **the objective** is considered: Identify how the physical environment dimension is related to coping strategies in the nursing staff of the intensive care unit of a Minsa-2024 hospital.

**Methodological design:** quantitative approach. Hypothetical-deductive and transversal method. Considering a correlational design. Population: 50 People who work in a Minsa-Lima hospital. **Instruments:** For the variable, Stress; The “Nursing stress scale” will be used. Its objective is to evaluate the work stress of the nursing staff; having a total of 34 items structured according to their dimensions: Physical environment, psychological environment and social environment. Likewise, for the coping measures variable, the Coping Response Inventory will be used. Which aims to evaluate coping strategies in nurses; having a total of 48 items structured according to their dimensions: Coping strategies directed at the problem, coping strategies directed at emotion. **Data processing and analysis:** Appropriate data processing will be applied with the use of Excel office software numerically and through IBM SPSS 25.0.

**Keywords:** work stress, coping measures, nursing professional.

## **1. EL PROBLEMA**

### **1.1. Planteamiento del Problema**

El estrés es un problema habitual en la persona y en el ámbito laboral no es una excepción. Los profesionales en salud, sobre todo el personal de enfermería se enfrentan a múltiples factores estresantes en el día a día, así como en su trabajo diario, como la carga de trabajo laboral, falta de tiempo, la presión para cumplir con los estándares que se exige en el trabajo, la exposición a la interacción emocional y afectiva con la familia del paciente. El estrés tiene un impacto negativo en la salud y bienestar del personal de enfermería, lo que puede afectar la calidad en los cuidados de enfermería que se brinda al paciente y contribuir así a la insatisfacción laboral, agotamiento y el aumento de rotación del personal de enfermería. (1)

Asimismo, en las medidas de afrontamiento al estrés, el personal de enfermería está en el deber de priorizar su cuidado y bienestar para así tener un ambiente laboral confortable adecuado. Esto incluye a tener una buena alimentación, dormir lo suficiente, hacer deporte, participar en alguna rutina o hobbies para que de esta manera sea una ayuda a reducir el estrés. (2). La organización mundial de la salud (OMS), en referencia al estrés laboral indica que esto constituye una epidemia generalizada, porque afecta a los trabajadores de diferentes grupos laborales sin considerar el sexo o edad, lo cual produce ausentismo en los ambientes laborales, disminución de la capacidad de producción, incremento de enfermedades y accidentes en el trabajo (3).

En las unidades de cuidados intensivos, los profesionales de enfermería, diariamente están expuestos a una serie de sucesos, que impactan en su salud; como son trabajar con personas críticas o con mayor demanda, la mayoría de veces son pacientes sedados, con complicaciones que comprometen la supervivencia. El estrés, la presión de los familiares y

laborales, son los que nos conducen a utilizar mecanismos de afrontamiento que aun dada estas medidas podrían resultar inefectivas generando alteraciones en la salud física o mental.

(4) Producto del exceso y demanda laboral, el trabajador supera sus recursos de adaptación generando así al estrés.

En consecuencia, se hace referencia a un proceso de interacción complicado, determinado por las características del trabajador y del ambiente laboral; este proceso, bajo determinadas circunstancias, puede llegar a desencadenar problemas graves de salud (5).

La relación enfermera-paciente la hace intrínsecamente propensa a una sobrecarga traumática y episodios de ansiedad producto de la confrontación frecuente con el sufrimiento humano y la muerte, esto, sumado a otros aspectos que incurren en su vida familiar y actividades personales, generan conductas y respuestas emocionales que podrían tener implicancias en el desarrollo de sus competencias para brindar atención medica enfocada en la calidad del cuidado y la salud mental (6).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) durante el 2021, en un estudio realizado, señalo que en América Latina las enfermeras, reportaban un 55% de cambios repentinos de horario, 61.3% miedo a cometer errores, 85% trabajar con reducido personal, 60% condiciones físicas inadecuadas, lo que ocasionaba un nivel de ansiedad alto en el desempeño laboral (7).

En una investigación realizada En España en el 2021, el 76.17%, profesionales de enfermería dicen tener un estrés laboral incrementado mientras que el 72.77% dicen tener una media de experiencia profesional y no perciben mucho el estrés laboral, conforme el informe sobre riesgos psicosociales y estrategias de prevención instituyó que el 25% de los empleadores habían experimentado estrés laboral durante todo o la mayor parte de su tiempo de trabajo. Además, cerca del 80% de los directivos expresaron su preocupación por el estrés

laboral. Pese a ello, la tercera parte inferior de las organizaciones son las que disponen de procedimientos para su correcto abordaje (8).

En la encuesta de epidemiología realizada en Perú a la población de 18 a 65 años, se tuvo que, dentro de los trastornos, el estrés laboral tuvo como primer lugar, en segundo lugar, los trastornos de depresión y en tercer lugar los trastornos de abuso de sustancias (9). Asimismo, A nivel nacional en una investigación efectuada en Trujillo en el 2021, el 45.7% de las enfermeras tiene estrés laboral alto y el 17.1 nivel bajo, en la práctica de estrategias de afrontamiento el 22.9% de enfermeras tiene buenas prácticas y el 45.7% malas. Se concluye que a mayor mala práctica de estrategias de afrontamiento mayor será el estrés laboral de la enfermera en la unidad de cuidados intensivos. (10)

A nivel nacional en una investigación efectuada en el Hospital Nacional Dos de Mayo en el 2021, se concluyó que el 54.4% presentan nivel alto de estrés laboral, indicando que los enfermeros están expuestos a factores estresores que afectan negativamente su desempeño al brindar el cuidado a los pacientes críticos, esto se confirma con la presencia de un 57.8% de nivel de desempeño medio que tienen estos enfermeros. (11).

Por otro lado, se considera que el afrontamiento puede tener tres funciones: eliminar o modificar la fuente de estrés con respuestas directas, activas; cambiar el significado psicológico que se le da a un evento neutralizando su carácter problemático y mantener tolerables las consecuencias emocionales del estrés. Una distinción entre el afrontamiento dirigido al problema y el afrontamiento dirigido a la emoción. En el primer caso, se busca alterar la relación individuo-ambiente manipulando el entorno, este tipo de afrontamiento se presenta cuando la situación es evaluada como susceptible de cambio. En el afrontamiento dirigido a la emoción busca regular la respuesta emocional que aparece como resultado de

la situación estresante. Este tipo de afrontamiento tiene lugar cuando el individuo considera que no puede hacer nada para alterar su relación con el entorno.

Es importante señalar que estas dos formas de afrontamiento pueden influirse mutuamente, ya sea que una dé paso a la otra o que se interfieran de tal manera que sólo pueda estar presente sólo una.

Para hacerle frente a este problema común se tiene que utilizar ciertas estrategias significativas para tranquilizarnos como: salir a bailar, reunirse con amigos, ir al gimnasio o hacer algún deporte, dormir lo suficiente, ir al spa, Etc. Si no hacemos frente a este problema puede afectar el estado de salud, físico y mental, un rendimiento laboral inadecuado, el ausentismo laboral y enfermedades laborales, y estas consecuencias solo son algunos de tantos problemas que sufre el personal de salud de enfermería con estrés laboral.

A nivel local en un Hospital del Minsa de Lima, con frecuencia los profesionales de enfermería se encuentran de mal genio, mala cara, a simple vista con el ceño fruncido, a la defensiva, hostiles, déspotas, inmersas en conflictos interpersonales, bajo rendimiento laboral y trabajo en equipo, a todo esto conlleva el estrés.

Frente a esta situación problemática, nace la idea de realizar el presente estudio, de manera que se logre establecer la agrupación de las variables que se encuentran en estudio.

## **1.2. Formulación del Problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Cómo se relaciona el estrés laboral con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del MINSA - 2024?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

¿Cómo se relaciona la dimensión ambiente físico con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa - 2024?

¿Cómo se relaciona la dimensión ambiente Psicológico con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa – 2024?

¿Cómo se relaciona la dimensión ambiente Social con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa – 2024.

### **1.3. Objetivos de la Investigación**

#### **1.3.1. Objetivo General**

Determinar cómo se relaciona el estrés laboral con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos de un hospital del MINSA – 2024

#### **1.3.2. Objetivos Específicos**

Identificar cómo se relaciona la dimensión ambiente físico con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa-2024

Identificar como se relaciona la dimensión ambiente psicológico con las estrategias

de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa-2024

Identificar la relaciona la dimensión ambiente social con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa-2024

#### **1.4. Justificación de la Investigación**

##### **1.4.1. Teórica**

El presente estudio de investigación, pretende contribuir con los resultados del estrés laboral con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería y de esta manera tener conocimiento sobre el nivel de estrés de las enfermeras, para generar estrategias en beneficio de su salud mental. En tal sentido tenemos la teoría de Callista Roy, La base de este modelo es la consideración del ser humano como un conjunto, influido también por su entorno y circunstancias.

##### **1.4.2. Metodológica**

El estudio es de suma importancia, por el riesgo laboral que el personal de salud está expuesta y que se ve en la obligación de formular estrategias de afrontamiento que procuren sobre llevar a la vida diaria en el trabajo. De acuerdo a las técnicas de investigación como la encuesta de cuestionario validado, se cuantificara el procesamiento de datos estadísticos de las variables de investigación. El método es descriptivo de corte transversal, se describirá los hechos como se presentan en el momento y espacio indicado. El diseño es no



experimental, descriptivo correlacional; Con un enfoque de estudio tipo cuantitativo.

### **1.4.3. Práctica**

Al correlacionar estas dos variables, si existiera relación y se evidenciara científicamente el problema, se adoptara medidas de afrontamiento y de esta manera reducir el porcentaje del estrés; favoreciendo la mejora de la salud del personal de enfermería y a la mejora de sus competencias profesionales de manera óptima induciendo a la calidad de la atención a la persona usuaria.

## **1.5. Delimitaciones de la Investigación**

### **1.5.1. Temporal**

El estudio será en el mes de diciembre del año 2024.

### **1.5.2. Espacial**

Se ejecutará en el área de la unidad de Cuidados Intensivos Adultos, de un Hospital del Minsa.

### **1.5.3. Población o Unidad de Análisis**

Se trabajará con la población de enfermeras (o) que se encuentran laborando en el área de cuidados críticos (UCI).

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes**

#### **Antecedentes internacionales**

Vásquez et al (13), en Ecuador en el 2020, realizo una investigación cuyo

objetivo fue analizar los factores que influyen en el estrés de las enfermeras que laboran en el Hospital Básico de Esmeraldas. El método que se utilizó fue un estudio de campo y análisis descriptivo. Los resultados fueron que los factores estresantes encontrados fueron agotamiento, insomnio, sobrecarga laboral, insatisfacción laboral, espacio insuficiente, las consecuencias generadas por el estrés son mala alimentación, insomnio y caída del cabello. Se concluyó que los factores estresantes provocan inestabilidad en la salud de las enfermeras, conflictos con el equipo de salud y desencadenan una atención deficiente a los usuarios.

Portero (14), En España en el 2019, Con el objetivo de evaluar la posible relación entre el estrés percibido, el burnout, la satisfacción laboral, las estrategias de afrontamiento y las características sociodemográficas y laborales del personal sanitario. Los resultados fueron que el porcentaje más alto de (72,77%). El nivel medio de estrés percibido fue de 21,53 puntos. El 48,94% de los profesionales tenía un nivel elevado. Los factores con los que los profesionales sanitarios estaban más satisfechos fueron la relación interpersonal con los jefes 3,89 puntos y con los compañeros 3,87 puntos. El afrontamiento más utilizado por los profesionales fue el centrado en el problema 1,51 puntos. Además, la estrategia más utilizada fue la aceptación 1,67 puntos.

Molina et al (15) en Chile 2019, con el objetivo de Identificar los estresores laborales que generan riesgos en la salud del equipo de enfermería de las Unidades de Cuidados Intensivos. Los resultados fueron 86.5% son mujeres. El 48.6% de los estresores están relacionados con carga laboral dado por la realización de tareas que no corresponden a enfermería y la falta de tiempo para dar apoyo emocional a los pacientes. Se concluyó que los profesionales de enfermería son mayoritariamente

mujeres, donde el principal factor desencadenante de estrés es la sobrecarga laboral lo que conlleva a una pérdida de control del cuidado de enfermería. El sufrimiento y dolor del paciente son factores que generan estrés psicológico, mientras los estresores del entorno social están menos presentes.

### **Antecedentes nacionales**

Delgado et al (16), en Perú- Lambayeque en el 2021. Con el objetivo de establecer la relación entre el nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en las enfermeras de Cuidados Intensivos de un hospital de Es Salud de Chiclayo. El resultado fue que el 70 % de enfermeras(os) tienen niveles de estrategias de afrontamiento entre alto y medio. En general el 32% presenta nivel bajo de estrés, 40% medio y 28% alto. Se concluyó que La correlación entre ambas variables es inversamente proporcional y significativa ya que a mejores técnicas de afrontamiento menores niveles de estrés.

Camiloaga (17) en Lima – Perú en el 2020. Con el objetivo de determinar la relación que existe entre el estrés laboral y el afrontamiento en enfermeras del servicio de emergencias Covid19, del Hospital Marino Molina Scippa de Comas, Lima-2020. Los resultados fueron, el 80% de profesionales de enfermería fueron de género femenino y 20% masculino, el 57% tienen entre 26 y 45 años, el 45% son solteras, tiempo de servicio, de 1 a 5 años 37%, el 78% son contratados, en cuanto al nivel de estrés, el 48% presentó estrés alto y 52% de nivel medio, el 88% de enfermeros presentó un afrontamiento regular, 8% bueno y el 4% mal afrontamiento. Se concluyó que no existe relación entre el estrés y afrontamiento ( $p=0.424$ ) en

profesionales de enfermería del servicio de emergencia covid-19 del Hospital Marino Molina Scippa de Comas.

Huallpa et al (18) Arequipa – Perú en el 2019. Tuvo con el objetivo de determinar la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y las estrategias de Afrontamiento del profesional de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Honorio Delgado y la Clínica San Juan de Dios, Arequipa - 2019, es una investigación de tipo descriptivo de corte transversal y diseño correlacional. La población en estudio estuvo conformada por 26 enfermeras. Los resultados obtenidos muestran que las enfermeras que laboran en el Hospital tienen escaso nivel de estrés laboral. En relación a la variable estrategias de afrontamiento, las enfermeras presentan mediano nivel. (Ji cuadrado 0.013).

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1 Estrés laboral**

La Organización mundial de la salud (OMS) lo conceptualiza como: “la reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación” (19). El estrés laboral puede afectar la salud de la persona y tener por ejemplo alteraciones en las funciones vitales como el pulso, presión arterial, tensión muscular, alteraciones con el sistema nervioso y sistema digestivo. Asimismo, el estrés laboral psicológico afecta emocionalmente y de esta manera afecta el comportamiento de la persona y alteraciones también en los cambios como la rigidez muscular, dificultad para conciliar el sueño, tener problemas de

ansiedad y la depresión.

El estrés laboral también puede afectar al desenvolvimiento en el trabajo y poseer una actitud negativa con su alrededor y compañeros de trabajo en donde labora, ocasionando un entorno no saludable para todos los que trabajan exponiéndose a causar conflictos laborales.(20) Es decir, el estrés laboral, puede ser el pensamiento malo de no poder realizar sus actividades o desempeñarse adecuadamente en su área de trabajo y esta puede llevarle a la frustración por no poder realizarlo, inclinándonos a la ira, impotencia o rechazo, cada día el aumento de estas actitudes atrae a signos y síntomas de patologías que lo único que hacen es causar estrés, evitando el buen desenvolvimiento para la realización de actividades en beneficio de los pacientes. (21)

El estrés laboral puede ser el efecto de los pensamientos negativos que se produce en el momento de ejecutar las actividades, ya que el personal de salud a veces no cuenta con las necesidades tanto físicas y psicológicas, quizá presenta inseguridad al realizar alguna actividad o procedimiento, el miedo es un factor importante que se debería de trabajar, existen algunas personas que por miedo se limitan a cierto trabajo, y esto causa preocupación y malestar social. (22)

## **Fases del estrés**

### **Fase de alarma**

El organismo cuando se ve amenazado se encuentra con una alteración fisiológica, por la activación de las glándulas, el hipotálamo y la hipófisis ubicada en la parte inferior del cerebro, y por las glándulas suprarrenales localizados sobre los riñones. El cerebro, al detectar la amenaza o riesgo, estimula al hipotálamo

quién produce "factores liberados" que constituyen sustancias específicas que actúa como mensajeros para zonas corporales también específicas. (23) Una de estas sustancias es la hormona denominada ACTH, que funciona como un mensajero fisiológico que viaja por el torrente sanguíneo hasta la corteza de la glándula suprarrenal, quién bajo el influjo de tal mensaje produce la cortisona u otras hormonas llamadas corticoides. (23)

A su vez otro mensajero que viaja por la vía nerviosa desde el hipotálamo hasta la médula suprarrenal, activa la secreción de adrenalina. Estas hormonas son las responsables de las reacciones orgánicas en todo el organismo. (24)

### **Fase de resistencia**

Cuando una persona se somete de manera recurrente a la amenaza de agentes lesivos físicos, químicos y biológicos en el organismo puede ocurrir que disminuyan sus capacidades de respuesta debido a la fatiga que se producen en las glándulas del estrés. Durante esta fase suele ocurrir un equilibrio dinámico u homeostasis entre el medio ambiente interno y externo del individuo. (25)

### **Fase de agotamiento**

El bajón del organismo ante una situación de estrés continua conlleva a un estado de deterioro y pérdida importante de las capacidades fisiológicas y un agotamiento en el que la persona suele perecer ante las demandas, pues se reducen al mínimo sus capacidades de adaptación e interrelación con el medio. En esta fase la persona necesita un descanso para recuperarse de lo contrario el estrés se verá

crónico y podría originar tensión suficiente para producir lo que se llama "choque cultural". (26)

### **Dimensiones del estrés laboral**

Las dimensiones consideradas para esta variable son las siguientes:

#### **Estrés en el ambiente físico:**

El estrés laboral origina un incremento de la presión arterial, la frecuencia respiratoria, la frecuencia cardiaca, el insomnio, alteraciones en el sistema nervioso y digestivo. De acuerdo al órgano que se active producto de estos indicadores y del periodo que se mantenga activos, podrían presentar algunas repercusiones negativas para su vida, como molestias digestivas, hipertensión arterial, fatiga, dolores en los músculos e insomnio, cefaleas, y demás. (27)

#### **Estrés en el ámbito psicológico:**

Podrían surgir problemas emocionales depresivas como las perturbaciones, falta de sueño, trastornos cognitivos o de pensamientos y comportamiento bruscos. Estos síntomas de estrés podrían pasar a ser patológico, dejando lugar a alteraciones psicológicas como son la depresión, ansiedad y dificultades relacionadas al consumo de sustancias, y demás. (28)

#### **Estrés en el ambiente social:**

El primer campo el cual se ve perjudicado por el estrés laboral, viene hacer el del mismo trabajador, ya que quien lo padece se involucra menos y paulatinamente lo exhibe en modo de absentismo, baja productividad, insuficientes o inexistentes relaciones laborales, y su comportamiento incide de modo negativo en el clima organizacional. (29)

### **Efectos del estrés laboral sobre la salud**

Ciertas patologías que surgen a partir del estrés laboral pueden ser asumidas de diferentes formas o maneras por diferente individuo, cada individuo es un ser holístico y por ende se toman aspectos de diferenciación reflejada al estado de salud de cada persona por lo que un rotundo efecto del estrés laboral no se presentará de igual forma en todos los seres humanos y lo que puede ser perjudicial para unos será leve para otra. Está comprobado científicamente que el estrés produce una disminución notable de las defensas en el organismo, por lo que una persona que adolece continuamente estrés está expuesta a sufrir cualquier tipo de enfermedades ocasionadas por bacterias o virus. (30)

Las enfermedades que sobrevienen a consecuencia del estrés laboral pueden clasificarse en dos grandes grupos. (31)

#### **1.-Enfermedades por Estrés Agudo**

- Ulcera por Estrés
- Estados de Shock
- Neurosis Post Traumática

#### **2. Patologías por Estrés Crónico.**



- Dispepsia
- Gastritis
- Ansiedad
- Accidentes
- Frustración

### **Estrés laboral en enfermería**

El personal de la salud, como son las enfermeras(o) según el área de trabajo donde se esté desempeñando, se encuentran sometidos a un alto nivel de estrés, teniendo consideración que enfermería por si es una profesión estresante, con una alta prevalencia de trastornos psicológicos, relacionados con el estrés, insatisfacción laboral, ausentismo y frecuentes cambios de puesto de trabajo o abandono de la profesión. El estrés relacionado con el trabajo es una de las causas más importantes de este contexto, ya que se caracteriza por el manejo de situaciones críticas, y un desempeño eficiente y efectivo, de ahí que diversos autores han señalado que esta profesión conlleva a una gran responsabilidad y por ende a presiones, conflictos y cambios continuos. (32)

Es frecuente encontrar algunos profesionales con pérdida de motivación, bajo rendimiento, deterioro del trato que ofrecen, generando algunas veces conflictos e insatisfacción, etc. Es por ello que la American Nursing Association, indica que la profesión de enfermería alcanza el diagnóstico y el tratamiento de las personas en torno a sus problemas de salud, tanto los de riesgo como los potenciales, (33) La razón de este estrés en enfermería no se podría atribuir a un único factor o estresor, sino a la suma de condiciones que someten al profesional

de enfermería a una carencia de recursos para hacer frente a estas situaciones estresantes. (34)

La alta prevalencia de estrés laboral en los profesionales de enfermería se debe a la gran responsabilidad que tienen sobre la calidad y el equilibrio de la salud del paciente, así como el trato con ellos y los problemas de organización y clima laboral en el hospital.(35)

### **2.2.2 Estrategias de Afrontamiento**

Es un proceso de enfrentamiento y manejo que produce una situación de estrés y de utilizar los recursos que en el momento tenemos. El afrontamiento de situaciones o problemas pueden ser diversos y no necesariamente deberá tener la misma solución, sino también la persona es capaz de modificar la percepción ante la situación y resignarse, evitarla o aceptarla (36). Las estrategias para afrontar numerosas situaciones son los recursos psicológicos que la persona activa tiene. Si bien es cierto se pone en marcha, no necesariamente nos garantizará el éxito, pero sí pueden disminuir o evitar conflictos, contribuir al fortalecimiento y beneficios (37).

### **Dimensiones de las Estrategia de Afrontamiento**

#### **Afrontamiento en el problema**

**Revaloración positiva:** la persona se encarga de valorar la situación de carácter positiva, atribuyendo medidas favorables de acuerdo a la situación estresora, rescata lo favorable de una situación estresante y extrae de ello un aprendizaje para futuro.

**Búsqueda de orientación y apoyo:** se trata de buscar la asistencia, información,

orientación y consejo de otras personas con la finalidad de solucionar una situación estresora. (38)

**Análisis lógico:** es el manejo que se debe tener frente a la situación estresora, en base a la planificación de estrategias y organización, eligiendo la mejor estrategia para solucionar un problema. Resolución de problemas: se aplican conductas orientadas a encontrar la solución de una situación estresora, se sigue un conducto regular para evitar exponerse a elementos estresores. (39)

### **Afrontamiento a la Emoción**

**Reevaluación positiva:** identificación de las dificultades y los aspectos positivos de una situación estresora.

**Evitación cognitiva:** se eliminan los pensamientos negativos mediante la negación o distracción.

**Expresión emocional abierta:** se mencionan los problemas a modo de afrontar las emociones negativas que han sido generadas por el estrés. Espera: es una de las estrategias conductuales y conductivas que buscan la resolución de problemas al pasar el tiempo.

**Búsqueda de apoyo:** soporte de familiares y amigos.

**Búsqueda de apoyo profesional:** soporte profesional para la resolución de problemas.

**Espiritualidad:** es una estrategia de desahogo mediante la oración.

**Reacción agresiva:** son expresiones impulsivas de iracundas dirigidas hacia los demás y hacia sí mismos a modo de descargar las emociones. (40)

**Teoría de enfermería:** la teorista Callista Roy con el Modelo de Adaptación de Enfermería. Este modelo proporciona una estructura útil a los enfermeros para la valoración de enfermería y determinar áreas problemáticas y crear planes de cuidados personalizados a su vez esto crea relaciones enfermero - paciente beneficiosas, donde se trabaja de forma coordinada para cumplir las metas terapéuticas. (41)

## **2.3. Formulación de hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

**Hi:** Existe relación estadísticamente significativa entre el Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento de las enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos, que laboran en un Hospital del Minsa, 2024.

**Ho:** No Existe relación estadísticamente significativa entre el Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento de las enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos, que laboran en un Hospital del Minsa, 2024.

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

**H1:** Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión ambiente Físico con las estrategias de afrontamiento de las enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos.

**HE2.** Existe relación estadísticamente entre la dimensión el ambiente Psicológico y las estrategias de afrontamiento en las enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos.

**HE3.** Existe relación estadísticamente entre la dimensión ambiente Social y las estrategias de afrontamiento en las enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos.

### **3. Metodología**

#### **3.1. Método de la Investigación**

El método de estudio será hipotético-deductivo, un marco fundamental que sustenta los principios básicos del pensamiento científico. Este método se desarrollara como un enfoque sistemático para comprender y explorar diversos fenómenos en distintas disciplinas científicas. (42)

#### **3.2. Enfoque de Investigación**

El presente enfoque es cuantitativo, se caracteriza por usar la lógica empírico-deductiva, a partir de métodos experimentales y el uso de técnicas de recolección de datos estadísticos.

#### **3.3. Tipo de Investigación**

La investigación es de tipo aplicada; se llevara a cabo con soluciones prácticas de manera inmediata. Es transversal, porque se recogerán en un momento determinado los datos, con la finalidad de describir las variables y su interrelación. Asimismo se le considera una técnica de investigación basada en la observación que da la oportunidad de recoger y analizar la información deseada. Las variables en estudio están enfocadas en un tiempo específico que vive una población, sin tomar en cuenta en parte o por completo el pasado o futuro de estos. (43)

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

El diseño, se basara en lo no experimental, transversal descriptivo correlacional; porque se recolectara datos en un determinado tiempo sin alterar e intervenir en el ambiente en que se encuentran las variables. El diseño experimental

es un método estadístico que sirve para investigar la relación entre la variable dependiente y la variable independiente. Por lo tanto, el diseño experimental consiste en manipular intencionalmente la variable independiente para analizar qué efecto tiene sobre la variable dependiente. (43)

En estos diseños, tratamos de establecer las relaciones entre varias variables que han ocurrido en un momento dado. Estas variables no se describen una por una, sino que intentan explicar cómo están relacionadas. Así mismo se puede investigar cómo evolucionan las relaciones entre estas variables. (44)

### **3.5. Población, Muestra y Muestreo**

#### **Población:**

La población está constituida por 50 enfermeras asistenciales que laboran en el hospital del MINSA en la unidad de Cuidados Intensivos y que cumplen con los criterios establecidos, la muestra será censal ya que se utilizará la totalidad de la población.

#### **Criterios de inclusión:**

Enfermeras que laboran en las áreas críticas de Unidad de Cuidados Intensivos.

Enfermeras que acepten participar en el estudio.

Enfermeras que firmen el consentimiento informado.

#### **Criterios de exclusión:**

Personal de enfermería ausente debido a licencias (enfermedad o vacaciones).

Personal de enfermería que no haya brindado consentimiento informado.

### **3.6. Variables y Operacionalización**



VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	ESCALA VALORATIVA (NIVELES O RANGOS)
<b>ESTRÉS LABORAL</b>	La Organización Mundial de la Salud (OMS) lo define como “la reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación”. (45)	Esta variable será efectuada a través de un cuestionario que será distribuido con las dimensiones según base teórica.	Estrés en el ambiente físico Estrés en el ambiente psicológico. Estrés en el ambiente social.	Carga laboral Falta de apoyo Depresión Ansiedad Dificultad para trabajar en equipo	Ordinal	Nunca:1 Alguna vez:2 Frecuentemente:3 Muy frecuentemente:4
<b>ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b>	Son aquellas maneras de afrontar o sobrellevar diversas situaciones de estrés de manera beneficiosa.(46)	Esta variable será efectuada a través de un cuestionario que será distribuido con las dimensiones según base teórica.	Estrategias de afrontamiento dirigido al problema. Estrategias de afrontamiento dirigido a la emoción.	Resolución de los problemas. Búsqueda de orientación y apoyo. Revaloración positiva. Descarga emocional	Ordinal	Nunca:1 Una o dos veces:2 Algunas veces:3 Muchas veces:4

### **3.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**

**3.7.1. Técnicas:** La encuesta. Es una de las técnicas, que facilita conseguir los datos, asimismo es un interrogatorio que se le realiza a la persona o individuo, con la finalidad de adquirir información necesaria.

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

**Instrumento de la variable 1.** Escala “Nursing stress scale”. Este instrumento tiene por objetivo evaluar el estrés laboral del personal de la enfermera; teniendo un total de 34 ítems estructurados en función de sus dimensiones: Ambiente físico, ambiente psicológico y ambiente social.

**Instrumento de la variable 2.** Inventario de respuestas de afrontamiento. Este instrumento tiene por objetivo evaluar las estrategias de afrontamiento en las enfermeras; teniendo un total de 48 ítems estructurados en función de sus dimensiones: Estrategias de afrontamiento dirigido al problema, estrategias de afrontamiento dirigido a la emoción. (47)

#### **3.7.3 Validación:**

**El cuestionario “Nursing Stress Scale (NSS),** fue realizada por 5 jueces expertos quienes dieron su apreciación a cada uno de los ítems, dándoles como calificación de aceptable en cuanto a su relevancia, objetividad, claridad, pertinencia y veracidad; mediante Prueba Binomial para la variable nivel de estrés 0.93. (48)

**El Instrumento de Estrategias de Afrontamiento**, “Cuestionario de Afrontamiento del Estrés “CAE” (versión para enfermería del SERVQHOS original) fue validado por: “Sandín y Chorot, (2016) España y posee una fiabilidad de alfa de Cronbach de 0.96 %”. (49)

#### **3.7.4 Confiabilidad:**

**Instrumento de la variable 1.** Escala “Nursing stress scale” para el estrés laboral: Este instrumento tuvo por objetivo evaluar el estrés laboral del personal de la enfermera; teniendo un total de 34 ítems estructurados en función de sus dimensiones: Ambiente físico, ambiente psicológico y ambiente social con una confiabilidad de 0.79 a 0.89 de Alfa de Cronbach.

**Instrumento de la variable 2.** Inventario de respuestas de afrontamiento. Este instrumento tiene por objetivo evaluar las estrategias de afrontamiento en las enfermeras; teniendo un total de 48 ítems estructurados en función de sus dimensiones: Estrategias de afrontamiento dirigido al problema, estrategias de afrontamiento dirigido a la emoción. En el Perú el cuestionario fue Validado por Morales y colaboradores en el año 2021, sometido a prueba piloto, encontrando valores de alfa de Cronbach ( $\alpha = 0.8$ ), en el cual es aceptable; valores mayores a 0.7 indican buena confiabilidad. (50)

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

El transcurso de recolección de datos se ejecutará en el mes de diciembre del 2024. Manifestando a cada personal de enfermería el objetivo del estudio, mostrando el consentimiento informado. La realización del llenado del instrumento será aproximadamente de 15 min. Ejecutando luego el control de calidad del llenado. El presente estudio procederá con el uso de la estadística descriptiva por medio del análisis de frecuencia de datos según las dimensiones e indicadores de la variable de estudio. Una vez lograda la aplicación de los cuestionarios de preguntas de forma anónima, se realizaran el debido procesamiento de datos con el uso del software office Excel de manera numérica y mediante IBM SPSS 25.0. Asimismo se procederá a mover la información y atiborrar la base de datos para luego aplicar la sumatoria en base a sus dimensiones de cada variable, para poder demostrar de manera descriptiva los resultados y dando las respuestas a la correlación del estudio de las variables estrés laboral y estrategias de afrontamiento, por medio del estadístico de correlación de Rho de Spearman.

### 3.9. Aspectos Éticos

Se tendrá en cuenta al comité de ética de la Universidad Norbert Wiener y los principios bioéticos de Belmont: autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia.

**Autonomía:** Se respetará la decisión voluntaria del personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos.

**Beneficencia.** El presente estudio será en beneficio del personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos.

**No Maleficencia.** El estudio no causará daño al personal de enfermería solo consistirá solamente en el llenado de instrumentos validados.

**Justicia.** El personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos tendrá la libertad de ser parte del estudio sin ser discriminados, en cuanto a su economía, sexo, raza, edad, religión y/o política.

#### 4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

##### 4.1. Cronograma de Actividades

ACTIVIDADES	2024						
	J	J	A	S	O	N	D
Identificación del Problema	X						
Búsqueda bibliográfica	X						
Situación problemática y marco teórico	X						
Importancia y justificación de la investigación	X						
Objetivos de la investigación	X						
Enfoque y diseño de investigación	X						
Población, muestra y muestreo		X					
Técnicas e instrumentos de recolección de datos		X					
Aspectos bioéticos		X					
Métodos de análisis de información			X				
Aspectos administrativos del estudio			X				
Elaboración de los anexos			X				
Aprobación del proyecto				X	X		

## 4.2. Presupuesto

	Rubros	Unidad	Cantidad	Costo (S/.)	
				Unitario	Total
<b>Servicios</b>	Tipeo	Hoja	50	1.00	50.00
	Encuadernación	Unidad	03	30.00	90.00
	Movilidad	Unidad	100	2.00	200.00
	<b>Subtotal</b>				<b>340.00</b>
<b>Recursos materiales</b>	Papel bond	Medio millar	01	0.10	15.00
	Lapiceros	Unidad	10	1.00	10.00
	Memoria USB	Unidad	01	30.00	30.00
	<b>Subtotal</b>				<b>55.00</b>

Nº	ÍTEMS	COSTO (S/.)
1	Servicios	340.00
2	Recursos materiales	55.00
<b>TOTAL</b>		<b>395.00</b>

## 5. REFERENCIAS

1. Rojas L. Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento al estrés en enfermeros de la unidad de cuidados intensivos del hospital Arzobispo Loayza. [Internet] Peru-2018. [Consultado el 01 de julio del 2022]31(4). Disponible en: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/4330/Sindrome\\_roja\\_sramon\\_Lidia.pdf?Sequence=1&isallowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/4330/Sindrome_roja_sramon_Lidia.pdf?Sequence=1&isallowed=y)
2. Chipana C. Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de un Hospital del MINSA. [Internet]. Peru-2016. [Consultado: 01 de julio del 2022] ,83(16). Disponible en: [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7085/chipana\\_chm.pdf?sequence=3&isallowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7085/chipana_chm.pdf?sequence=3&isallowed=y)
3. Organización Mundial de la Salud (OMS). Infocapital humano. 70% de los trabajadores peruanos sufren estrés laboral. [internet]. 2020.[Consultado el 30 de junio del 2020]. Disponible en: <https://www.infocapitalhumano.pe/recursoshumanos/noticiasymovidas/70-de-los-trabajadores-peruanosufrenestreslaboral/#:~:text=la%20especialista%20result%c3%b3%20que%2c%20seg%c3%ban,trabajadores%20peruanos%20sufren%20estr%c3%a9s%20laboral.>
4. Huallpa M. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la UCI del hospital Honorio Delgado y clínica san juan de Dios. [Internet] Peru-2019. [Consultado el 01 de julio]. 95(7). Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57271998000600006.](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57271998000600006)
5. Delgado N. Muro T. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de cuidados intensivos. Tesis. Vol. 3 Núm. 2 (2021): Ser, Saber y Hacer de enfermería. [Consultado el 30 de junio 2022]. Disponible en: [http://revistas2.unprg.edu.pe/ojs/index.php/RFE/article/view/475.](http://revistas2.unprg.edu.pe/ojs/index.php/RFE/article/view/475)
6. Romero E. Estrés y ansiedad en el entorno de cuidados intensivos. [Internet]Tesis, (2020). [Consultado el 07 de julio]. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2014000300005.](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2014000300005)
7. Organización Panamericana de la Salud. Abordaje psicosocial para enfrentar el estrés en personal de enfermería. Washington: OPS. [Internet]. 2021. [Fecha de



acceso: 15 mayo de 2022]. Disponible en: <https://tinyurl.com/mua353a4>

8. Portero S. Estrés laboral, burnout, satisfacción, afrontamiento y salud general del personal sanitario de urgencias 2019. [Tesis para optar el grado Doctora en Enfermería]. España: Universidad de Córdoba; 2019. [Consultado el 18 de enero del 2021]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10396/18579>.
9. Revista ISSN. Encuesta Nacional. pág. 543,2011. [Internet]. 2021. [Consultado el 16 de abril del 2022].28.1 [33 pantalla ]. Disponible en URL: <http://fuente.uan.edu.mx/publicaciones/03-08/5.pdf>
10. Anacleto P, CHaname S. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento de la enfermera en la unidad de cuidados intensivos – hospitales nivel III. [Tesis para optar el título de segunda especialidad Profesional de enfermería con mención en cuidados Intensivos – adulto].Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego.2021 [Consultado el 19 de mayo del 2024]. Disponible en: [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/10818/rep\\_paola.anacleto\\_silvia.chaname\\_estres.laboral.pdf?sequence=2&isallowed=y](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/10818/rep_paola.anacleto_silvia.chaname_estres.laboral.pdf?sequence=2&isallowed=y)
11. Ojeda A. Niveles de estrés, ansiedad y depresión debido al Covid-19, en internos de medicina del Hospital Goyeneche periodo 2020-2021 [Tesis de grado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional, Arequipa [Consultado el 8 de julio 2022]. Disponible en <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/12543>
12. Frederickson K. Callista Roy’s adaptation model. Nurs Sci Q [Internet]. 2011; 24(4):301-3. Disponible en: [doi: 10.1177/0894318411419215](https://doi.org/10.1177/0894318411419215)
13. Delgado F, Morales L. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de cuidados intensivos del Hospital Almanzor Aguinaga. [Internet] - Chiclayo, 2018. [Consultado el 07 de julio del 2022]. Disponible en: [https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/9468/Delgado\\_Baca\\_y\\_Morales\\_Delgado.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/9468/Delgado_Baca_y_Morales_Delgado.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
14. Portero S. Estrés laboral, burnout, satisfacción, afrontamiento y salud general del personal sanitario de urgencias. [Internet] España 2019. [Consultado el 02 de julio del 2022]. 301(16). Disponible en: <https://helvia.uco.es/xmlui/bitstream/handle/10396/18579/2019000001929.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
15. Gonzales M. Factores que influyen en el estrés de las enfermeras que laboran en el

- Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social de Esmeraldas. [Tesis Pregrado]. Esmeraldas. Pontificia Universidad Católica del Ecuador 2019. [Consultado el 24 de noviembre del 2023]. Disponible en: <https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/1833/1/gonz%c3%81lez%20m%c3%81rquez%20%20yaritza%20virginia.pdf>
16. Camiloaga M. Estrés y Afrontamiento en enfermeras del servicio de emergencia covid-19, hospital marino molina scippa de comas.[Internet].2020 [Consultado el 30 de julio del 2022]60(5). Disponible: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/688/1/Maria%20Estela%20Camiloaga%20Vargas.pdf>
  17. Huallpa M. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la UCI del hospital Honorio Delgado clínica san juan de Dios. [Internet] Peru-2019. [Consultado el 01 de julio]. 95(7).Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/unsa/10970/sehuqumi%26ormald.pdf?sequence=1&isallowed=y>
  18. Rojas L. Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento al estrés en enfermeros de la unidad de cuidados intensivos del hospital Arzobispo Loayza. [Internet] Peru-2018. [Consultado el 01 de julio del 2022]31(4). Disponible en: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/4330/Sindrome\\_RojasRamon\\_Lidia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/4330/Sindrome_RojasRamon_Lidia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  19. González Y. Factores que influyen en el estrés de las Enfermeras que laboran en el instituto Ecuatoriano de salud de Esmeraldas. [Internet] Ecuador 2019.[Consultado el 10 de julio del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/1833/1/gonz%c3%81lez%20m%c3%81rquez%20%20yaritza%20virginia.pdf>
  20. Inms. Como reconocer el estrés. [Internet]. 2021. [Consultado el 15 de julio del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/7757/El%20estres%20laboral.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
  21. Huallpa M. Ortiz L. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la UCI del hospital Honorio Delgado clínica san juan de Dios. [Internet] Peru-2019. [Consultado el 01 de julio del 2022]. 95(7). Disponible en:<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/unsa/10970/sehuqumi%26ormald.pdf?sequence=1&isallowed=y>

22. Amarís M. Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico [Internet]. Scielo.org.co. 2013 [Consultado el 15 de julio del 2022]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v30n1/v30n1a07.pdf>
23. Ramírez R. Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento al estrés, en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional Dos de Mayo - 2016 [Internet]. Core.ac.uk. 2016 [Consultado el 15 de julio del 2022]. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/323350352.pdf>
24. Molina M, Rodríguez N. Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja [Internet]. 2011[Consultado el 15 de julio del 2022]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4836523>
25. Mayo Clinic. El estrés y la presión arterial alta cual es la conexión. [Internet]. [Consultado 16 de enero del 2024]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/high-blood-pressure/indepth/stress-and-high-blood-pressure/art-20044190>
26. Fernández G. Qué es el estrés emocional y cómo gestionarlo [Internet]. [Consultado el 20 de enero del 2024]. Disponible en: <https://www.psicologia-online.com/que-es-el-estres-emocional-y-como-gestionarlo-6334.html>
27. Cortés H, Bedolla C. El estrés laboral y sus dimensiones a nivel individual y organizacional [Internet] 2020. Revista de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional. [Consultado el 3 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://www.eumed.net/rev/rilco/07/estres-laboral.html>
28. Neuron Up. El estrés laboral: definición, causas y consecuencias para la salud [Internet] 2021. [Consultado el 10 de febrero del 2024]. Disponible en: <https://neuronup.com/psicologia/el-estres-laboral-definicion-causas-yconsecuencias-para-la-salud/>
29. Acero M. Estrés laboral y sus consecuencias en la salud que afectan el rendimiento [tesis para optar por el título de especialista en gerencia del talento humano]. Bogotá, universidad de américa. 2020. Disponible en: <https://repository.uamerica.edu.co/bitstream/20.500.11839/8061/1/237553-2020-iii-gth.pdf>
30. Buitrago O, et al. Estrés laboral: una revisión de las principales causas

- consecuencias y estrategias de prevención. 2021. Rev. De investigación en salud. Universidad de Boyacá. 2021; 8 (2):131-146. [Consultado el 1 de febrero del 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.24267/23897325.553>
31. Libre texts español. El Código de Ética para Profesionales de la Enfermería con Declaraciones Interpretativas. [Internet] 2022. [Consultado el 10 de marzo 2024]. Disponible en: [www.nursingworld.org/~49d56e/globalassets/catalog/book-toc/sample-chapter-2022-spanish-codigo-de-etica-9781953985521.pdf](http://www.nursingworld.org/~49d56e/globalassets/catalog/book-toc/sample-chapter-2022-spanish-codigo-de-etica-9781953985521.pdf)
  32. Carrillo G, Ríos R. Factores de estrés laboral en el personal de enfermería hospitalario del equipo volante según el modelo de demanda-control-apoyo. [Internet]. Enferm. glob. vol.17 no.50 Murcia abr. 2018 Epub 14-Dic-2020. [Consultado el 8 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.17.2.277251>
  33. Afrontamiento. [Intranet]. España: Clínica Universidad de Navarra. 2020 [Consultado el 15 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/afrentamiento>
  34. Consejo Internacional. El Consejo Internacional de Enfermeras es una federación de más de 130 asociaciones nacionales de enfermeras. [Internet]. 2020. [Acceso 25 de Enero de 2021]. Disponible en: <https://www.icn.ch/es/politica-deenfermeria/definiciones>
  35. Vásquez M, Virginia J. El estrés y el trabajo de enfermería: factores influyentes. [Internet]. Rev. Cienc. Salud. Volumen 2. 2020. [Consultado el 15 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/08/1284113/85-texto-del-articulo-267-1-10-20200829.pdf>
  36. Hernández E, et al. Estrategias de afrontamiento ante el estrés laboral en enfermeras. Mexico Enferm Inst Mex Seguro Soc. [Internet]. 2012 [Citado el 23 de diciembre del 2020]. 15(3). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriamss/eim2007/eim073h.pdf>
  37. González I. Recursos de afrontamiento: Una aproximación a su clasificación importancia de su potenciación. Electrónica de Psicología Iztacala. [Internet] 2014 [citado el 10 de enero del 2021] (3). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2014/epi143i.pdf>
  38. Quispe Y, Ticona Z. Estrés laboral y estilos de vida en enfermeras (os) que laboran en los servicios de Hospitalización. Hospital Regional Honorio Delgado Arequipa,

2015. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín; 2015. [Citado el 10 de enero del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/375>
39. Afrontamiento. [Intranet]. España: Clínica Universidad de Navarra. 2020 [Consultado el 15 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/afrontamiento>
40. Consejo Internacional. El Consejo Internacional de Enfermeras es una federación de más de 130 asociaciones nacionales de enfermeras. [Internet]. 2020. [Acceso 25 de Enero de 2021]. Disponible en: <https://www.icn.ch/es/politica-de-enfermeria/definiciones>.
41. Enfermería. Callista Roy, la enfermera que revolucionó los cuidados con su Modelo de Adaptación [Internet] 2024. [Consultado el 12 de marzo del 2024]. Disponible en: <https://estudiarenfermeria.com/callista-roy-la-enfermera-que-revoluciono-los-cuidados-con-su-modelo-de-adaptacion/>
42. Questionpro. Método deductivo: Qué es y cuál es su importancia. [Internet] 2024. [Consultado el 01 de marzo del 2024]. Disponible: <https://www.questionpro.com/blog/es/metodo-deductivo/>
43. Duoduc. Investigación Aplicada [Internet] 2020. [Consultado el 05 de marzo del 2024]. Disponible en: <https://bibliotecas.duoc.cl/investigacion-aplicada>
44. Deysi Y. Método descriptivo: características, etapas y ejemplos. [Internet]. 2020. [consultado el 10 de marzo del 2024]. Disponible en: <file:///C:/Users/Legion/Downloads/M%C3%A9todo%20descriptivo.pdf>
45. Questionpro. Método deductivo: Qué es y cuál es su importancia. [Internet] 2024. [Consultado el 01 de marzo del 2024]. Disponible: <https://www.questionpro.com/blog/es/metodo-deductivo/>
46. Alvarado B. “nivel de estrés laboral en enfermeras que trabajan en uci del hospital Sergio e. Bernales 2022”. [Tesis para optar el título de especialista en enfermería en cuidados intensivos]. Lima: universidad María Auxiliadora. 2022. Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1209/trabajo%20academico-alvarado%20rivera.pdf?sequence=1>
47. Soto P. “estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de la uci-covid 19, hospital departamental de Huancavelica, 2022”. [Tesis para optar el título

- de especialista en enfermería en cuidados intensivos]. Lima: Universidad María Auxiliadora. 2022. Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1359/trabajo%20academico-soto%20poma.pdf?sequence=1>
48. Moncada N. Nivel de estrés y desempeño laboral del personal de enfermería en el área de emergencia en una clínica en lima- Perú.2022. [Trabajo académico para optar el título de especialista en enfermería en emergencias y desastres]. Lima: universidad María Auxiliadora. 2022. [consultado el 22 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://orcid.org/0000-0003-3755-152xhttps://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1615/trabajo%20academico-moncada%20brice%c3%91o.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
49. Ortiz O. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el servicio de hospitalización de una clínica privada, Lima- 2023. [Para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima. Universidad Norbert Wiener.2023.[ Consultado el 24 de mayo del 2024]. Disponible en: [https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/9044/T061\\_464\\_93509\\_T.pdf?sequence=14&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/9044/T061_464_93509_T.pdf?sequence=14&isAllowed=y)
50. Morales R. Estrés laboral en licenciados de enfermería en áreas covid del hospital José Cayetano Heredia - Piura, mayo 2021, Piura- 2021 [tesis de licenciatura]. Perú Universidad Nacional de Piura; 2021. Disponible en: <https://repositorio.unp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12676/2855/enfe-mor-vil2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
51. Lifeder. La encuesta como técnica de investigación. [Internet] 2024. [Consultado el 16 de marzo del 2024]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/encuesta/>



## **Anexos**



**El anexo 1: Matriz de consistencia**

**TITULO:** Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa – 2024

<b>PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPOTESIS</b>	<b>VARIABLE</b>	<b>METODOLOGIA</b>
<b>Problema general</b>	<b>Objetivo general</b>	<b>Hipótesis general</b>	<b>Variable 1:</b>	<b>Tipo:</b>
¿Cómo se relaciona el estrés laboral con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del MINSA - 2024?	Determinar cómo se relaciona el estrés laboral con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del MINSA – 2024.	<b>Hi:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre el Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento de las enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos, que laboran en un Hospital del Minsa, 2024.	<b>ESTRÉS LABORAL</b> <b>Dimensiones</b> -Estrés en el ambiente Físico. -Estrés en el ambiente Psicológico. -Estrés en el ambiente Social.	Básica, transversal <b>Diseño:</b> No experimental descriptivo correlacional
<b>Problemas específicos</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Ho:</b> No Existe relación estadísticamente significativa entre el Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento de	<b>Variable 2:</b> <b>ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b>	<b>Población:</b> 50 enfermeras <b>Muestra:</b> 50 enfermeras
¿Cómo se relaciona la dimensión ambiente físico con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad	Identificar cómo se relaciona la dimensión ambiente físico con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de			

de cuidados intensivos de un hospital del Minsa - 2024?	la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa-2024	las enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos, que laboran en un Hospital del Minsa, 2024.	<b>Dimensiones</b> -Estrategias de afrontamiento dirigido al problema.	<b>Técnica:</b> <b>Encuesta</b> Instrumento: Escala “Nursing Stress Scale”
¿Cómo se relaciona la dimensión ambiente Psicológico con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa – 2024?	Identificar como se relaciona la dimensión ambiente psicológico con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa-2024	<b>Hipótesis específicas</b> <b>H1:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión ambiente Físico con las estrategias de afrontamiento de las enfermeras de la UCI, que laboran en un Hospital del Minsa, 2024.	-Estrategias de afrontamiento dirigido a la emoción.	(N.S.S.)  Inventario de respuestas de afrontamiento de Rudolf H. Moos
¿Cómo se relaciona la dimensión ambiente Social con las estrategias de	Identificar la relaciona la dimensión ambiente social con las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de	<b>HE2.</b> Existe relación estadísticamente entre la dimensión el ambiente Psicológico y las estrategias de		

---

afrentamiento en el personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa – 2024.

la unidad de cuidados intensivos de un hospital del Minsa-2024

afrentamiento en las enfermeras de la UCI, que laboran en un hospital del Minsa- 2024.

**HE3.** Existe relación estadísticamente entre la dimensión ambiente Social y las estrategias de afrontamiento en las enfermeras de la UCI, que laboran en un hospital del Minsa- 2024.

---

## Anexo 2. Instrumento de recolección de datos

### Escala “NURSING STRESS SCALE” (N.S.S) para el estrés laboral

Código:.....fecha:.....

1. Edad.....años cumplidos

2. Sexo:  Femenino  Masculino

3. ESTADO CIVIL:

Soltera(o)  Casada(o)

Divorciada(o)  Conviviente

Viuda(o)

4. Tiempo de servicio .....años cumplidos

5. LABORA EN OTRA INSTITUCIÓN:  Si  NO

**Instrucciones:** En el siguiente cuestionario, le presentamos una lista de situaciones que pueden darse comúnmente en una unidad hospitalaria. Estamos interesados en conocer con qué frecuencia estas situaciones han producido tensiones o estrés en su unidad. Tenga en cuenta que no nos referimos a la frecuencia en que se producen estas situaciones, sino a la frecuencia con que éstas han sido estresantes para Ud., en los últimos 6 meses. Sus respuestas serán estrictamente confidenciales. Por favor, marque con una X el número de la escala que mejor refleje la frecuencia con que Ud. cree que cada situación ha sido estresante para Ud.

Nunca	Alguna vez	Frecuentemente	Muy frecuentemente
1	2	3	4

Nº	AMBIENTE FÍSICO	1	2	3	4
1	No tener ocasión para compartir experiencias y sentimientos con otros compañeros (enfermeras/os y/o auxiliares de enfermería) del servicio.				
2	Pasar temporalmente a otros servicios por falta de personal.				
3	Realizar demasiadas tareas que no son de enfermería.				
4	No tener tiempo suficiente para dar apoyo emocional al paciente.				
5	No tener tiempo suficiente para realizar todas mis tareas de enfermería.				

6	Falta de personal para cubrir adecuadamente el servicio.				
<b>AMBIENTE PSICOLÓGICO</b>					
<b>Muerte y sufrimiento</b>					
7	Realización de cuidados de enfermería que resultan dolorosos a los pacientes.				
8	Escuchar o hablar con un paciente sobre su muerte cercana.				
9	Ante una situación desagradable se enoja con facilidad				
10	Muerte de un paciente con quien he llegado a tener una relación estrecha.				
11	Ver a un paciente sufrir.				
<b>Preparación insuficiente</b>					
12	Miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería de un paciente.				
13	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente a la familia del paciente. No disponer de una contestación satisfactoria a una pregunta hecha por un paciente.				
14	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente al paciente.				
15	No saber que se debe decir al paciente o a su familia sobre su estado clínico y tratamiento.				
16	No saber bien el manejo y funcionamiento de un equipo especializado.				
<b>Falta de apoyo</b>					
17	Interrupciones frecuentes en la realización de sus tareas.				
18	No tener ocasión para expresar a otros compañeros del servicio mis sentimientos negativos hacia los pacientes. (Ej. Pacientes conflictivos, hostilidad, etc.).				
19	En el cambio de turno como Ud se ha sentido en el trabajo, seguro, amenazador, inseguro.				
<b>Incertidumbre en el tratamiento</b>					
20	Sentirse impotente en el caso de un paciente que no mejora.				
21	Estar en desacuerdo con el tratamiento de un paciente.				
22	Recibir información insuficiente del médico acerca del estado clínico de un paciente.				
23	Tomar una decisión sobre un paciente cuando el medico no está disponible.				
<b>AMBIENTE SOCIAL</b>					
<b>Problemas con los médicos</b>					
24	Recibir críticas de un médico.				
25	Problemas con uno o varios médicos.				

26	El médico no está presente cuando un paciente se está muriendo.				
27	El médico prescribe un tratamiento que parece inapropiado para el paciente.				
28	El médico no está presente en una urgencia médica.				
<b>Problemas con otros miembros del equipo de enfermería</b>					
29	Problemas con un supervisor.				
30	No tener ocasión para hablar abiertamente con otros compañeros sobre problemas en el servicio.				
31	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros de otros servicios.				
32	Recibir críticas de un supervisor.				
34	Considera Ud. que trabaja demasiadas horas				

**Fuente:** Huallpa M, Ortiz I.

### Anexo 3. INVENTARIO DE RESPUESTAS DE AFRONTAMIENTO (CRI)

**CÓDIGO:**.....**FECHA:**.....

**Instrucciones:** Este Inventario contiene preguntas que se refieren a aquellos problemas significativos que han tenido trascendencia en su labor como enfermera Intensivista. Por favor, piense en las situaciones más estresantes que le hayan sucedido, enfoque estas situaciones y responda con sinceridad las preguntas propuestas. Marque con un aspa (X) en el casillero que Ud. Considera como su respuesta:

Nunca	Una o dos veces	Algunas veces	Muchas veces
1	2	3	4

Nº	Estilos de afrontamiento dirigidos al problema	1	2	3	4
1	¿Pensó en diferentes formas de solucionar dicha situación estresante?				
2	¿Se motivó a sí mismo para sentirse mejor?				
3	¿Hablo con su esposo/a u otro familiar sobre estas situaciones estresantes?				
4	¿Para enfrentar estas situaciones Hizo un plan de acción y logró cumplirlo?				
5	¿Trató de olvidar estas situaciones estresantes?				
6	¿Sintió que el paso del tiempo mejoraría las cosas y que esperar era lo único que podía hacer?				
7	¿Trató de ayudar a otros a enfrentar situaciones similares?				
8	¿Se descargó con otras personas cuando se sintió enojado, deprimido o triste?				
9	¿Trató de salir de la situación, como para sentirse mejor?				
10	¿Se dijo a Ud. Mismo que las cosas podían ser peores?				
11	¿Habló con algún amigo de estas situaciones?				
12	¿Se esforzó tratando de hacer algo para que las cosas funcionaran?				
13	¿Trató de evitar pensar en dicha situación estresante?				
14	¿Se dio cuenta que no tenía control sobre estas situaciones?				
15	¿Se dedicó a nuevas actividades como nuevos trabajos o distracciones?				
16	¿Hizo algo arriesgado tratando de tener una nueva oportunidad?				
17	¿Se imaginó, una y otra vez, ¿qué decir o hacer?				
18	¿Trató de ver el lado positivo de la situación?				
19	¿Habló con algún profesional (médico, psicólogo, etc)?				

20	¿Decidió lo que quería hacer y trató firmemente de conseguirlo?				
<b>Estilos de afrontamiento dirigidos a la emoción</b>					
21	¿Se imaginó o soñó un tiempo o un lugar mejor del que Ud. Vivía?				
22	¿Pensó que el destino se ocuparía de todo?				
23	¿Trató de hacer nuevos amigos?				
24	¿Se mantuvo alejado de sus colegas?				
25	¿Trató de prever o de anticiparse a cómo resultaría todo?				
26	¿Pensó cuánto mejor estaba Ud. Comparándose con otras personas con el mismo problema?				
27	¿Buscó la ayuda de personas o colegas que experimentaron las mismas situaciones?				
28	¿Trató de resolver estas situaciones estresantes, al menos en dos formas diferentes?				
29	¿Evitó pensar en la situación, aun sabiendo que en algún momento debería pensar en él?				
30	¿Aceptó las situaciones estresantes, porque pensó que nada se podía hacer?				
31	¿Leyó, miró televisión, o realizó alguna otra actividad como forma de distracción?				
32	¿Gritó como forma de desahogarse?				
33	¿Trató de encontrarle alguna explicación o significado a esa situación?				
34	¿Trató de decirse a sí mismo que las cosas mejorarían?				
35	¿Trató de averiguar más sobre esa situación?				
36	¿Trató de aprender cómo hacer más cosas por sí mismo?				
37	¿Deseó que esas situaciones hubieran desaparecido o pasado?				
38	¿Esperó que sucediera lo peor?				
39	¿Le dedicó más tiempo a actividades recreativas?				
40	¿Lloró y descargó sus sentimientos?				
41	¿Trató de prever o de anticiparse a los nuevos pedidos que le harían durante el trabajo?				
42	¿Pensó cómo podrían cambiar estas situaciones en su vida en un sentido positivo?				
43	¿Rezó pidiendo ayuda o fuerza?				
44	¿Trato de enfrentar estas situaciones estresantes con calma?				
45	¿Trató de negar lo serio que eran en realidad estas situaciones?				
46	¿Perdió la esperanza de que alguna vez las cosas volvieran a ser como eran antes?				
47	¿Volvió al trabajo o a otras actividades que lo ayudaran a enfrentar estas situaciones?				
48	¿Intento hacer algo, a pesar de que creía que no iba a funcionar?				

**Fuente:** Huallpa M, Ortiz I.



**Anexo 4. Consentimiento Informado****CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Fecha:.....

Yo:....., identificada con DNI (carnet de extranjería o pasaporte de extranjeros) N°....., acepto participar voluntariamente de la tesis titulada: Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos de un hospital del Minsa - 2024, la cual pretende determinar la relación que existe entre Estrés laboral y estrategias de afrontamiento, con ello autorizo se me pueda realizar una encuesta y aplicar el instrumento compuesto por dos encuestas Escala “NURSING STRESS SCALE” (N.S.S) para el estrés laboral e Inventario de respuestas de afrontamiento (CRI), comprometiéndome a responder con veracidad cada uno de ellos, además se me informo que dicho instrumento es anónimo y solo se usarán los resultados para fines del estudio. Con respecto a los riesgos, el estudio no representará ningún riesgo para mi salud, así como tampoco se me otorgara ningún beneficio económico, por ser una decisión voluntaria en ayuda de la investigación.

---

**FIRMA DEL PARTICIPANTE**



## ● 20% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 7% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 19% Base de datos de trabajos entregados
- 5% 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 2024-02-20</b> Submitted works	2%
2	<b>uwiener on 2023-11-18</b> Submitted works	1%
3	<b>uwiener on 2024-05-26</b> Submitted works	1%
4	<b>uwiener on 2024-05-01</b> Submitted works	<1%
5	<b>Universidad Catolica Cardenal Raul Silva Henriquez on 2022-11-18</b> Submitted works	<1%
6	<b>uwiener on 2024-06-14</b> Submitted works	<1%
7	<b>repositorio.upla.edu.pe</b> Internet	<1%
8	<b>Universidad Católica de Santa María on 2016-01-25</b> Submitted works	<1%