



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

ESCUELA DE POSGRADO

Tesis

Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del
Hospital Goyeneche, Arequipa - 2023

Para optar el Grado Académico de
Maestro de Gestión en Salud

Presentado por:

Autora: Ordoño Fernandez, Sadie Angela

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7473-3221>

Asesora: Dra. Remuzgo Artezano, Anika

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6735-5189>

Lima – Perú

2024

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSION: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 11/07/2024

Yo, Sadie Angela Ordoño Fernandez Egresado(a) de la Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico “Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa - 2023 ” Asesorado por el docente: Anika Remuzgo Artezano Con DNI 72203504 Con ORCID 0000-0001-7473 - 3221 tiene un índice de similitud de (diecisiete) (17)% con código oid:14912:365622232 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
 Sadie Angela Ordoño Fernandez
 DNI: 72203504



.....
 Firma
 Anika Remuzgo Artezano
 DNI: 40851214

Lima, 11 de Julio de 2024

DEDICATORIA

Dedico este logro a mis padres, cuyo amor, apoyo y sacrificio han sido el fundamento de mi educación y crecimiento. A mi asesor, cuya guía sabia y aliento constante han sido un faro en mi viaje académico. Y a todos aquellos que me brindaron su apoyo y colaboración en el proceso de desarrollo de mi tesis, su contribución ha sido invaluable en este camino hacia la realización académica.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi sincero agradecimiento a mis seres queridos; su apoyo inquebrantable ha sido el pilar sobre el cual construí este logro. Agradezco también a todos mis colegas por su valiosa ayuda y los aportes que enriquecieron este proyecto. Su generosidad y dedicación fueron fundamentales para alcanzar este hito en mi carrera académica. Estoy profundamente agradecida por cada gesto de apoyo y colaboración que recibí en este viaje.

ÍNDICE

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ÍNDICE	v
Índice de tablas.....	viii
Introducción	ix
Resumen.....	xi
Abstract	xii
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA.....	1
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	3
1.3.1. Objetivo general.....	3
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación de la investigación	4
1.4.1. Teórica	4
1.4.2. Metodológica	5
1.4.3. Práctica.....	6

1.5. Limitaciones de la investigación.....	6
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	7
2.1. Antecedentes de la investigación	7
2.1.1 Internacionales	7
2.1.2 Antecedentes Nacionales	10
2.2. Bases teóricas	14
2.2.1 Estrés Laboral	14
2.2.2 Estrategias de Afrontamiento.....	21
2.3. Formulación de hipótesis	27
2.3.1. Hipótesis.....	27
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	28
3.1. Método de la investigación.....	28
3.2. Enfoque de la investigación	28
3.3. Tipo de investigación.....	28
3.4. Diseño de la investigación	28
3.5. Población, muestra y muestreo	28
3.6. Variables y operacionalización	31
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	32
3.7.1. Técnica.....	32
3.7.2. Descripción de instrumentos	32

3.7.3. Validación	33
3.7.4. Confiabilidad	34
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	35
3.9. Aspectos éticos.....	35
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	36
4.1. Resultados	36
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados.....	36
4.1.2. Prueba de hipótesis	38
4.1.3. Discusión de resultados.....	42
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	46
5.1. Conclusiones	46
5.2. Recomendaciones.....	48
5. REFERENCIAS	50
Anexo 1: Matriz de consistencia	62
Anexo 2: Instrumentos	64
Anexo 3: Formato de consentimiento informado	69
Anexo 4: Resultados descriptivos e inferenciales.....	71

Índice de tablas

Tabla 1 Validación estadística del estrés y las estrategias de afrontamiento	34
Tabla 2 Prueba de normalidad K-S.....	37
Tabla 3 Correlación Estrés Laboral y Estrategias de Afrontamiento	38
Tabla 4 Relación entre la dimensión ambiente físico y estrategias de afrontamiento	39
Tabla 5 Relación entre la dimensión ambiente psicológico y estrategias de afrontamiento	40
Tabla 6 Relación entre la dimensión ambiente social y estrategias de afrontamiento	41

Introducción

Hoy en día el estrés se ha convertido es uno de los problemas más significativos a nivel mundial, específicamente en el personal de salud, debido a los constantes sucesos y actividades que realizan en el ámbito hospitalario propio de la carrea de enfermería (1). En cuanto al estrés percibido en el ámbito laboral, se sabe que el personal de enfermería se encuentran cotidianamente inmerso en situaciones estresantes que deben enfrentar y manejar (2). El estrés percibido o psicológico surge de la interacción entre el individuo y su entorno, así como de la evaluación personal de una amenaza que pone en peligro su bienestar (3). Diversas investigaciones han demostrado que el estrés laboral en enfermeras ha influido significativamente en el desarrollo de sus actividades, el desempeño y ha mermado su bienestar físico, psicológico y emocional. Por ello es importante la utilización de estrategias de afrontamiento para el estrés (4). El propósito de esta investigación fue determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa - 2023. Esta investigación cuenta con 5 capítulos.

El primero capítulo titulado contiene el problema general y los problemas específicos. Así mismo se describen los objetivos, la justificación y las limitaciones de la investigación.

El segundo capítulo contiene el marco teórico conformado por los antecedentes, las bases teóricas y la hipótesis general y específicas de la investigación.

La metodología presente en el capítulo tres esboza el método, enfoque, tipo y diseño, población y muestra del estudio, así como la descripción de variables, técnicas de recolección de datos, confiabilidad y validez, análisis y procesamiento de datos además de los aspectos éticos de la investigación.

El capítulo cuatro muestra la presentación y discusión de los resultados conformado por los resultados propiamente dichos y comprobación de la hipótesis.

Para el quinto capítulo se dan las conclusiones y recomendaciones, conformado por las conclusiones y recomendaciones de la investigación; finalmente se concluye el estudio con las referencias y anexos.

Resumen

Objetivo: Determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento utilizadas en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa - 2023. **Material y método:** se utilizó el método hipotético deductivo con enfoque cuantitativo de naturaleza aplicada y nivel descriptivo-correlacional. El diseño del estudio fue no experimental, de corte transversal. La muestra contempló la participación de 166 profesionales de enfermería del Hospital Goyeneche. Se utilizó la Escala de Estrés - NSS (nursing stress scale) y el COPE-28 como instrumentos para evaluar las variables. **Resultados:** se obtuvo una correlación significativa entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento utilizadas por el personal de enfermería del Hospital Goyeneche así como una asociación entre las tres dimensiones del estrés laboral, ambiente físico y las estrategias de afrontamiento, con un coeficiente de 0.633 y un nivel de significancia de .000; entre el ambiente psicológico y las estrategias de afrontamiento, con un coeficiente de 0.688 y .000 de significancia; así como para el ambiente social un coeficiente de 0.715 y un nivel de significancia de .000. **Conclusión:** existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento, respaldando el objetivo general planteado. Además, se han identificado relaciones significativas entre las distintas dimensiones del estrés laboral y las estrategias de afrontamiento, cumpliendo así con los objetivos específicos del estudio.

Palabras clave: estrés laboral, estrategias de afrontamiento, personal de enfermería.

Abstract

Objective: determine the connection between job stress and coping mechanisms among nursing personnel of the Goyeneche Hospital, Arequipa - 2023. **Material and method:** a quantitative approach employing a hypothetical-deductive method was utilized, of a basic nature and a descriptive-correlational level. The study design was non-experimental, cross-sectional. The sample included the participation of 166 166 nurses working in the Goyeneche Hospital. The Stress Scale - NSS (nursing stress scale) and the COPE-28 were used as instruments to evaluate the variables.

Results: a significant correlation was obtained between work stress and the coping strategies used by the nursing staff of the Goyeneche Hospital, as well as an association between the three dimensions of work stress, physical environment and coping strategies, with a coefficient of 0.633. and a significance level of .000; between the psychological environment and coping strategies, with a coefficient of 0.688 and .000 of significance; as well as for the social environment a coefficient of 0.715 and a significance level of .000. **Conclusion:** the findings indicate that there is a correlation between job stress and coping strategies, supporting the general objective set. In addition, significant relationships have been identified between the different dimensions of work stress and coping strategies, thus meeting the specific objectives of the study.

Keywords: work stress, coping strategies, nursing staff.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Entidades mundiales como la prestigiosa Organización Mundial de la Salud, refieren al estrés como un estado físico que los individuos exponen frente a una tensión psíquica, como producto de un contexto que ejerce presión sobre él. Dicho estado surge como una respuesta instintiva ante estímulos que son percibidas como una amenaza (5). A escala mundial, precisamente en el continente europeo, se reportó que más del 44% del personal de salud entre doctores, auxiliares y personal de enfermería, sucumbieron a una excesiva sobrecarga laboral, la misma que se manifestó con extenuación y declive del estados psíquico y físico de los profesionistas del ámbito salud (6).

Por otra parte, la capacidad de afrontar o sobreponerse a las dificultades de los profesionales de la salud, específicamente enfermería del país de China durante el 2023, mostraron una respuesta desfavorable ante la situación, considerando que más del 50% de los profesionales exhibieron este tipo de reacción (7). Asimismo, en el 2023 la Organización Panamericana de la Salud (OPS) indico que el poco manejo de estrés, influyo en la gestión del estímulo estresor, repercutiendo de forma negativa en el bienestar de los individuos, provocando consecuencias serías, afectando su capacidad para lograr entablar el sueño y su regulación de su estado emocional, mermando el correcto desempeño de sus labores, lo que supone una indispensable accionar de medidas de control en el trabajo para poder mejorar la productividad del personal así como priorizar su bienestar (8).

En Sudamérica, durante el 2019, más del 23% del personal de enfermería en el país vecino de Chile, evidenciaron un grado de estrés elevado, el cual se manifestó por tensiones en el contexto laboral repercutiendo a nivel psíquico de los profesionales de las salud (9). Valdez et al. Por su lado, halló que estudiantes de enfermería en México, presentaron un grado de estrés regular representado por el 70%, mientras que el 20% se sobrepone a los estímulos amenazantes, adaptándose a las vicisitudes de su entorno (10). En Colombia, se evidenció que el grado de estrés, generó confusión, miedo, sentimientos de minusvalía y de peligro (11). En Brasil, los niveles de estrés afectan de manera negativa en sus profesionales de enfermería, los mismos que se exponen a un ambiente de trabajo exigente, siendo más del 20% manifestó que la carga laboral merma su habilidad para poder enfrentar las diversas tensiones y presiones en su trabajo (12).

En el contexto peruano, en el año 2021, se encontró que más del 50% del personal del departamento de enfermería, tuvo niveles elevados de estrés, asimismo, el mismo porcentaje, empleo estrategias de afrontamiento ante las situaciones estresantes. Más del 40% utiliza recursos como técnicas para poder regular sus emociones (13). Por su parte, Ortiz y Fuentes, encontraron que más del 60% de enfermeras/os tuvieron estrés en un nivel regular, mientras que solo el 30% evidenciaba que su capacidad para afrontar estuvo en un nivel medio, y el otro 30% en niveles bajos, infiriendo que la nula práctica y el desconocimiento sobre diversas estrategias para sobreponerse a las circunstancias suponen un impulsor de altos grados de estrés (14). Asimismo, el gobierno nacional, indicó que un gran porcentaje de sus trabajadores constantemente experimentan niveles de estrés muy elevados, siendo así que, manifiestan agotamiento en un 30%, un porcentaje menor ha evaluado abandonar su trabajo, un 23% se muestra angustiado y depresivo durante su jornada laboral (15).

En ámbito regional, Arequipa 2023 registro un índice de estrés en profesionales de enfermería representado por un poco más del 40%, asimismo, más del 55% tuvo estrés, aunque en un grado menor, de igual forma un porcentaje del 2% no sabe afrontar situaciones que ejercen presión y estrés sobre ellas, dando como resultado estrés un niveles altos (16). Hanco halló que más de la mitad de enfermeras ha experimentado estrés en grado regular y que solo 8 de 10 suelen afrontar de manera regular el estrés (17).

En síntesis, realizar este estudio es indispensable en la mejora y preservación del bienestar del personal de enfermería, asimismo, se tendrá un entendimiento superior sobre las variables elegidas.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa - 2023?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre el ambiente físico y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023?
- ¿Cuál es la relación entre el ambiente psicológico y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023?
- ¿Cuál es la relación entre el ambiente social y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa - 2023.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar a relación entre el ambiente físico y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.
- identificar la relación entre el ambiente psicológico y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.
- Identificar la relación entre el ambiente social y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

A través de la revisión de investigaciones sobre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento, se identificaron estudios realizados en diferentes naciones, tales son los siguientes: Ecuador (18), Ghana (19), España (20), Alemania (21), Polonia (22) y Jordania (23). En el contexto de Perú, se destacaron numerosos estudios de investigación que aportan datos relevantes sobre las variables seleccionadas. Estos estudios resaltan la pertinencia de centrarse en los profesionales de la salud, ya que enfrenta una mayor susceptibilidad ante niveles elevados de estrés debido al ámbito laboral exigente, en el que desarrollan sus funciones (24). El presente estudio ampliará el entendimiento acerca del estrés en el ámbito laboral y las tácticas de afrontamiento implementadas por los profesionales pertenecientes al área de enfermería, por lo que se profundizará en la comprensión del impacto del estrés en el entorno laboral de los profesionales de enfermería, así

como en las diversas estrategias que utilizan para hacer frente a estas tensiones, basándose en el modelo transaccional propuesto por sus autores, Lazarus y Folkman. Esta teoría aportó de manera significativa al entendimiento de las variables, tomando en cuentas que el estrés laboral es una respuesta que surge a razón del contacto o interconexión del sujeto con su entorno a niveles sociales, psicológicos y físicos. En relación con las estrategias de afrontamiento, son conocidas como el esfuerzo a nivel cognitivo y conductual para regular sus emociones ante demandas específicas de un factor estresante, desde la teoría de Carver, Sheier y Weintraub, que, además, incluyen técnicas enfocadas en la problemática, en la emotividad o en eludir determinadas situaciones (25). A partir de todos los datos recolectados, se espera que este estudio contribuya en llevar a cabo acciones y medidas en las instituciones de salud, promoviendo un bienestar físico y psíquico en el área de enfermería.

1.4.2. Metodológica

Se emplearon instrumentos de medición específicos para cada variable en el proceso de recopilación de datos. Para evaluar el índice de estrés de los profesionales del departamento de enfermería, se aplicó una Escala que evalúa el estrés en el personal de enfermería, la cual abarca tres dimensiones contempladas en ambientes físicos, psicológicos y sociales. Mientras que el instrumento elegido para evaluar las estrategias de afrontamiento será el COPE-28, este se ha dividido en tres estrategias las cuales son: centradas en el problema, emoción y evitación del problema. Los cuestionarios expuestos fueron validados previamente en el contexto peruano, asegurando una gran consistencia de fiabilidad, verificado a través de análisis estadísticos que evaluaron el grado de fiabilidad por medio de la consistencia interna, a modo que garantice los datos y estos puedan ser generalizados. Esta elección de instrumentos no solo fortalecerá el método de investigación, sino que respaldará la posibilidad de validar las hipótesis propuestas, aportando

al progreso y desarrollo del conocimiento en este campo, ofreciendo información valiosa que servirá como base para investigaciones venideras.

1.4.3. Práctica

En cuanto a su relevancia práctica, este análisis permitirá que el ámbito de la salud tome conciencia de la relevancia de evaluar factores laborales. Esto facilitará la identificación de riesgos actuales y la aplicación de estrategias y acciones orientadas a mitigar las repercusiones adversas vinculadas al estrés en el ámbito profesional. En ese sentido, socializar los resultados de este estudio con los representantes del colegio de enfermeros, como órgano rector de nuestra profesión, así como en el departamento de enfermería del hospital y dirección general, se podrán elaborar sugerencias de intervención adecuadas con el fin de mejorar la salud, el bienestar en el trabajo y el desempeño laboral y poder generalizarse a las diversas áreas del Centro Hospitalario Goyeneche. Además, podría servir como referencia para programas venideros en otros establecimientos de Arequipa y del Perú realizados por el Ministerio de Salud (MINSA), atendiendo de manera efectiva este fenómeno, además se pretende contribuir en el área de investigación para conocimiento de generaciones futuras.

1.5. Limitaciones de la investigación

Las limitaciones que se presentaron fueron el acceso a la información, en un marco temporal específico, lo que podría haber obviado variaciones estacionales o cambios a largo plazo en las variables de interés, lo que podría traducirse como sesgos en la compilación de datos.

La disponibilidad de participantes estuvo condicionada por horarios laborales y posibles periodos vacacionales, lo que podría haber afectado la consistencia y cantidad de datos recolectados.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1 Internacionales

Velana y Rinkeauer (21) se propusieron "Explorar las acciones a nivel individual para gestionar el estrés e identificar las herramientas de evaluación utilizadas para analizar el nivel de estrés en enfermeras". La investigación se basó en un examen sistemático de 27 estudios recientes. Los resultados revelaron que las intervenciones centradas en la tecnología y orientadas a la relajación y al control del estrés, incorporando elementos cognitivo-conductuales, podrían tener efectos positivos en la disminución del estado de estrés que presente el área de enfermería, contribuyendo a su bienestar. Los investigadores concluyeron que las intervenciones innovadoras que emplean tecnología digital, como la realidad virtual, presentan un enfoque prometedor para contrarrestar los efectos perjudiciales del estrés en el personal de enfermería. Asimismo, se sugirió prestar atención especializada a la utilización de recursos para la evaluación objetiva y estandarizada, permitiendo la medición de indicadores de carácter físico y la sistematización del entendimiento científico.

Cirami et al. (20) propusieron "Examinar la correlación entre la percepción del estrés (sintomatología) y las tácticas de enfrentamiento de los trabajadores del ámbito salud". El estudio se llevó a cabo bajo una metodología cuantitativa descriptiva e involucró la participación de 150 profesionales del sector sanitario, con una edad media de 28,93. Se emplearon cuestionarios sobre ambas variables de estudio, estos instrumentos permitieron la recopilación de datos. Los resultados identificaron tres modos de afrontamiento que guardan relación con el estrés: la evitación, el afrontamiento emocional y, en tercer lugar, el compromiso. También destacaron la importancia de

un adecuado desarrollo de la inteligencia emocional (IE), la cual beneficia a la motivación propia para enfrentar las adversidades diarias que afectan la rutina cotidiana.

Al-ruzzieh y Ayaad (23) propusieron "Examinar la conexión entre el estrés laboral, las tácticas de afrontamiento y la calidad de vida en el personal de enfermería especializadas en oncología". El enfoque metodológico adoptado fue de tipo transversal, con una muestra que incluyó a 446 enfermeras. La información fue recopilada mediante un cuestionario autoadministrado sobre los elementos del estrés en el trabajo, una ficha de verificación para las estrategias de afrontamiento y un cuestionario de salud. Los resultados revelaron niveles moderados de estrés en el trabajo (2,61/5), técnicas para afrontar el estrés (1,59/4). En cuanto a las variables, se dio a conocer que existe una relación positiva entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento ($p < 0,05$, $r=0,322^*$), así como una asociación inversa entre el estrés laboral y la calidad de vida relacionada con la salud.

Jurzec et al. (22) propusieron "Examinar el nivel de estrés y las tácticas de afrontamiento empleadas por el personal de enfermería". La investigación tuvo un enfoque epidemiológico, con una muestra constituida de 151 participantes. Los instrumentos de evaluación utilizados incluyeron la Escala de Estrés Percibido (PSS-10) y una escala sobre estrategias de afrontamiento. Los principales resultados señalaron que las enfermeras que trabajan con pacientes afectados por el SARS-CoV-2 experimentan niveles de estrés considerablemente más altos en comparación con aquellas que atienden a pacientes sin la enfermedad previa. El personal que tiene que atender a personas con enfermedades tienden a optar por estrategias activas de afrontamiento centradas en el problema o buscar apoyo en sus compañeros. En relación con las estrategias enfocadas en las emociones, se resaltó que las enfermeras que atienden a pacientes no infectados suelen elegir tácticas centradas en el problema. Además, se observó que, antes de la pandemia, las enfermeras

exhibían con más regularidad tácticas de manejo activo, planificación, distracción personal, búsqueda de respaldo emocional, reevaluación positiva y avance.

Ofei et al. (19) plantearon como objetivo "Analizar la exposición a niveles elevados de estrés laboral que impactan significativamente en el bienestar general y los resultados organizacionales del personal de enfermería en roles directivos". La metodología empleada fue cuantitativa y transversal, con una muestra de 267 individuos seleccionados de 38 hospitales. Se implementó un cuestionario elaborado por los propios investigadores, que abarcó aspectos como datos sociodemográficos, causas de estrés, tipos de estrés y estrategias de afrontamiento. Los hallazgos señalaron que la fuente principal de estrés se debe a la ausencia de personal (94,4%), condiciones inadecuadas de trabajo (91,8%), Falta de respaldo gerencial adecuado (89,9%) y una excesiva sobrecarga de trabajo (89,15%). Asimismo, se manifestaron estrés en diferentes niveles (psíquico, físico y emocional), utilizando estrategias como la administración de tiempo (91,8%), la correcta comunicación (91%) y la Transferencia de responsabilidades o asignación de tareas a otros (89,5%) como mecanismos de afrontamiento. La conclusión destacó la necesidad de que los altos directivos hospitalarios creen ambientes laborales más propicios para las enfermeras, y que la designación de roles se base en la experiencia y competencia

Hernández (18) propuso "Analizar los factores de estrés y las estrategias de afrontamiento en profesionistas de enfermería". La investigación fue de tipo descriptivo con un diseño no experimental y transaccional, con una muestra de 46 trabajadores del área de enfermería. Se utilizaron escalas que permitieron analizar factores que intervienen en el estrés y las estrategias de afrontamiento. Los resultados revelaron que el grado de estrés fue regular en más de 68% de la muestra, mientras que, en cuanto a las estrategias para gestionar adecuadamente el estrés, el 68,1% demostró una disposición elevada para adaptarse. En el análisis se considera al ambiente físico es

el elemento que incide en mayor porcentaje del desarrollo de estrés en el trabajo, ya que el personal de enfermería asume constantemente responsabilidades adicionales debido a la falta de personal.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Canta (26) llevó a cabo un estudio con el propósito de "Evaluar la asociación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en profesionales de la salud". El estudio adoptó un enfoque basado en la observación, transaccional con un nivel relacional. Los participantes fueron 189 personas perteneciente al sector salud. La recopilación de datos, se realizó por medio de dos cuestionarios; la Nursing Stress Scale y la escala de estrategias de afrontamiento. Los hallazgos revelaron la ausencia de una conexión significativa entre ambas variables. Se observó que las estrategias de afrontamiento se ubicaron mayormente en un nivel regular. Se concluyó que, en ocasiones, los trabajadores de la salud recurren a estas estrategias para superar diferentes factores adversos. En cuanto al grado de estrés en el trabajo, se identificó que este es alto en múltiples ocasiones, alcanzando un 90,5%, demostrando estadísticamente el índice de estrés en los profesionales que laboran en el sector de salud.

Virto et al. (27) en su estudio tuvieron como objetivo "Analizar la conexión entre los métodos de afrontamiento y los niveles de depresión, estrés y ansiedad en el personal de enfermería". El diseño de la investigación fue transaccional, con una estructura de cuotas y un enfoque relacional, involucrando a 91 participantes quienes respondieron encuestas online. Las variables dependientes (VD) fueron depresión, estrés y ansiedad, mientras que la variable independiente (VI) fue la utilización de estilos de afrontamiento. Los resultados revelaron una prevalencia del 41,8% ansiedad, un 30,8% depresión y un 34,1% estrés. Se observó una asociación estadísticamente significativa entre los estilos y el bloqueo del afrontamiento, los datos entre -0.25,

-0.35 y un valor considerable (0.50). Además, los estilos de afrontamiento demostraron grados moderados y altos relacionados con la depresión, y estrés.

Amayo (24) tuvo como objetivo "Evaluar el grado de estrés en el trabajo y las acciones de afrontamiento predominantemente aplicados por los profesionistas del área de enfermería de una institución pública". La investigación se llevó a cabo mediante un método sistémico, siguiendo los criterios establecidos en el manual PRISMA. Se revisaron un total de siete artículos los cuales presentaron un diseño cuantitativo de carácter descriptivo y se realizaron en un solo periodo de tiempo. Los resultados obtenidos posterior a la evaluación y discusión señalaron la manifestación de índices de estrés en diferentes grados (medio y alto), atribuidos a elementos como la remuneración mínima, el aumento de demandas y la excesiva sobrecarga de trabajos, entre otros. La estrategia de afrontamiento más frecuentemente utilizada fue aquel que se aboca a examinar el problema. La revisión indicó que el grado de estrés se ubican en grados moderados y altos en los colaboradores del ámbito público. Asimismo, se observó que las estrategias que emplean los colaboradores para poder afrontar son aquellas que se abocan directamente en el problema, con el propósito de incluir enfoques proactivos y orientados a la solución.

Troncos (28) llevó a cabo un estudio con el objetivo de "establecer la vinculación entre el estrés en el trabajo y el grado de afrontamiento en trabajadores del departamento de enfermería". El método empleado fue básico, transaccional y no experimental, asimismo, contó con un nivel descriptivo relacional. Los participantes fueron equivalentes al universo de estudio, ya que estuvo compuesta por 150 profesionales de enfermería, empleando un muestreo por conveniencia. La técnica fue la encuesta. Los resultados revelaron una relación positiva ($Rho = ,627$ y $p = .000$) entre ambas variables. Los colaboradores presentaron niveles moderados y leves de estrés, utilizando estrategias de afrontamiento que variaban según las circunstancias. La conclusión del estudio fue

que los colaboradores del sector salud experimentan niveles considerables de estrés, lo que impulsa el uso de estrategias como la utilización de pensamientos positivos, expresión emocional, respaldo social y cambio en la manera de pensar y evitación de problemas. Por lo tanto, se sugiere un manejo adecuado en momentos de estrés relacionados con el entorno laboral.

Paucar et al. (29) elaboraron una investigación cuyo propósito fue "Evaluar la asociación entre las estrategias de afrontamiento y el nivel de estrés en el trabajo". La metodología adoptada fue cuantitativa, de nivel relacional, descriptiva, prospectiva y de corte transversal, con un alcance relacional. La muestra consistió en 32 trabajadores del departamento enfermería, y para la obtención de información se optó por la encuesta para ambas variables. Los hallazgos revelaron que más del 43% de los participantes manifestó un grado regular de estrés, más del 30% reportó un grado alto y el 25% presentó un grado leve. Además, más del 50% mostró un grado medio de afrontamiento ante el estrés. Se observó que las medidas o acciones centradas en las emociones y en el problema se relacionan con el estrés en el ámbito laboral, demostrando una correlación entre las variables tras obtener un p-valor de 0.005 y $r = 0,434$.

En el estudio realizado por Melgarejo et al. (30), se determinó "Hallar la relación entre el nivel de estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras/os del Área de Emergencias Covid-19 de un Hospital Estatal de Lima". Con un diseño descriptivo de corte transversal y correlacional, con la participación de 34 enfermeras/os se utilizaron la escala "NURSING STRESS SCALE" (N.S.S) y el Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Rudolf H. Moos para la recolección de datos. Los resultados revelaron una asociación estadísticamente significativa e inversa entre el estrés laboral (coeficiente de correlación de $-0,683$, $p < 0,05$) y las estrategias de afrontamiento. Esto indica que, a pesar del predominio de un nivel bueno de afrontamiento, el nivel de estrés laboral en la mayoría de los profesionales era alto. Esto sugiere que, debido al estrés,

los profesionales aplican un nivel significativo de estrategias de afrontamiento, destacándose el estilo de orientación al problema por aproximación en comparación con el afrontamiento emocional por evitación.

Eneque (31) llevó a cabo un trabajo de investigación cuya finalidad fue "Analizar la vinculación entre los factores estresantes del trabajo y las estrategias de afrontamiento en trabajadores sanitarios". El enfoque del trabajo fue cuantitativo, de carácter descriptivo relacional y transaccional. La muestra consistió en 50 colaboradores de un centro hospitalario. Con el objetivo de obtener información sobre las variables se eligió la encuesta como técnica de recolección de datos. En relación al estrés originada por el trabajo, se obtuvo que un 78% se encontraba con estrés en un nivel bajo, el cual se vincula a su ambiente físico en su centro de trabajo, mientras que, un 92% se ubicó en niveles bajos en contraste con el ambiente social y psicológico. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, los grados más recurrentes fueron el grado medio y bajo. Por ejemplo, la estrategia de resolución de problemas se encontró en un nivel medio en el 66%, la estrategia autocrítica en un nivel bajo en el 58%, la estrategia de expresión emocional en un nivel bajo en el 54%, la estrategia de pensamiento desiderativo en un nivel bajo en el 60%, la estrategia de apoyo social en un nivel bajo en el 46%, la estrategia de reestructuración cognitiva en un nivel medio en el 58%, la estrategia de evitación de problemas en un nivel bajo en el 56%, y la estrategia de retirada social en un nivel bajo en el 74%. El análisis estadístico confirmó que los elementos estresantes presentes en el ámbito laboral se asocian con las acciones de afrontamiento.

Correa (32) llevó a cabo un estudio cuyo propósito fue "Analizar los factores de estrés y las estrategias de afrontamiento en enfermeros". La investigación es cuantitativa, aplicada, transversal y de alcance descriptivo. La muestra de la investigación consistió en 60 trabajadores

del departamento de enfermería, quienes contestaron dos cuestionarios. Los resultados revelaron que, el personal de enfermería que desempeña sus labores en el área de emergencia, presenta un grado de estrés medio, representando un poco más del 58%. En cuanto a las estrategias, se observó que estas se encuentran en un nivel bueno, con un 38.3% de los participantes utilizando estrategias efectivas para hacer frente al estrés laboral.

Huallpa y Ortiz (33) realizaron un estudio en 2019 para investigar y “Determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras de la unidad de cuidados intensivos del hospital Honorio Delgado y la clínica San Juan de Dios, Arequipa”. Utilizando un enfoque descriptivo transversal y un diseño correlacional, encuestaron a 150 profesionales de enfermería, con una muestra de 26 enfermeras, empleando la escala "NURSING STRESS SCALE" y el Inventario de Respuestas de Afrontamiento (CRI). Los resultados indicaron una correlación significativa entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento, mostrando que las enfermeras experimentan niveles variables de estrés laboral, siendo las principales causas la sobrecarga de trabajo y el trauma emocional por la muerte y el sufrimiento de los pacientes, mientras que las estrategias de afrontamiento incluyen el análisis lógico, la revalorización positiva, la búsqueda de apoyo y la resolución de problemas.

2.2. Bases teóricas

2.2.1 Estrés Laboral

2.2.1.1 Definición

El estrés laboral es un tema importante en la sociedad actual, y sus repercusiones en la salud son especialmente notables entre los médicos que sólo trabajan con pacientes; esto repercute en la salud psicológica y el bienestar de los trabajadores de este sector. Además de analizar las principales consecuencias o repercusiones en la eficacia de la atención médica a los pacientes (34).

De igual manera, una persona puede experimentar burnout cuando se siente abrumada por las exigencias y expectativas de su trabajo, creyendo que su capacidad para manejarlas es insuficiente. Esta sensación de desproporción entre las exigencias del trabajo y la propia capacidad para gestionarlas puede provocar problemas de salud física y mental (35)

2.2.1.2 Teoría transaccional de Lazarus y Folkman

Los autores Richard Lazarus y Susan Folkman en su teoría transaccional, también conocida como teoría interaccional, proponen que el estrés no es sólo el resultado de estímulos externos, sino más bien una combinación del entorno y del individuo. Esta línea de pensamiento se centra en la evaluación cognitiva que hace el individuo de su situación para decidir si es estresante (36).

Dicho modelo está constituido por cuatro factores (37):

Estímulos. Estímulos son todos los sucesos externos, eventos rutinarios y condiciones físicas, psicológicas y sociales que una persona puede interpretar como generadores de estrés; estos pueden abarcar situaciones diarias hasta los acontecimientos más trascendentales en la vida de un individuo (37).

Respuestas. Respuestas son los pensamientos (reacciones cognitivas), emociones (subjetivas) y conductas que un individuo puede llegar a experimentar frente a situaciones que generen un alto grado de estrés (37).

Mediadores. Considerados como elementos importantes que se involucran en la acción evaluadora de los diferentes impulsos o reactivos que amenazan al individuo y su habilidad de afrontamiento (37).

Moduladores. Son aquellos elementos intervinientes, tanto del ámbito interior como exterior, capaces de influir en cómo los individuos perciben y reaccionan ante situaciones estresantes y los contextos que las generan (37).

De igual manera la teoría transaccional está compuesto por tipos de evaluación (38)

Evaluación Primaria. La primera etapa, evalúa el grado que le otorga el individuo a la situación demandante, así como el valor que le da al estímulo estresor, de manera que evalúa si dicha situación afecta o vulnera el enfoque hacia su meta, es decir que todo está sujeto a esta evaluación que establecerá si lo que se percibe producirá algún tipo de estrés (38).

Evaluación Secundaria. En esta etapa, el individuo evalúa el contexto que durante la primera evaluación se consideró como estresante, con el fin de reconocer las herramientas y recursos que tiene para poder hacerle frente al estímulo considerado como un elemento estresante. Es decir que dicha evaluación, se realiza con mayor detalle en base a los materiales y habilidad que estén al alcance y conveniencia del sujeto, influyendo en la percepción para poder controlar el factor estresante (38).

Reevaluación. Surge durante todo el procedimiento que dura el factor estrés, siendo esta una evaluación constante del estrés, a lo largo de su desarrollo. Asimismo, el sujeto logra una correcta evaluación de sus herramientas para poder sobreponerse a las circunstancias cambiantes y estresantes, a través de la sintonización de la información obtenida en las evaluaciones previas (38).

2.2.1.3 Personal de enfermería y la presión laboral

A lo largo de las jornadas laborales, los profesionales de salud y afines, tienden a experimentar presiones, altas demandas laborales, sobrecargándose emociones intensas, en su mayoría debido a estar expuesto a demandas constantes en su centro de trabajo. Haciendo difícil realizar o desenvolverse de manera correcta en sus labores; ya que dichas condiciones sobrecargan a los expertos impidiendo sobreponerse a situaciones de estrés elevado, dando a lugar a

enfermedades, agotamientos en aspectos psíquico y emocional desencadenando diversos problemas en su salud (39).

El estrés es un peligro que puede repercutir negativamente en el bienestar integral de los trabajadores de diversas ocupaciones, en particular los del sector sanitario. Esto se debe al hecho de que sus ocupaciones conllevan la responsabilidad de asegurar la salud y la vida de los pacientes, lo que puede crear un entorno con altos niveles de estrés (40).

En ese sentido, el personal del área de enfermería, está expuesto a una sobrecarga en su centro de trabajo; siendo este un contratiempo vinculado a múltiples elementos intervinientes, como la falta de organización, acumulación de trabajo, poco personal de apoyo, entre otros. Por esos factores y la deficiente gestión de los hospitales, el ambiente suele ser a menudo agitado, conllevando a los profesionales a estar expuestos a situaciones que producen niveles exorbitantes de estrés (41).

2.2.1.4 Tipos de estrés laboral

Por la duración

Estrés Agudo. Considerada como respuesta de corta duración, así como una reacción de manera inmediata a lugares, contextos o situaciones consideradas como estresantes, que amenacen o sobrepasen su capacidad de resistencia o afrontamiento, con frecuencia surge en periodo efímeros (41).

Estrés Crónico. Caracterizados por un grado de estrés un poco más extenso y prolongado, llegando a durar entre semanas y en ocasiones suele llegar a años, siendo este tipo de estrés, un estado de características graves afectando la salud de las personas (42).

Según el impacto generado en la entidad u organización

Eustrés. Considerado como un tipo de estrés que beneficia al sujeto durante situaciones, donde dicho individuo se ve amenazado, siendo capaz de sobrellevar y sobreponerse a los estímulos, mejorando su capacidad autogenerándose motivaciones y sensación de éxito (43).

Distrés. Viene a ser un estrés perjudicial que desencadena una serie de reacciones que merman la capacidad de salir estoico frente a las situaciones que resultan una amenaza, abrumando y disminuyendo los recursos para poder enfrentar las amenazas (43).

Por el factor principal que desencadena el estrés.

Estrés postraumático. Considerado un trastorno que surge debido a las experiencias con un nivel alto de estrés, produciendo traumas en el individuo que en ocasiones manifiesta de forma inconsciente que afecta el adecuado proceso y realización de su vida diaria (44).

Tecnoestrés. Vinculado con la capacidad de adaptación; ya que este surge en determinados contextos, como un inesperado cambio en su ambiente de trabajos, a raíz de una familiaridad con las herramientas y tecnologías ya conocidas (45).

Razón de género. Es una respuesta a las diversas amenazas o presiones que experimenta una persona vinculada a su género. Con frecuencia asociadas a los dictámenes y convencionalismos establecidos por la sociedad con respecto a la cultura y el ambiente laboral, de tal manera que afecta a ambos sexos en diferente intensidad (46).

2.2.1.5 Consecuencias del estrés laboral

Las consecuencias del estrés se manifiestan de diferentes formas, siendo Buitrago et al. quienes lo señalan a continuación (47) :

Físicas. las manifestaciones físicas del estrés, son consideradas aquellas que repercuten directamente en el aspecto físico de la persona, evidenciando dolores, mareos, cefaleas, problemas

gastrointestinales, asimismo, en muchas de las personas que padecen estrés mostraron insomnios, dolores de los músculos, inclusive llega a complicar y generar enfermedades cardiovasculares (47).

Conductuales. A nivel comportamental se evidencio que muchos sujetos cambiaron su estilo de vida, así como costumbres en sus dietas, produciendo un declive en su rendimiento personal y laboral, aislándose de sus seres queridos y círculos sociales. De igual manera, muchos se refugian en el consumo de drogas y alcohol que le ofrece una falsa sensación de calma e insana creencia de relajación (47).

Cognitivas. Con respecto a las funciones cognitivas se ve disminuida la capacidad de atención, y dificultades para poder recordar y retener información. Afectando su percepción, generando pensamientos desfavorables mermando su capacidad de gestión de pensamiento y tomar decisiones (47).

Sociales. vinculadas a las repercusiones comportamentales; debido a una serie de desencadenamiento de aislarse de la sociedad, lo cual provoca un conjunto de sensaciones negativas en sus relaciones interpersonales, además de producir anhedonia en distintos aspectos de su vida (social, laboral, personal, familiar, etc.) (47).

Consecuencias para la empresa. Con frecuencia en el ambiente de trabajo, existe una inconsistencia que vuelve dicho ambiente en factor amenazante o estresantes para los colaboradores de la empresa, provocando ausentismo de los mismos, afectan la credibilidad de la organización. De igual manera, el estrés es un estado amenazador en el estado de salud y bienestar de los trabajadores, generando pérdidas económicas y la disminución de producción de la empresa (47).

2.2.1.6 Escala de medición del estrés laboral de enfermeras (Nursing Stress Scale)

Dimensiones del estrés laboral

Ambiente Físico. Está relacionada con el entorno o contexto material donde los trabajadores cumplen sus respectivas funciones. Estos entornos incluyen elementos como la distribución adecuada de espacios, la correcta iluminación, señalización y disposición de servicios básicos. Todos estos elementos influyen de manera integral en la percepción del trabajador y, por ende, en su rendimiento laboral (48).

Es importante destacar que las características físicas del ambiente de trabajo son un factor predominante e influyente en la productividad y el bienestar de los trabajadores, de esta manera un entorno de trabajo bien diseñado puede mejorar la moral, la satisfacción laboral y, en última instancia, la eficiencia (49)

El entorno físico incluye características como la iluminación; el diseño ergonómico que ayuda a prevenir problemas o complicaciones de salud relacionados al trabajo; los espacios y distribuciones que faciliten la comunicación y colaboración; la temperatura y ventilación; los niveles de ruido adecuados para no ocasionar distracciones innecesarias; y por último, los espacios para descanso que ayuden a reducir el estrés y mejorar la productividad de cada colaborador (50).

Ambiente Psicológico. Abarca el estado emocional en el que una persona se encuentra con respecto al ambiente laboral donde se desenvuelve, y que en casos negativos podría estar ocasionando problemas y repercusiones a la salud mental y emocional del trabajador (51).

La disponibilidad de recursos y el acceso a apoyo psicológico son factores clave en la creación de un ambiente psicológico favorecedor. Asimismo, también juega un rol importante la estabilidad emocional de cada persona, que contribuya a la capacidad de adaptarse y enfrentar problemáticas de manera eficaz y que no repercuta en su desempeño laboral.

Por otra parte, es importante que las organizaciones promuevan un balance adecuado entre el trabajo y la vida personal con la finalidad de contribuir a un ambiente psicológico positivo. Los empleados deben sentir que tienen tiempo para atender sus responsabilidades laborales y disfrutar de su vida fuera del trabajo; así como la valoración y reconocimiento del trabajo bien hecho basado en programas de recompensas que aumenten la motivación y la satisfacción laboral (52).

Ambiente Social. se refiere a la calidad de las interacciones y relaciones entre los empleados dentro de un entorno laboral, de esta forma las interacciones positivas y asertivas pueden contribuir a un mejor desempeño laboral, basado en un óptimo trabajo en equipo y la práctica de una comunicación asertiva que reduzca el riesgo de crear ambientes tóxicos y conflictivos (48).

Un ambiente social positivo fomenta la colaboración en lugar de la competencia excesiva, cuando los empleados se sienten apoyados y trabajan juntos hacia objetivos comunes, se fortalece la cohesión social y crea un ambiente donde los empleados se sienten libres de expresar sus opiniones y recibir retroalimentación de manera constructiva promueve la confianza (53).

También abarca los aspectos de respeto e inclusión; que promueva la igualdad y cree espacios donde todos los empleados se sientan respetados y valorados, generando un ambiente empático, fortaleciendo la moral y la conexión entre los miembros de cada equipo de trabajo.

2.2.2 Estrategias de Afrontamiento

2.2.2.1 Definiciones

Son los esfuerzos cognitivos y conductuales que las personas utilizan para hacer frente a situaciones estresantes, desafiantes o difíciles en sus vidas, en otras palabras, estas estrategias están destinadas a gestionar las emociones, reducir el estrés y mejorar la adaptación a las circunstancias adversas (54).

Estas estrategias pueden ser diversas y varían según las personas y las situaciones, estas también dependen de la experiencia que cada persona adquiere en base a determinadas situaciones que exigen actitudes resolutivas y que ayudan a desarrollar habilidades saludables de afrontamiento mejorando la resiliencia frente a los desafíos que se presenten (55).

2.2.2.2 Teoría de estrés y afrontamiento

Es un marco conceptual que se centra en cómo las personas manejan el estrés y enfrentan las situaciones difíciles en sus vidas. Richard Lazarus y Susan Folkman desarrollaron esta teoría en la década de 1980, y ha sido influyente en el campo de la psicología y la salud mental (38).

Esta teoría abarca conceptos clave como: la evaluación primaria ocurre antes de afrontar una situación, para determinar si el estímulo percibido es estresante o amenazante, teniendo en cuenta la relevancia y el significado personal de la situación. Luego tenemos la evaluación secundaria, donde se evalúan los recursos y habilidades para hacer frente a la situación, considerando la capacidad de controlar o influir en la situación. Por último, el afrontamiento referido a la elección de las estrategias más adecuadas según las evaluaciones realizadas anteriormente; en base a ello se evaluarán los resultados que influye en la percepción de estrés y la adaptación a la situación (56).

Es así que esta teoría ha sido aplicada en una variedad de entornos, dentro de las cuales está la psicología de la salud y la investigación sobre el estrés laboral, ya que proporciona un marco útil para comprender cómo las personas responden a las demandas y desafíos de la vida, y cómo pueden desarrollar habilidades efectivas de afrontamiento.

2.2.2.3 La teoría de afrontamiento (Inventario COPE)

La propuesta está basada en el modelo de Lazarus y Folkman, quienes afirmaron que la capacidad para sobreponerse de los individuos se debe alejar de la respuesta emocional y enfocarse en la situación problemática, dicha discriminación, les permitió identificar 13 indicadores de afrontamiento, distribuidos en subindicadores, enfocados directamente en el problema. Las mismas fueron identificadas como planeación o planificación, afrontamiento activa. Estas se clasificaron como planeación o planificación, afrontamiento activo, restricción, anulación de la competencia y apoyo social. Además, sugieren que la efectividad del afrontamiento depende de la adaptabilidad de las estrategias utilizadas a la naturaleza y demandas específicas del estresor o situación estresante; también enfatiza la importancia de la evaluación cognitiva en el proceso de afrontamiento, lo cual influye en los resultados emocionales y conductuales de la persona (57). Para evaluar las estrategias mencionadas, se creó el inventario COPE, el cual ha sido expandido recientemente para incorporar adicionalmente 2 escalas: uso de sustancias y humor (58).

2.2.2.4 Estrategias para enfrentar el estrés en el personal sanitario

El personal de salud a menudo enfrenta situaciones desafiantes y estresantes en su trabajo diario. Las estrategias de afrontamiento son herramientas importantes para ayudarles a lidiar con el estrés y mantener un bienestar emocional y físico, algunas de estas estrategias son (59):

La proactividad: se trata de la habilidad para adelantarse y actuar de manera proactiva, anticiparse a los acontecimientos y actuar de manera anticipada para lograr resultados deseados. Esta característica implica asumir el control de la propia vida, tomar decisiones conscientes y responsabilizarse de las acciones y consecuencias.

El autocuidado: abarca una variedad de prácticas y hábitos que las personas adoptan para mantener y mejorar su salud física, mental y emocional. Se trata de acciones deliberadas y

conscientes que buscan promover el bienestar general y prevenir el agotamiento. El autocuidado es esencial para mantener un equilibrio saludable en la vida cotidiana y enfrentar los desafíos de manera más efectiva.

La adaptación: es la capacidad de ajustarse y responder de manera efectiva a cambios en el entorno, situaciones nuevas o desafíos. Esta capacidad es fundamental para el desarrollo óptimo de los profesionales de salud y puedan ejercer sus funciones en distintos entornos y centros de salud a los que son asignados.

Significado y responsabilidad profesional: se refiere a la importancia y propósito que encuentran en su trabajo; para muchos profesionales de la salud, la vocación y la dedicación a cuidar de otros proporcionan un sentido profundo de significado.

Estas estrategias de afrontamiento abarcan una serie de actividades que, de forma dinámica se combinan e integran para favorecer el desempeño laboral de cada trabajador. Permitiendo así el autoconocimiento y un adecuado desenvolvimiento profesional (59).

2.2.2.4 Características de las estrategias de afrontamiento

La clasificación fue realizada por Vázquez et al. (60) expresadas de la siguiente forma:

Según el Procedimiento de demanda

- Irrelevante: se considera así, en el momento que el estímulo no involucra un riesgo que afecte el confort psicológico y social del individuo, ocasionando la nula reacción física que lo active.
- Relevante: Se considera importante cuando el estímulo supone un riesgo mayor que provoca una reacción de alerta; ya que este significa un factor que afecte el confort del sujeto.

Según la evaluación

- E. primaria: Realiza evaluaciones aspectos principales y superficiales sobre es estímulo actual.
- E. secundaria: Se realiza una evaluación de la situación considerándola como una amenaza para el bienestar, dando comienzo a un procedimiento en el que se reconocen los recursos para afrontar las exigencias del entorno. De este modo, se lleva a cabo un análisis del respectivo suceso que se clasificaría como un riesgo o peligro.

2.2.2.5 Escala COPE-28 de Estrategias de afrontamiento

Dimensiones de la escala

E. enfocados en la problemática. Este se aboca a la identificación y la resolución el estrés desde la fuente principal; ya que su objetivo es apaciguar y sobrellevar el problema de manera dinámica, involucrando un frado de planeación y frotación eficiente (61).

Asimismo, están direccionados a dirigir y resolver cualquier inconveniente o problema que amenace el confort del individuo. Involucra la modificación de los pensamientos, denominado plasticidad cerebral, con el fin de obtener respuestas positivas, de igual modo, asume la intervención de medidas específicas y enfocadas en evaluar las razones que conllevan al problema y a partir de ello, establecer soluciones (62).

Se puede conceptualizar como una actitud o conducta que involucra el esfuerzo para poder hacerle frente al estrés, cuya finalidad es desaparecer sus consecuencias y dirigir las hacia una conducta con resultados positivos (63).

E. enfocado en la emoción. Involucra la disminución de las respuestas basadas en las reacciones físicas y emocionales, dicha dimensión pretende otorgar al individuo recursos para poder mitigar el malestar seguido por las emociones, las cuales comprende la regulación de las

emociones, aceptación, una autopercepción favorable e incluso puede apegarse a las creencias y religiones del sujeto (61).

De igual forma, dicha dimensión representa un valor agregado muy alto, en el afrontamiento de los individuos a las vicisitudes de su entorno, puesto que se centra en la constante búsqueda de un soporte o apoyo, a partir de una cadena o red en la cual el sujeto estará exhortado a refugiarse y recibir comprensión y apoyo en situación de estrés. Asimismo, dicho grupo permitirá la apertura de sus emociones conllevando a una comunicación mucha más eficaz (62).

De igual manera, ayudará que los individuos sean capaces de disminuir y eliminar cualquier adversidad que se les presente, provocando una actitud estoica frente problemas de un enfoque mucho más emocional (63).

E. enfocado en la evitación del problema. Centrado en la evitación marcada por el individuo a hacerle frente a las vicisitudes adversas, para que organice sus recursos, dejando de lado el aprovechamiento de enfrentar el problema, provocando inconvenientes en su capacidad para poder adaptarse, recayendo en problemas para poder gestionar sus recursos, mientras que las situaciones de estrés sobrepasan las mismas, por lo que se ven involucrado en actividades que hagan olvidar la tensión de la situación (64).

También conocido como Escape-Evitación, la cual se vincula con la desconexión del problema y su entorno, en ocasiones disimula con el humor, o se refugia en el consumo de sustancias o distracciones que hagan olvidar el momento tenso o situación adversa (65).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis

Hipótesis Alterna

Existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023.

Hipótesis Nula

No existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023.

Hipótesis específicas 1

- Hi: existe relación entre ambiente físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.
- Ho: no existe relación entre ambiente físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

Hipótesis específicas 2

- Hi: existe relación entre ambiente psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.
- Ho: no existe relación entre ambiente psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

Hipótesis específicas 3

- Hi: existe relación entre ambiente social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.
- Ho: no existe relación entre ambiente social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

El presente estudio uso el método hipotético deductivo. Según Hernández et al. (66) este método se enfoca principalmente en la hipótesis del estudio y la deducción de conclusiones a partir de los resultados obtenidos.

3.2. Enfoque de la investigación

La investigación fue cuantitativa; puesto que centró en la recolección y estudio de cifras y datos cuantificables que ayuden a entender, describir y explicar fenómenos y problemáticas sociales (67).

3.3. Tipo de investigación

La investigación fue de tipo aplicada, porque busca resolver problemas prácticos y mejorar los procesos, productos o políticas específicas. Se busca aplicar el conocimiento teórico para abordar y solucionar problemas concretos en contextos reales (68).

3.4. Diseño de la investigación

El diseño fue no experimental; pues no se manipuló ninguna variable, de alcance descriptivo-correlacional ya que se busca encontrar la relación entre dos variables, ninguna hace el papel de causa efecto (66). El corte fue transversal porque se da en una misma de tiempo.

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1 Población

La población es el grupo completo de individuos que presentan características en común y las cuales son foco de estudio en una determinada investigación (69). La población del presente

estudio estuvo compuesta por un total de 290 trabajadores del personal de enfermería del Hospital Goyeneche.

3.5.2 Muestra

3.5.2.1. Criterios de inclusión

Los criterios para incluir a los participantes en la muestra son:

- Profesionales de enfermería que acepten participar en el estudio y firmen el consentimiento informado.
- Profesionales de enfermería de ambos sexos.
- Profesionales de enfermería con contrato CAS y nombrados.
- Profesionales de enfermería con 3 meses de trabajo en el servicio.

3.5.2.2. Criterios de exclusión

- Profesionales de enfermería que no acepten participar en el estudio
- Profesionales de enfermería que se encuentren de licencia y vacaciones.
- Profesionales de enfermería que se encuentren en modalidad especialidad.

$$n = \frac{N * Z_a^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_a^2 * P * Q}$$

Donde:

n = tamaño de la muestra.

Za2 = nivel de confianza deseado.

p = proporción de la población con la característica deseada (éxito).

q = proporción de la población sin la característica deseada (fracaso).

d = error máximo admisible en términos de proporción (precisión)

N = tamaño de la población.

A partir de:

Nivel de confianza = 0.95

Margen de error = 0.05

Tamaño de la población = 290

De esta forma, se calcula:

$$n = \frac{290 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (290 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 166$$

La muestra estuvo compuesta por 166 enfermeras del Hospital de Goyeneche.

3.5.3. Muestreo

Se utilizó el muestreo probabilístico aleatorio simple, ya que todos los participantes de la muestra tienen la misma probabilidad de ser seleccionados, no se manipula de acuerdo a los intereses del investigador. Por medio de la aplicación de la fórmula estadística se obtuvo la cantidad para la muestra (70).

3.6. Variables y operacionalización

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición	Escala Valorativa
Estrés Laboral	Resulta una respuesta física y emocional a situaciones estresantes en el entorno de trabajo y que puede ser ocasionado por diversos factores (71)	Es considerado el estado de tensión presente en el entorno de trabajo, lo cual será medido a través de tres dimensiones (ambiente físico, ambiente psicológico, ambiente social), con una escala valorativa de bajo, medio y alto.	Ambiente Físico	Carga de Trabajo	Ordinal	Bajo (0-34) Medio (35-68) Alto (69-102)
			Ambiente Psicológico	Muerte y sufrimiento.		
				Preparación insuficiente		
				Falta de apoyo.		
			Ambiente Social	Incertidumbre respecto al tratamiento		
				Problemas con los médicos		
Problemas entre los profesionales de enfermería						
Estrategias de Afrontamiento	Son técnicas y enfoques que las personas desarrollan y utilizan para poder hacer frente a situaciones estresantes o de difícil solución (29).	Se refiere a las habilidades que ayudan a manejar el estrés o situaciones conflictivas, lo cual será medido a través de tres dimensiones (estrategias centradas en el problema, en la emoción y en la evitación), con una escala valorativa de bajo, medio y alto.	Estrategias centradas en el problema	Afrontamiento activo	Ordinal	Bajo (0-28) Medio (29-56) Alto (57-84)
				Planificación		
			Estrategias centradas en la emoción	Apoyo emocional		
				Apoyo instrumental		
				Reinterpretación positiva		
				Aceptación		
				Religión		
			Estrategias centradas en la evitación del problema	Desconexión conductual		
				Desahogo		
				Uso de sustancias		
				Humor		
				Autodistracción		
				Negación		
Autoinculpación						

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

La técnica utilizada en la presente investigación fue la encuesta, para Ñaupas et al. Estas consisten en el uso de preguntas o enunciados estructurados con el objetivo de recopilar datos; asimismo, las encuestas pueden variar en términos de formato, contenido y método de administración.

Basado en ello se utilizó la escala que permita medir el nivel de estrés del personal de enfermería (Escala de Estrés de enfermería) y un cuestionario enfocado en las estrategias para afrontar el estrés (COPE)

3.7.2. Descripción de instrumentos

Escala de estrés laboral (Nursing Stress Scale)

El instrumento evalúa el estrés que presentan las enfermeras en el entorno donde desarrollan sus determinadas actividades y funciones. Está compuesto por un total de 34 ítems distribuidos en tres dimensiones: el ambiente físico, psicológico y social (71).

Para calificar y puntuar la escala se hace uso de la escala Likert, utilizando puntajes del 0 al 3 de la siguiente manera: Nunca (0), alguna vez (1), frecuentemente (2) y siempre (3). Para determinar los niveles, se realizará la suma de los ítems por cada dimensión, y se utilizó la siguiente baremación:

NIVELES	A. FÍSICO	A. PSICOLÓGICO	A. SOCIAL	ESTRÉS
Bajo	0-8	0-20	0-6	0-34
Medio	9-16	21-40	7-12	35-68
Alto	17-24	41-60	13-18	69-102

COPE-28 de Estrategias de afrontamiento

Este dispositivo se dedica a valorar las maneras de afrontar el estrés y está compuesto por 28 ítems, que componen 3 dimensiones: estrategias de afrontamiento en el problema, en la emoción y en la evitación del problema.

Las calificaciones se asignan por medio de la escala Likert, utilizando puntajes que van de 0 a 3; denominadas de la siguiente forma: Nunca lo hago (0), lo hago un poco (1), lo hago bastante (2) y siempre lo hago (3) (72).

Los niveles y puntajes respectivos se encuentran detallados en el cuadro:

Niveles	E. enfocadas en el problema	E. enfocadas en la emoción	E. enfocadas en la evitación del problema	E. de afrontamiento
Bajo	0-14	0-4	0-10	0-28
Medio	15-28	5-8	11-20	29-56
Alto	29-42	9-12	21-30	57-84

3.7.3. Validación

a) Validación de contenido:

La validación del instrumento Nursing Stress Scale (NSS) por Porcel et al. en el año 2020, con 34 ítems (NSS-34) se llevó a cabo a través de un análisis factorial confirmatorio (CFA) y un análisis factorial exploratorio (EFA). La carga factorial osciló entre 0.932 para los ítems, y la prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa ($p < 0.001$). Estos resultados indican que la NSS-34 tiene una estructura factorial robusta y una alta consistencia interna, lo que valida su uso para medir el estrés en enfermeras (73).

En el Perú, la validación del inventario COPE-28, fue dada por juicio de expertos, conformado por profesionales de psiquiatría, psicología y enfermería en 2022 (74).

b) Validación de constructo:

El análisis factorial del instrumento de 28 ítems del COPE-28 se llevó a cabo para determinar su estructura interna y validez, obteniendo un KMO de .960 lo cual indica que el instrumento es adecuado para su uso (74).

Tabla 1 Validación estadística del estrés y las estrategias de afrontamiento

<i>Prueba de KMO y Bartlett</i>	<i>Estrés laboral</i>	<i>Estrategias de afrontamiento</i>
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo	0.932	0.96
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado gl Sig.	1.836 143 ,000

En la tabla 1 se muestra la validez estadística de los instrumentos, donde se aprecia que los valores de KMO son mayores a .90, lo cual confirma la validez de los instrumentos para su aplicación.

3.7.4. Confiabilidad

En la tabla 2, los resultados siguientes fueron en base a la prueba piloto que se realizó se realizó con una muestra de 201 enfermeras, ello fue antes de llevar a cabo la recolección final de la muestra general, por otro lado, para el instrumento de estrategias de afrontamiento se realizó el Alpha a 530 personas en el estudio realizado en la población peruana. La confiabilidad se refiere a la consistencia y estabilidad de las medidas obtenidas a través de un instrumento de medición (75).

Los resultados del cuestionario de estrés laboral fueron aceptables bajo el coeficiente alfa de 0.917 (73) Por otro lado, para las estrategias de afrontamiento se identificaron parámetros

adecuados de 0.70 (74), por lo tanto, los instrumentos evidenciaron que poseen un menor margen de error.

Tabla 2

Confiabilidad estadística del estrés laboral y las estrategias de afrontamiento

Variables	α
Estrés laboral	.917
Estrategias de afrontamiento	.70

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Se gestionó la autorización requerida, con la finalidad de que los cuestionarios puedan ser ejecutados y administrados en los colaboradores del área de enfermería de la Institución Hospitalaria Goyeneche. Posterior a ello, se realizaron los procesos para sintetizar y sistematizar la información recopilada, continuando con la asignación de códigos en una sábana de Excel; ya que dicha codificación será derivada a una hoja de cálculo del SPSS v.25, donde se ejecutaron los análisis descriptivos para conocer los niveles y grados de las variables, asimismo se aplicó una prueba de normalidad para poder establecer la prueba de correlación y poder llevar a cabo la contratación de hipótesis propuesta, todos los datos que se analizaron fueron expresados a través de tablas y gráficos.

3.9. Aspectos éticos

Los principios éticos que el estudio tomo en cuenta son los siguientes:

Respeto por la autonomía

Una persona es libre de tomar sus propias decisiones sin coacción, restricción, presión o interrupción en relación con sus creencias o valores antes de ser objeto de injerencias (75).

La justicia

Los recursos sanitarios deben distribuirse de forma justa y equitativa, de acuerdo con el principio fundamental de que todos los seres humanos son iguales en dignidad y derechos (76).

La beneficencia

Vela por el bienestar de los demás protegiendo a terceros de posibles daños. Se esfuerza por ofrecer servicios para los problemas de salud de las personas que buscan atención médica (75).

La no maleficencia

Principio básico para evitar abusos en perjuicio de terceros. Normas más estrictas que la obligación de suscribir un seguro (77).

El modelo de bioética más desarrollado es el esbozado por la Comisión Nacional para la Protección de los Sujetos Humanos de la Investigación Biomédica y Bioconductual en 1978, recogido en el Informe Belmont de 1978. Este documento identificó inicialmente tres principios que deben guiar cualquier intervención de investigación en seres humanos: Beneficencia, respeto a la autonomía del individuo y justicia. Posteriormente, desde este comité nacional, uno de sus miembros, Tom Beauchamp, junto con el experto en ética biomédica James Childress, añadieron un cuarto principio, el de no maleficencia, que se aplica a toda la asistencia sanitaria (77).

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS**4.1. Resultados****4.1.1. Análisis descriptivo de resultados****Prueba de normalidad:**

Antes de presentar la prueba de hipótesis, se debe saber el tipo de prueba estadística (paramétrica o no paramétrica) se utilizará. Para ello, se comprobó la normalidad de los resultados mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar si sus resultados son normales (paramétrica) o anormales (no paramétrica).

1. Plantear la hipótesis nula (H_0) y la hipótesis alterna (H_1)

H_0 = Existe una distribución normal.

H_1 = No existe una distribución normal.

Tabla 3 Prueba de normalidad K-S

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Estrés laboral	,201	166	,000
Estrategias de afrontamiento	,184	166	,000

Nota. Elaboración propia

2. Determinar el grado de significancia, se sigue un nivel de significancia de 0.05:

Si $\text{sig} > 0,05 \rightarrow$ Se acepta la hipótesis nula.

Si $\text{sig} < 0,05 \rightarrow$ Se rechaza la hipótesis nula.

Interpretación

En la Tabla 2 se muestra el resultado de la prueba de normalidad para las variables. Se empleó el estadístico de Kolmogorov-Smirnov debido al tamaño de la muestra, que supera los 50 individuos. Se observa que el nivel de significancia para el estrés laboral es de .000, y para la

variable estrategia de afrontamiento también es de .000. Estos valores son inferiores a 0.05, lo que indica que los datos de ambas variables no siguen una distribución normal. Por lo tanto, se decide utilizar el estadístico de Spearman para analizar la relación entre las variables objeto de estudio.

4.1.2. Prueba de hipótesis

H0: No existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023.

H1: Existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023.

Tabla 4 Correlación Estrés Laboral y Estrategias de Afrontamiento

		Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Estrés laboral	Coefficiente de correlación ,713**
		Sig. (bilateral) ,000

Nota. Elaboración propia

En la Tabla 3 se presenta la relación entre el "estrés laboral" y los "estrategias de afrontamiento". Se obtuvo un valor de significancia de 0.000 para estas variables. Dado que este valor es menor que 0.05, se rechaza la hipótesis nula (H0) y se acepta la hipótesis alternativa (H1). Esto sugiere la existencia de una relación positiva y moderada entre las variables 1 y 2.

Contrastación de hipótesis específica 1

Hipótesis nula (H0): No existe relación entre el ambiente físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

Hipótesis alternativa (H1): Existe relación entre el ambiente físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

Tabla 5 Relación entre la dimensión ambiente físico y estrategias de afrontamiento

		Estrategias de afrontamiento	
		Coefficiente de correlación	,633**
Rho de Spearman	Ambiente Físico	Sig. (bilateral)	,000

Nota. Elaboración propia

En la Tabla 4 se evidencia la relación entre la dimensión ambiente físico y la variable "estrategias de afrontamiento", con un coeficiente de relación de .633 y un nivel de significancia de .000. Este valor, siendo inferior a 0.05 (valor p), confirma la existencia de una relación significativa entre la dimensión del ambiente físico y las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería.

Contrastación de hipótesis específica 2

Hipótesis nula (H0): No existe relación entre ambiente psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

Hipótesis alternativa (H1): Existe relación entre ambiente psicológico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

Tabla 6 Relación entre la dimensión ambiente psicológico y estrategias de afrontamiento

		Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Ambiente psicológico	Coefficiente de correlación ,688**
		Sig. (bilateral) ,000

Nota. Elaboración propia

En la Tabla 5 se analiza la relación entre la dimensión ambiente psicológico del estrés laboral y la variable de estrategias de afrontamiento, revelando un coeficiente de correlación de .688 y un nivel de significancia de .000, lo cual es menor que 0.05 (valor p). Esto confirma la existencia de una relación significativa entre la dimensión del ambiente psicológico y la variable de estrategias de afrontamiento.

Contrastación de hipótesis específica 3

Hipótesis nula (H0): No existe relación entre ambiente social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

Hipótesis alternativa (H1): Existe relación entre ambiente social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.

Tabla 7 Relación entre la dimensión ambiente social y estrategias de afrontamiento

		Estrategias de afrontamiento	
Rho de Spearman	Ambiente social	Coefficiente de correlación	,715**
		Sig. (bilateral)	,000

Nota. Elaboración propia

En la Tabla 6 se evidencia la relación entre la dimensión correspondiente y variable analizada, con un coeficiente de correlación de .715 y un nivel de significancia de .000. Este valor es menor que 0.05 (valor de p), lo que confirma la presencia de una relación significativa entre la dimensión "ambiente social" y la variable "estrategias de afrontamiento".

4.1.3. Discusión de resultados

El objetivo de este estudio fue determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento, desde la perspectiva del personal de enfermería del Hospital Goyeneche, en Arequipa durante el año 2023. Para ello, se realizaron encuestas entre el personal de enfermería, con el fin de recopilar información sobre sus niveles de estrés, las estrategias de afrontamiento que utilizan y cómo estas estrategias se relacionan entre sí. Basándose en la información proporcionada anteriormente, se delineó el objetivo principal del estudio utilizando el índice de correlación de Spearman. Los datos recopilados revelaron un nivel de significancia de .000, lo que indica una relación estadísticamente significativa entre las variables de estrés laboral y estrategias de afrontamiento. Además, se observó un nivel de correlación, representado por Rho de Spearman, de .713. Esto sugiere una relación positiva entre el nivel de estrés laboral y las estrategias de afrontamiento empleadas por el personal de enfermería del Hospital Goyeneche. En otras palabras, a medida que aumenta el nivel de estrés laboral, también tiende a aumentar la utilización de estrategias de afrontamiento.

Este hallazgo se respalda por los resultados obtenidos por Ortiz y Fuentes (14), quienes llevaron a cabo una investigación similar y demostraron la existencia de una relación significativa entre las variables mencionadas. Se llega a esta conclusión ya que el coeficiente de correlación de Spearman de 0.436 indica una correlación positiva moderada. Este resultado se refleja en un valor de p igual a 0.000, lo que denota una significancia estadística alta. De igual manera, Paucar et al. (29), en su estudio sobre la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el centro quirúrgico del Hospital Regional Hermilio Valdizán. No obstante, en la investigación llevada a cabo por Valdez et al. (10) en el análisis correlacional de Pearson realizado no se reveló una asociación estadísticamente significativa entre el nivel de estrés

y las estrategias de afrontamiento ($p = .067$). Asimismo, Mendoza y Panta (13) revelaron que no existe relación entre las variables obteniendo un valor de $p=0.140$, lo cual supera el umbral de 0.05, indicando así que la correlación no es estadísticamente significativa. No se encontraron estudio que discrepan de los descubrimientos obtenidos en la actual investigación. Este hallazgo sugiere que existe una relación positiva entre el nivel de estrés laboral y el uso de estrategias de afrontamiento por parte del personal de enfermería del Hospital Goyeneche. En otras palabras, a medida que se incrementa el nivel de estrés laboral, también tiende a aumentar la utilización de estrategias de afrontamiento. Esta relación puede ser crucial para comprender cómo los trabajadores de enfermería enfrentan y gestiona el estrés en su entorno laboral, lo que puede tener implicaciones importantes para su bienestar y desempeño laboral.

En relación al primer objetivo específico, se obtuvo un nivel de significancia de .000 y un cociente de relación de .633. lo cual refiere que existe una relación entre la dimensión del estrés laboral con las estrategias de afrontamiento. Los resultados obtenidos tienen relación con lo obtenido por Melgarejo y Crisanto (30) quienes en su estudio relacionaron la dimensión ambiente físico con las estrategias de afrontamiento en profesionales del área de enfermería, demostrando que existe una relación entre ellas, por medio de un p valor de .041. Del mismo modo, Huallpa y Ortiz (33) realizaron un estudio, donde evidenciaron que el ambiente físico se relaciona con la estrategias de afrontamiento del personal de enfermería, obteniendo un nivel de significancia de .038. asimismo, no se encontraron estudios que nieguen o refuten la relación entre el ambiente físico y las estrategias de afrontamiento. Se puede inferir que la relación entre la dimensión del estrés laboral y las estrategias de afrontamiento, particularmente en relación con el ambiente físico, sugiere que el estrés en el área y las condiciones en que trabajan los profesionales de enfermería puede aumentar significativamente en las estrategias que utilizan para enfrentar el estrés laboral,

resaltando la importancia de un entorno de trabajo favorable para promover estrategias efectivas de afrontamiento.

Para el segundo objetivo específico, se determinó un cociente de correlación de .688, con un nivel de significancia de .000, que es menor que 0.05 (valor p). Estos resultados confirman la presencia de una relación significativa entre la dimensión del ambiente psicológico y la variable de estrategias de afrontamiento. Este hallazgo es contrastado por los resultados obtenidos por Eneque (31) quien llevo un estudio de características similares, encontró una relación entre el ambiente psicológico y la estrategias de afrontamiento ($\rho = -.400$; $p = .004 < 0.05$). Esto indica que las características psicológicas individuales que influyen en la manera en que una persona responde y piensa frente a situaciones estresantes, con el objetivo de adaptarse al entorno en el que se encuentra. De igual forma, Huallpa y Ortiz (33) concuerdan con el hallazgo obtenido, confirmando la relación entre el ambiente psicológico con las estrategias de afrontamiento, obteniendo un nivel de significancia de .048. por ello, se infiere que el personal de enfermería emplea estrategias de afrontamiento por aproximación, como el análisis lógico, la revalorización positiva, la búsqueda de apoyo y orientación, así como la resolución de problemas. Esto implica que el personal de enfermería emplea estrategias de afrontamiento cuando enfrentan situaciones estresantes en su entorno laboral con respecto al entorno psicológico. También sugiere que el estado emocional y cognitivo del entorno laboral guarda relación con las formas en que los profesionales de enfermería enfrentan y gestionan el estrés.

El tercer objetivo específico arrojó un valor de 0.715 con un nivel de significancia de 0.000, indicando una correlación significativa entre la dimensión "ambiente social" y la variable "estrategias de afrontamiento". Coincidiendo con los hallazgos de Melgarejo y Crisanto (30) quienes indican que se identificó una relación significativa entre la dimensión ambiente social y

las estrategias de afrontamiento en profesionales de enfermería. Hallándose un nivel de significancia de 0.012, que es menor que 0.05, lo que lleva a confirmar la relación entre la dimensión y la variable. Igualmente, Eneque (31) encontró que los factores vinculados al entorno social muestran una relación con las estrategias de afrontamiento ($\rho = -.411$; $p = .021$). Estos hallazgos respaldan la idea de que el ambiente social del estrés laboral tiene una vinculación con las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería. Asimismo, no se evidenciaron estudios que afirmen lo contrario o que contradigan estos resultados. La relación significativa entre el ambiente social y las estrategias de afrontamiento en el contexto laboral de los profesionales de enfermería indica que un entorno de trabajo positivo, caracterizado por el apoyo entre colegas y un clima laboral saludable, se correlaciona con el uso de estrategias de afrontamiento más efectivas ante el estrés. En consecuencia, se sugiere promover un ambiente laboral positivo y proporcionar programas de capacitación en habilidades de afrontamiento para mejorar el bienestar y la resiliencia del personal de enfermería.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

PRIMERA: Existe una relación positiva alta entre el estrés laboral y la Estrategia de afrontamiento en los profesionales de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023, se observa que existen situaciones del día a día que han originado un aumento en el estrés laboral, lo que ha provocado que los profesionales de enfermería establezcan mecanismos y estrategias de afrontamiento para hacer frente a esas situaciones consideradas estresantes.

SEGUNDA: Existe relación positiva alta entre la dimensión ambiente físico y las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería. Esta asociación indica que algunas situaciones relacionados al ambiente físico como : interrupciones frecuentes en la realización de tareas, pasar temporalmente a otros servicios por falta de personal, no tener tiempo suficiente para realizar todas las tareas de enfermería, falta de personal para cubrir adecuadamente un servicio, no tener tiempo suficiente para dar apoyo emocional al paciente, contribuyen a una carga laboral que ocasiona estrés por lo que la aplicación de estrategias de afrontamiento son necesarias para equilibrar esta asociación y mejorar el desempeño laboral.

TERCERA: Existe una relación positiva alta entre la dimensión ambiente psicológico y las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería. Esta asociación sugiere diversos factores en el ambiente psicológico como: Ver a un paciente sufrir, miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería, sensación de sentirte no preparado para ayudar emocionalmente a un paciente, la mala comunicación entre compañeros de trabajo para hablar abiertamente sobre los

problemas, ausencia el médico tratante, entre otras, en el lugar de trabajo, aumenta la probabilidad de que el personal de enfermería utilice ciertas estrategias de afrontamiento.

CUARTA: Existe relación positiva alta entre la dimensión ambiente social y las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería. Esta asociación indica que a medida que existan problemas entre los compañeros de trabajo en el equipo multidisciplinario, así como los jefes, coordinadores o supervisores mejora el ambiente social en el lugar de trabajo, serán necesarias aumentar la utilización de ciertas estrategias de afrontamiento para disminuir el estrés laboral en el personal de enfermería del hospital.

5.2. Recomendaciones

PRIMERA: Se recomienda a los gestores del hospital, incluyendo al director, jefatura de enfermería y área de salud ocupacional, establecer programas regulares de capacitación y talleres sobre manejo del estrés y técnicas de afrontamiento. Estos programas deben incluir una escucha activa de los profesionales de enfermería para identificar y abordar situaciones estresantes en el entorno laboral. Además, se sugiere implementar programas de apoyo psicológico y autocuidado para fortalecer los recursos y habilidades del personal en la gestión del estrés.

SEGUNDA: Se propone a los gestores del hospital organizar la reubicación del personal según sus especialidades para asegurar que desempeñen roles acordes a su formación profesional. Es fundamental coordinar con el director del hospital para garantizar la adecuada dotación de personal que cubra las necesidades de los servicios. Asimismo, se recomienda reforzar o redistribuir funciones para evitar que el personal de enfermería realice tareas administrativas que afecten la atención directa a los pacientes. Se propone asignar recursos para mejorar la calidad de las instalaciones y proporcionar equipos ergonómicos adecuados.

TERCERA: Se propone a los gestores del hospital establecer un protocolo conjunto de atención con el área de psicología y asistente social. Este protocolo debe incluir una evaluación universal de riesgo psicosocial tanto para pacientes como para el personal de enfermería, con énfasis en las áreas de alto estrés laboral. Además, se recomienda capacitar al personal de salud en salud mental y manejo del estrés, enfocándose en mejorar la atención humanitaria hacia los pacientes en el ámbito psicológico.

CUARTA: En colaboración con los gestores del hospital, se sugiere realizar evaluaciones psicológicas periódicas para todo el personal de enfermería, no solo como parte de un protocolo prevacacional, sino como una medida continua para identificar y prevenir enfermedades mentales

relacionadas con el estrés laboral. Además, es fundamental implementar programas de capacitación en salud mental y manejo del estrés. Se insta a las jefaturas de cada servicio a desarrollar proyectos para implementar horarios diarios específicos que permitan la aplicación de estrategias de afrontamiento al estrés, como métodos de relajación o pautas activas. Estos horarios deben adaptarse a las actividades laborales y deben involucrar a todos los trabajadores. Además, es crucial promover la cooperación y el trabajo en equipo para ofrecer apoyo mutuo entre los empleados, así como fomentar factores que promuevan la salud dentro del entorno laboral. Se enfatiza la importancia de cultivar conductas, actitudes y valores organizativos que contribuyan a un estilo de vida saludable.

5. REFERENCIAS

1. Brito J, Nava M, Juárez A. Escala de estrés percibido en estudiantes de odontología, enfermería y psicología: validez de constructo. *Revista ConCiencia EPG*. 2019; 4(2): p. 42-54.
2. Calle L, Ramírez A. Prevalencia del estrés laboral en el personal de enfermería del área de UCI en neonatos y adultos: revisión bibliográfica. *ConcienciaDigital*. 2023; 6(1.2): p. 67-78.
3. Brito J, Nava G, Patlán J, Contreras M. Validez psicométrica de la escala de estrés psicológico en personal de enfermería en el norte de México. *Academia Journals*. ; 2: p. 299-304.
4. Tapia M, Rich M. El Entorno laboral y la nutrición del personal de enfermería en áreas hospitalarias. *Vive Revista de Salud*. 2021; 4(11): p. 32-59.
5. Organización Mundial de la Salud. Estrés. [Online].; 2023 [cited 2023 diciembre 19]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>.
6. Organización Mundial de la Salud. La OMS y la OIT piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo. [Online].; 2022 [cited 2023 diciembre 19]. Available from: <https://www.who.int/es/news/item/28-09-2022-who-and-ilo-call-for-new-measures-to-tackle-mental-health-issues-at-work>.
7. Kao T, Ko S, Chen P, Wu Y, Liang F. Trend Analysis of Palliative Care Utilization in Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease During

- Hospitalization from 2007 to 2018 in Taiwan. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*. 2023 diciembre; 2023: p. 3015—3026.
8. Organización Panamericana de la Salud. Campaña "Juntos más fuertes" destaca la importancia del apoyo psicosocial en momentos de estrés y crisis. [Online].; 2020 [cited 2023 diciembre 19. Available from: <https://www.paho.org/es/noticias/27-7-2020-campana-juntos-mas-fuertes-destaca-importancia-apoyo-psicosocial-momentos-estres>.
 9. Ceballos P, Solorza J, Marín N, Moraga J, Gómez N, Segura F, et al. Estrés percibido en trabajadores de atención primaria. *Revista Ciencia y Enfermería*. 2019; 25.
 10. Valdez Y, Marentes R, Correa S, Hernadez R, Enriquez I, Quintana M. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*. 2022; 21(1): p. 248-270.
 11. Carreño S, Chaparro L, Cifuentes C, F P, Patiño E. Conocimientos, actitudes, prácticas, temor y estrés ante el Covid-19 en estudiantes y recién egresados de Enfermería en Colombia. *Revista Cuidarte*. 2021 Septiembre; 12(3).
 12. Schultz C, Colet C, Rieth E, Petri J, Fernandes E, Treviso P. La resiliencia y la reducción del estrés laboral en Enfermería. *Revista Latino-Americano de Enfermería*. 2022;(30): p. 1-12.
 13. Mendoza M, Panta J. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento utilizados por los profesionales de enfermería de dos centros de salud de la ciudad de Cajamarca

- 2020. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Privada Antonio Guillermo Urreló, Facultad de Psicología; 2021.
14. Ortiz O, Fuentes M. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el servicio de Hospitalización de una Clínica Privada, Lima –Perú. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. 2023; 7(2): p. 3879-3895.
 15. Gobierno del Perú. Estrés laboral: ¿Qué es el síndrome de Burnout y cómo puedo prevenirlo en mi empresa? [Online].; 2023 [cited 2023 diciembre 19. Available from: <https://www.elperuano.pe/noticia/213358-estres-laboral-que-es-el-sindrome-de-burnout-y-como-puedo-prevenirlo-en-mi-empresa>.
 16. Palermo D, Quispe L. Estrés laboral y afrontamiento durante la pandemia covid-19 en enfermeras de cuidados intensivos del HNCASE, Arequipa 2022. [Tesis de Maestría]. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Facultad de Enfermería; 2023.
 17. Hanco R. Relación entre nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en enfermeras de cuidados intensivos pediátricos del Hospital Nacional Carlos Alberto Seguí Escobedo. Arequipa, 2021. [Tesis de Mestría]. Universidad Católica de Santa María, Facultad de Enfermería; 2021.
 18. Hernández L. Nivel de estrés y afrontamiento en profesionales de enfermería en áreas críticas durante la pandemia de Covid 19, Hospital General San Vicente de Paúl. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Técnica del Norte, Facultad Ciencias de la Salud; 2023.

19. Ofei A, Paarima Y, Barnes T, Kwashie A. Stress and coping strategies among nurse managers. *Journal of Nursing Education and Practice*. 2020; 10(2): p. 39.
20. Cirami L, Cordoba E, Ferrari L. Estrategias de afrontamiento del estrés laboral en trabajadores de la salud y reflexiones acerca de las transformaciones organizacionales a partir de la pandemia de COVID-19. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*. 2021; 4(2).
21. Velana M, Rinkenauer G. Individual-Level Interventions for Decreasing Job-Related Stress and Enhancing Coping Strategies Among Nurses: A Systematic Review. *Frontiers in psychology*. 2021; 12.
22. Jurzec M, Puto G, Leja-Szpak A, Bonior J, Muszalik M, Gniadek A. Estrés y estrategias de afrontamiento de enfermeras que trabajan con pacientes infectados y no infectados por el virus SARS-CoV-2. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021; 19(1): p. 195.
23. Al-Ruzzieh M, Ayaad O. Work Stress, Coping Strategies, and Health-Related Quality of Life among Nurses at an International Specialized Cancer Center. *Asian Pacific journal of cancer prevention : APJCP*. 2021; 22(9): p. 2995–3004.
24. Amayo D. Estrés Laboral y estilos de Afrontamiento en profesionales de enfermería de sector público. [Tesis de pregrado]. Universidad de Lima, Facultad de Psicología; 2021.
25. Rivero D. Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana. [Tesis de Licenciatura]. Pontificia Universidad Católica del Perú, Facultad de Educación; 2020.

26. Canta C. Estrategias de afrontamiento ante el estrés laboral de trabajadores de salud en contexto COVID-19 en un Hospital Nacional de Utcubamba 2022. [Tesis de pregrado]. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Escuela de Posgrado; 2023.
27. Concha V, Farfan V, Cornejo A, Loayza W, Alvarez B, Gallegos Y, et al. Estrés ansiedad y depresión con estilos de afrontamiento en enfermeras en contacto con COVID-19 Cusco Perú. Revista científica de enfermería. 2022; 5(6): p. 231.
28. Troncos Mauricio B. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería durante la COVID-19 del hospital de Paita. [Tesis de Maestría]. Universidad Cesar Vallejo, Escuela de Posgrado; 2022.
29. Paucar F, Roca A, Rupay T. Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en profesionales sanitarios del área de Centro Quirúrgico de un Hospital de Huánuco – 2022. [Tesis de Maestría]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Facultad de Enfermería; 2023.
30. Melgarejo E, Crisanto O. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento por profesionales de Enfermería del área de emergencia COVID 19 en un hospital estatal de Lima, 2021. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Interamericana para el Desarrollo, Facultad Ciencia de la Salud; 2022.
31. Eneque M. Estresores laborales y estrategias de afrontamiento del personal sanitario en el centro de salud Gustavo Lanatta Luján en el distrito de SMP, ante la pandemia del COVID-19, 2021. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Norbert Wiener, Facultad de Ciencias de la Salud; 2022.

32. Correa W. Factores de estrés y estrategias de afrontamiento en enfermeros del servicio de emergencia. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*. 2023; 4(2): p. 3358–3370.
33. Huallpa M, Ortiz L. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de Enfermería de la unidad de cuidados intensivos del hospital Honorio Delgado y clínica San Juan De Dios, Arequipa - 2019. [Tesis de Titulación]. Universidad Nacional de San Agustín; 2019.
34. Matta D, Matta L. Estrés laboral en enfermeros de áreas críticas de un establecimiento hospitalario en Lima. *Ágora*. 2022; 9(1): p. 45-51.
35. Cobos G, Soriano A, Saijo M. Estrés laboral en Enfermería de Cuidados Críticos. *SANUM. Revista Científico Sanitaria*. 2021; 5(4): p. 74-85.
36. Gonzáles M, Landero R. Confirmación de un modelo explicativo del estrés y de los síntomas psicósomáticos mediante ecuaciones estructurales. *Revista Panamericana de Salud Pública*. 2008; 23(1): p. 7-18.
37. Rodríguez L, Ocampo I, Nava C. Relación entre valoración de una situación y capacidad para enfrentarla. *SUMMA*. 2009; 6(1): p. 25-41.
38. Berra E, Muñoz S, Vega C, Silva A, Gómez G. Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. 2014; 16(1).
39. Rodríguez Z, Ferrer J, De la Torre G. Estrés laboral en profesionales de enfermería de una unidad quirúrgica en tiempos de la COVID-19. *MEDISAN*. 2022; 26(5).

40. Trujillo C, Quispe A. Estrés laboral en personal de enfermería del Centro de Salud Alberto Barton del Callao, 2021. *Cuidado y Salud Pública*. 2021; 1(2): p. 46-53.
41. Reyes V, Landeros E, Galicia R, Lozada E. Estrés agudo en el personal de enfermería expuesto y recuperado de Covid-19. *Index de Enfermería*. 2022; 30(4): p. 303-307.
42. Moscoso S. El estrés crónico y la Terapia Cognitiva Centrada en Mindfulness: Una nueva dimensión en psiconeuroinmunología. *Persona*. 2010;(13): p. 11-29.
43. Saavedra C. Eustrés y Distrés: Revisión Sistemática de la Literatura. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*. 2022; 22(2): p. 1-9.
44. Iglesias S, Acosta J. Estrés postraumático en trabajadores de la salud y COVID-19. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*. 2020; 23(3): p. 363-365.
45. Salazar C, Ficapal P, Boada J. Tecnoestrés. Evolución del concepto y sus principales consecuencias. *Teuken Bidikay*. 2020; 11(17): p. 165-180.
46. Garcés Y, García E, López D, Álvarez P. Incidencia del Género en el Estrés Laboral y Burnout del Profesorado Universitario. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*. 2023; 21(3): p. 41-60.
47. Buitrago L, Barrera M, Plazas L, Chaparro C. Estrés laboral: una revisión de las principales causas consecuencias y estrategias de prevención. *Revista Investig. Salud Univ. Boyacá*. 2021; 8(2): p. 131-146.

48. Majrashi A, Khalil A, Nagshabandi E, Majrashi A. Stressors and Coping Strategies among Nursing Students during the COVID-19 Pandemic: Scoping Review. *Nursing Reports*. 2021; 11(2): p. 444-459.
49. Castañeda L, Sánchez A. Satisfacción laboral y burnout en personal docente. *RETOS. Revista de Ciencias de la Administración y Economía*. 2022; 12(24): p. 8-10.
50. Cumbicus T, Noroña D, Vega V. Relación del estrés laboral con la satisfacción del personal de la clínica ecuatoriana San Pablo. *Revista UNIANDES De Ciencias De La Salud*. 2023; 6(2).
51. Okuhara M, Sato K, Kodama Y. The nurses' occupational stress components and outcomes, findings from an integrative review. *Nursing Open*. 2021; 8(5): p. 2153-2174.
52. Hernández N. Ambiente laboral: Implicaciones para la salud mental. *Revista Salud y Conducta Humana*. 2020; 7(1).
53. Paredes P, Alemán A, Castro T. Ambiente organizacional y satisfacción laboral en instituciones financieras de la provincia del Guayas, Ecuador. *Revista disciplinaria en Ciencias Económicas y Sociales*. 2021; 3(2): p. 1-25.
54. Tacca D, Tacca A. Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. *Revista de Investigacion Psicologica*. 2019;(21): p. 37-56.
55. Barrios D, Escudero V. Estrategias de afrontamiento utilizadas por las enfermeras durante la pandemia COVID-19: revisión integrativa. *Visión Antataura*. 2022; 5(2): p. 80-102.

56. Meléndez J, Delhom I, Satorres E. Las estrategias de afrontamiento: relación con la integridad y la desesperación en adultos mayores. *Ansiedad y Estrés*. 2020; 26: p. 14-19.
57. Stanisławski K. The Coping Circumplex Model: An Integrative Model of the Structure of Coping With Stress. *Frontiers in Psychology*. 2019; 10.
58. Carver C, Scheier M, Weintraub J. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*. 1989; 56(2): p. 267–283.
59. Sapeta P, Centeno C, Arantzamendi M, Belar A. Adaptation and continuous learning: integrative review of coping strategies of palliative care professionals. *Palliative Medicine*. 2022; 36(1): p. 15-29.
60. Vázquez C, Crespo M, Ring J. *Estrategias de Afrontamiento*: MASSON; 2003.
61. Aponte V, Ponce F, Aráoz R, Pinto B. Validez interna y externa del cuestionario breve de afrontamiento al estrés (COPE-28) en cuidadores informales. *Ajayu*. 2022; 20(1): p. 1-21.
62. Torres S, Hidalgo G, Suárez P. Estrategias de afrontamiento en confinamiento por la Covid-19. *Polo del Conocimiento*. 2022; 6(7): p. 491-507.
63. Gonzáles B, Martín A, Bayarre V, Hernández E. Estrategias de afrontamiento de pacientes en espera de trasplante renal. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*. 2019; 18(3): p. 539-549.
64. Bandurska H. Drought Stress Responses: Coping Strategy and Resistance. *Plants*. 2022; 11(7): p. 922.

65. Ibarra L, Rodríguez W. Resultados y Estrategias de Afrontamiento Sustentando en el modo Escape-Evitación Conductual en docentes del Sector Público Colombiano, desde las actuales condiciones de la gestión pública. Universidad Libre. 2018; 1(8): p. 73-79.
66. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la investigación. sexta ed. Mexico: McGRAW-HILL; 2014.
67. Hernández, R. & Mendoza, CP. Metodología de la investigación: McGraw Hill; 2018.
68. Ñaupas H, Mejía E, Novoa E, Villagómez A. Metodología de la investigación: Cuantitativa - Cualitativa y Redacción de la Tesis. Cuarta ed. Bogota: Ediciones de la U; 2014.
69. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de Investigación México: McGraw Hill; 2014.
70. Hernández R, Mendoza C. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta: McGrawHill; 2018.
71. Niño la Torre Y, Vega A. Nivel de estrés en los profesionales de enfermería del servicio de emergencia del Hospital General de Jaén 2017. [Tesis Posgrado]. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Facultad de Enfermería; 2019.
72. Cisneros Z. Estilos de afrontamiento al estrés en padres de hijos diagnosticados con Trastorno del Espectro Autista y Síndrome de Down de Lima Metropolitana. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Autónoma del Perú, Facultad de Ciencias Humanas; 2021.

73. Porcel A, Barrientos S, Bermúdez S, Fernández E, Bueno M, Badanta B. The Nursing Stress Scale-Spanish Version: An Update to Its Psychometric Properties and Validation of a Short-form Version in Acute Care Hospital Settings. *Int J Environ Res Public Health*. 2020; 17(22): p. 2-13.
74. Delgado N, Castill J, Cerda L. Psychometric properties of the Stress Coping Scale Brief-COPE 28 in a Peruvian population. *Interacciones*. 2022; 9.
75. Navarro V, Yañez A, Moreno M. Reliability of WHOQOL-BREF in studies conducted in women with breast cancer: integrative review. *SANUS Rev. Enf*. 2022; 7(e206): p. 1-15.
76. Morales M, Mesa I, Ramírez A, Pesántez M. Conducta ética del profesional de enfermería en el cuidado directo al paciente hospitalizado: Revisión sistemática. *AVFT – Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica*. 2021; 40(3): p. 256-265.
77. Muñiz A, Arias B. ¿Qué se preguntan las enfermeras/os sobre el aborto? Una revisión panorámica. *Rev. cienc. ciudad*. 2022; 19(3).
78. Solis G, Alcalde G, Alfonso I. Ética en investigación: de los principios a los aspectos prácticos. *Anales de Pediatría*. 2023; 99(3): p. 202-194.

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema General	Objetivo General	H1: Existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023. H0: No existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023.	Variable 1	Tipo de Investigación
¿Cuál es la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023?	Determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023		Estrés Laboral -Ambiente Físico -Ambiente Psicológico -Ambiente Social	La investigación es de tipo básica.
Problemas Específicos	Objetivos Específicos		Variable 2	Método y diseño de Investigación
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión ambiente físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023? - ¿Cuál es la relación entre la dimensión ambiente psicológico y las	-Identificar la relación entre la dimensión ambiente físico y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023. -Identificar la relación entre la dimensión ambiente psicológico y		Estrategias de Afrontamiento - Estrategias centradas en el problema. - Estrategias centradas en la emoción. - Estrategias centradas en la	El método de la investigación es el deductivo-inductivo, diseño no experimental, transversal, correlacional de enfoque cuantitativo

<p>estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023? - ¿Cuál es la relación entre la dimensión ambiente social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023?</p>	<p>las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023. -Identificar la relación entre la dimensión ambiente social y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa – 2023.</p>		<p>evitación del problema.</p>	<p>Población y Muestra La población esta conformada por 290 profesionales, y la muestra será de 166 enfermeras del Hospital Goyeneche.</p>
--	--	--	--------------------------------	---

Anexo 2: Instrumentos

Escala de medición del estrés laboral de enfermeras

Se sugiere marcar con una "X" la opción que mejor describa su situación. El instrumento presenta como propósito reflejar el nivel de estrés en el trabajo en el profesional de enfermeros (as).

Nº	ITEMS	Nunca	Algunas Veces	Frecuente mente	Siempre
1	Interrupciones frecuentes en la realización de las tareas.				
2	El médico no está presente cuando un paciente se está muriendo.				
3	Estar en desacuerdo con el tratamiento de un paciente.				
4	Recibir información insuficiente del médico acerca del estado clínico de un paciente.				
5	Tomar una decisión sobre un paciente cuando el médico no está disponible.				
6	Pasar temporalmente a otros servicios por falta de personal.				
7	Personal y turno imprevisible.				
8	El médico prescribe un tratamiento que parece inapropiado para el paciente.				
9	Realizar demasiadas tareas que no son de enfermería (ejemplo tareas administrativas).				
10	No tener tiempo suficiente para dar apoyo emocional al paciente				
11	No tener tiempo suficiente para realizar todas las tareas de enfermería.				

12	El médico no está presente en una urgencia médica.				
13	No saber bien el manejo y funcionamiento de un equipo especializado.				
14	Falta de personal para cubrir adecuadamente el servicio				
15	Recibir críticas de un médico.				
16	Realización de cuidados de enfermería que resulten dolorosos a los pacientes.				
17	Escuchar o hablar con un paciente sobre su muerte cercana.				
18	La muerte de un paciente.				
19	Miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería de un paciente.				
20	Muerte de un paciente con quien has llegado a tener una relación estrecha.				
21	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente a la familia de un paciente.				
22	No disponer de una contestación satisfactoria a una pregunta hecha por un paciente.				
23	Ver a un paciente sufrir				
24	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente al paciente				
25	Recibir críticas de un supervisor.				
26	No saber qué se debe decir al paciente o a su familia sobre su estado clínico y tratamiento.				
27	Problemas con un supervisor				
28	No tener ocasión para hablar abiertamente con los compañeros sobre problemas en el servicio.				
29	Problemas con uno o varios médicos.				
30	No tener ocasión para compartir experiencias y sentimientos con otros compañeros del servicio.				
31	No tener ocasión para expresar a otros compañeros del servicio los sentimientos				

	negativos hacia los pacientes (pacientes Conflictivos, hostilidad).				
32	Sentirse impotente en el caso de que un paciente no presente mejoría.				
33	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros de otros servicios.				
34	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros del servicio.				

COPE-28 de Estrategias de afrontamiento

Los enunciados que se presentan a continuación describen las diversas maneras de pensar, comportarse, que los individuos usan para hacer frente aquellos eventos estresores que originan tensión. Las diversas formas de hacer frente a los conflictos, las que se detallan, no se consideran ni buenas ni malas. Marque con un aspa (X) en las casillas de cada ítem según refleja su manera de afrontar el estrés.

0	1	2	3
Nunca lo hago	Lo hago un poco	Lo hago bastante	Siempre lo hago

N°	ITEMS	0	1	2	3
1	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.				
2	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy				
3	Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
4	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
5	Me digo a mí mismo "esto no es real".				
6	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
7	Hago bromas sobre ello.				
8	Me critico a mí mismo.				
9	Consigo apoyo emocional de otros.				
10	Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
11	Renuncio a intentar ocuparme de ello.				
12	Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				
13	Me niego a creer que haya sucedido.				
14	Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.				
15	Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.				
16	Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
17	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				

18	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
19	Me río de la situación.				
20	Rezo o medito.				
21	Aprendo a vivir con ello				
22	Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.				
23	Expreso mis sentimientos negativos				
24	Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.				
25	Renuncio al intento de hacer frente al problema.				
26	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
27	Me echo la culpa de lo que ha sucedido.				
28	Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.				

Anexo 3: Formato de consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Instituciones: Universidad Privada Norbert Wiener

Investigadores: Sadie Angela Ordoño Fernandez

Título: Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023

Propósito del estudio

Lo invitamos a participar en un estudio llamado: "Estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Goyeneche, Arequipa, 2023". Este es un estudio desarrollado por la investigadora de la Universidad Privada Norbert Wiener, Sadie Angela Ordoño Fernandez. El propósito de este estudio es determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería del Hospital Goyeneche. Su ejecución ayudará a/permitirá conocer los niveles de estrés laboral y el uso de las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería.

Procedimientos

Si usted decide participar en este estudio, se le aplicaran los siguientes cuestionarios:

- Escala de medición del estrés laboral de enfermeras (The Nursing Stress Scale)
- Cuestionario COPE-28 de Estrategias de Afrontamiento

La encuesta puede demorar unos 45 minutos. Los resultados de la/los cuestionarios se le entregarán a usted en forma individual o almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato

Riesgos

Su participación en el estudio no dispone ningún tipo de riesgo al ser de manera anónima el llenado de los cuestionarios.

Beneficios

Los participantes de la investigación obtendrán como beneficio, el tomar conocimiento de los resultados relacionados con las estrategias de afrontamiento y estrés laboral, para así fomentar la participación en intervenciones, talleres, programas, eventos educativos de manera presencial y virtual que contribuyan con la salud integral de los trabajadores del Hospital Goyeneche.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por la participación. Tampoco recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad

Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Derechos del paciente

Si usted ha leído y decidido participar en el estudio tiene derecho a responder las preguntas que considere oportunas, así como, prescindir de participar o retirarse en cualquier momento del estudio, sin perjuicio alguno. Si usted tiene preguntas o problemas durante la aplicación, puede comunicarse con Sadie Angela Ordoñez Fernández al telf. 958330681.

Acepto voluntariamente participar en este estudio. Comprendo qué cosas pueden pasar si participo en el proyecto. También, entiendo que puede decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Participante:

Nombre:

DNI:

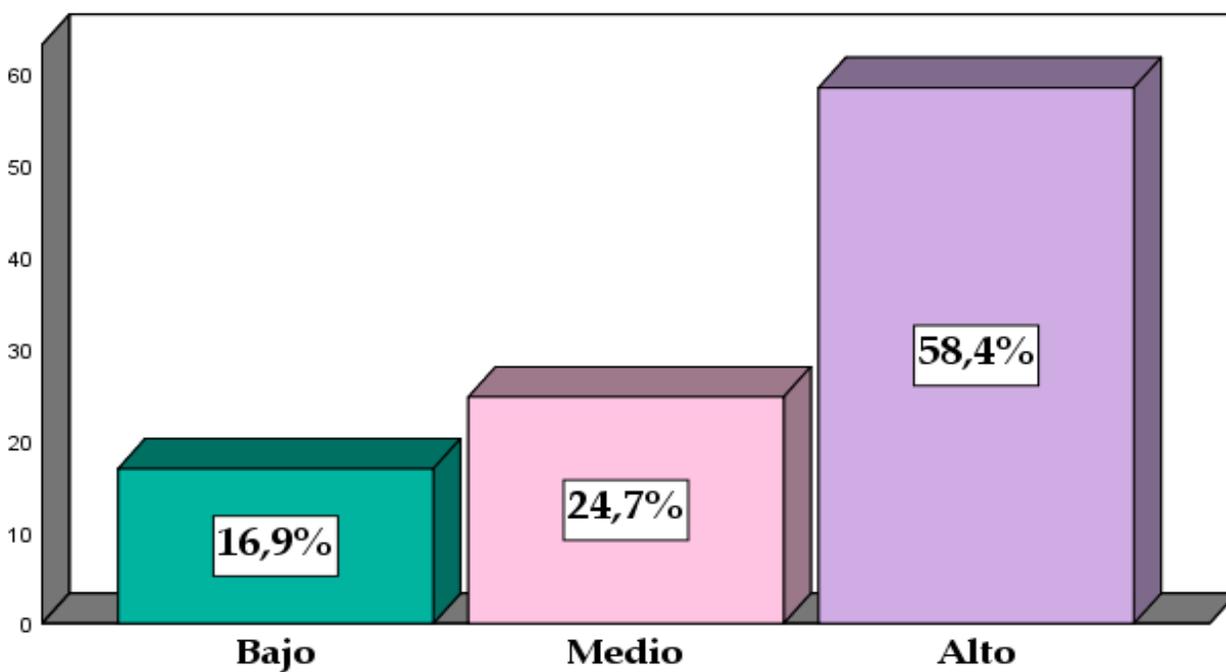
Anexo 4: Resultados descriptivos e inferenciales

Niveles de estrés laboral

	f	%
Bajo	28	17
Medio	41	25
Alto	97	58
Total	166	100

Nota. Elaboración propia

Niveles de estrés laboral



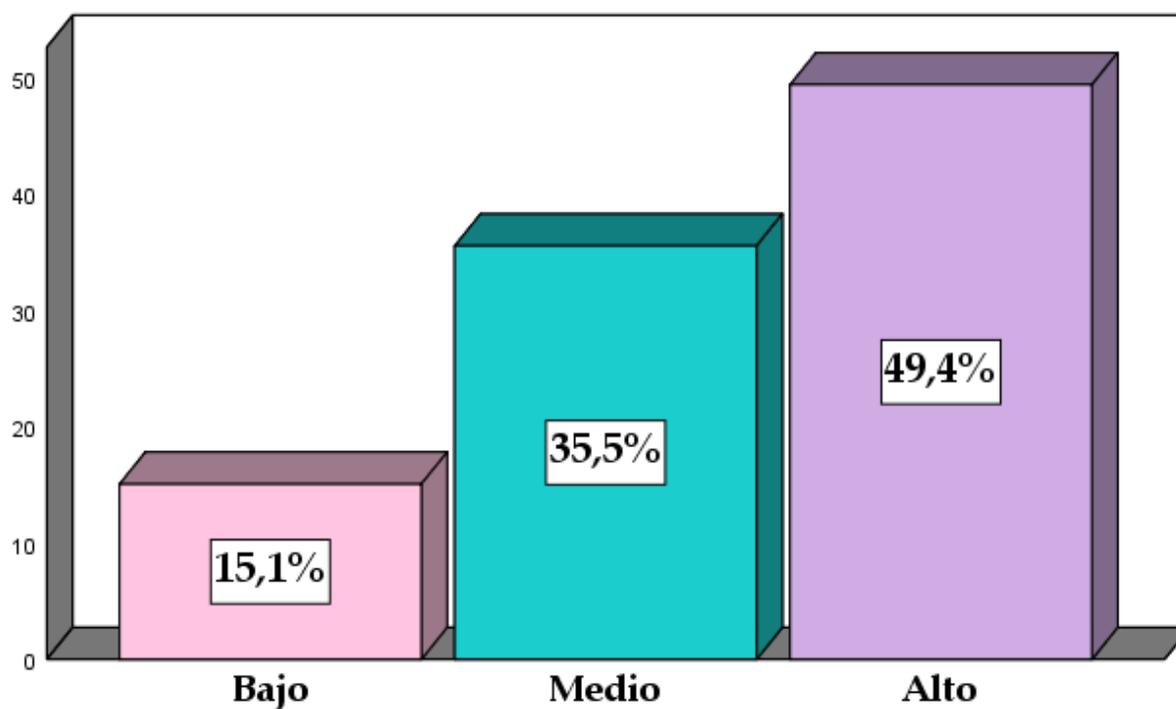
Nota. Elaboración propia

Niveles de la dimensión ambiente físico del estrés laboral

	f	%
Bajo	25	15,1
Medio	59	35,5
Alto	82	49,4
Total	166	100,0

Nota. Elaboración propia

Niveles de la dimensión ambiente físico del estrés laboral



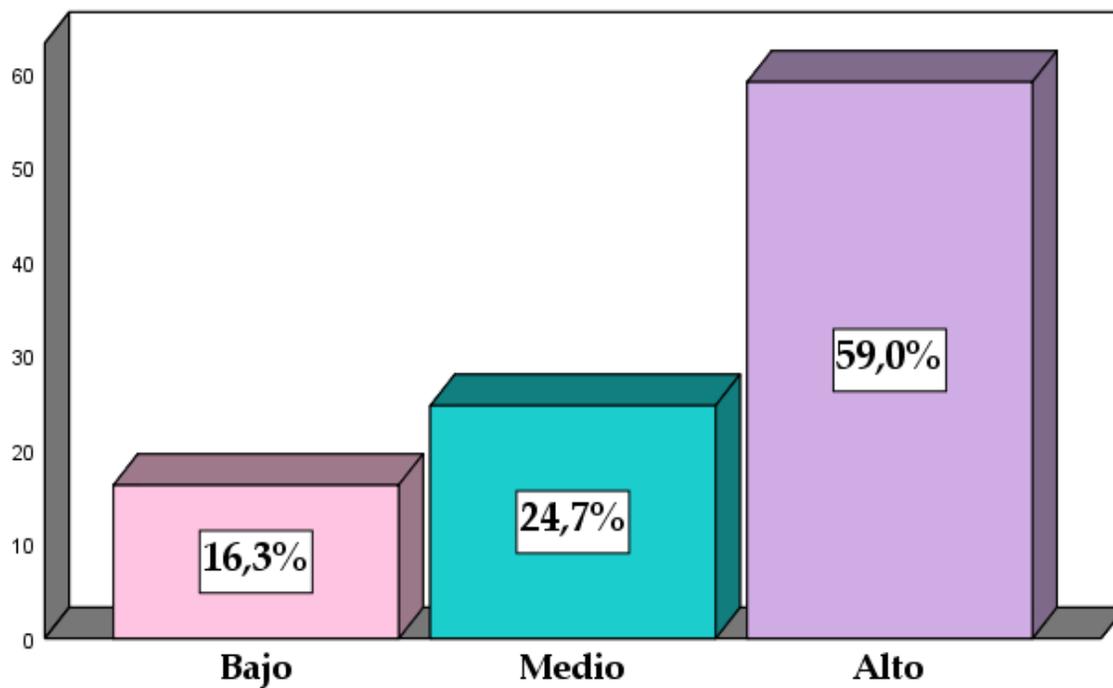
Nota. Elaboración propia

Niveles de la dimensión ambiente psicológico del estrés laboral

	f	%
Bajo	27	16,3
Medio	41	24,7
Alto	98	59,0
Total	166	100,0

Nota. Elaboración propia

Niveles de la dimensión ambiente psicológico del estrés laboral



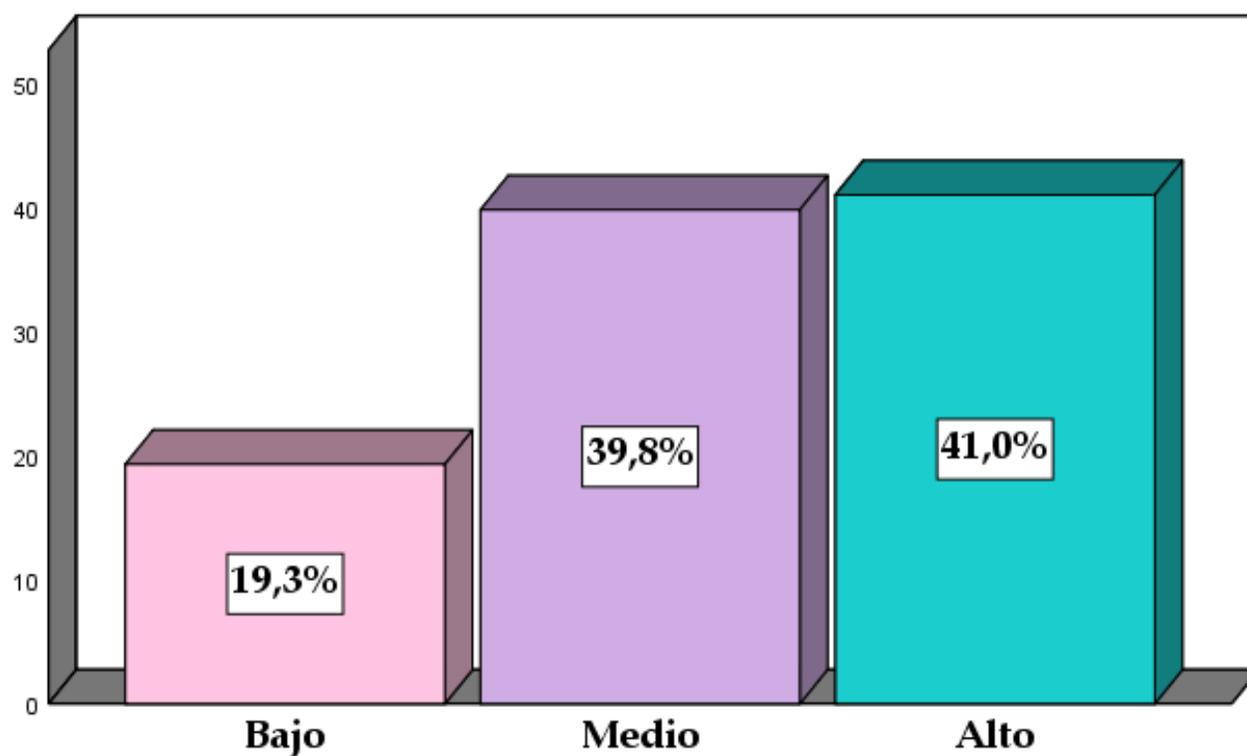
Nota. Elaboración propia

Niveles de la dimensión de ambiente social del estrés laboral

	f	%
Bajo	32	19,3
Medio	66	39,8
Alto	68	41,0
Total	166	100,0

Nota. Elaboración propia

Niveles de la dimensión de ambiente social del estrés laboral



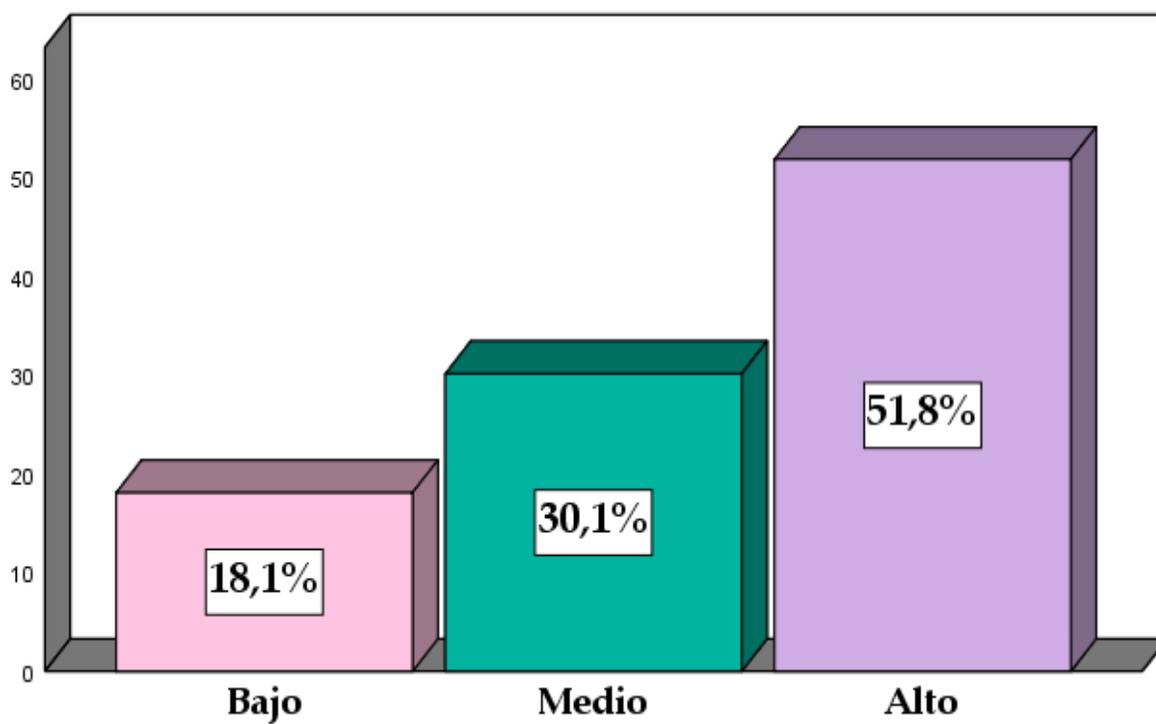
Nota. Elaboración propia

Niveles de estrategias de afrontamiento

	f	%
Bajo	30	18,1
Medio	50	30,1
Alto	86	51,8
Total	166	100,0

Nota. Elaboración propia

Niveles de estrategias de afrontamiento



Nota. Elaboración propia

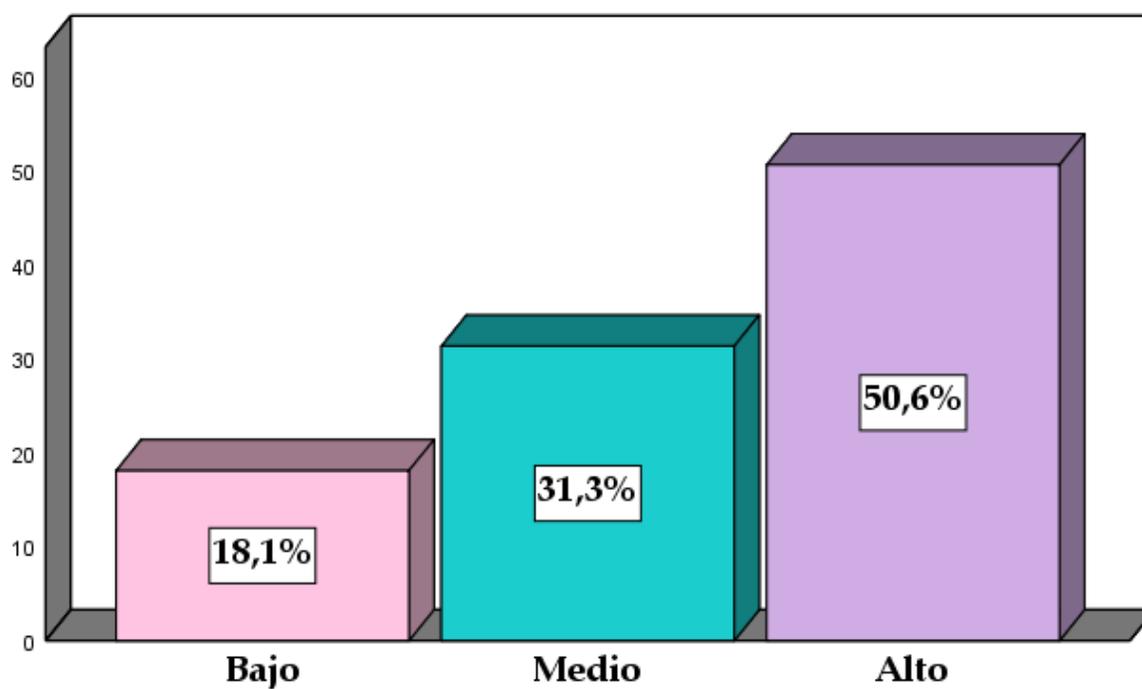
Niveles de las estrategias de afrontamiento enfocadas en el problema

	f	%
Bajo	30	18,1
Medio	52	31,3
Alto	84	50,6
Total	166	100,0

Nota. Elaboración propia

Figura 1

Niveles de las estrategias de afrontamiento enfocadas en el problema



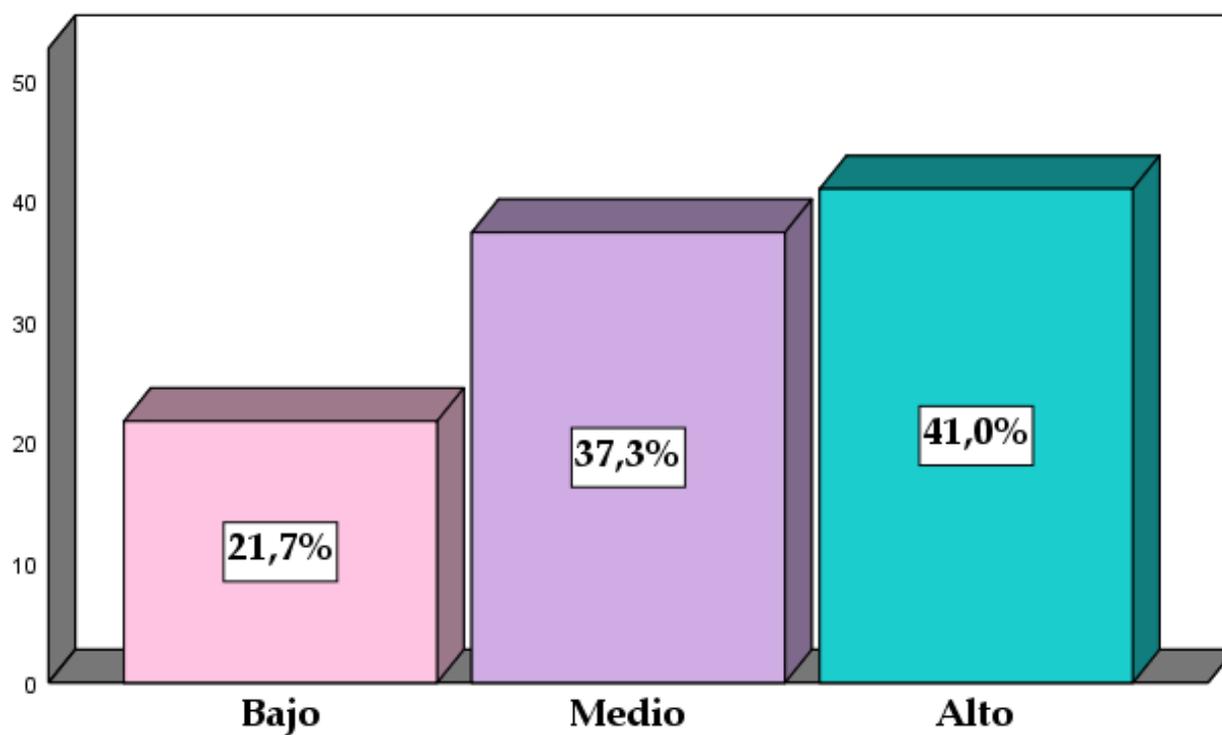
Nota. Elaboración propia

Niveles de las estrategias de afrontamiento enfocadas en la emoción

	f	%
Bajo	36	21,7
Medio	62	37,3
Alto	68	41,0
Total	166	100,0

Nota. Elaboración propia

Niveles de las estrategias de afrontamiento enfocadas en la emoción



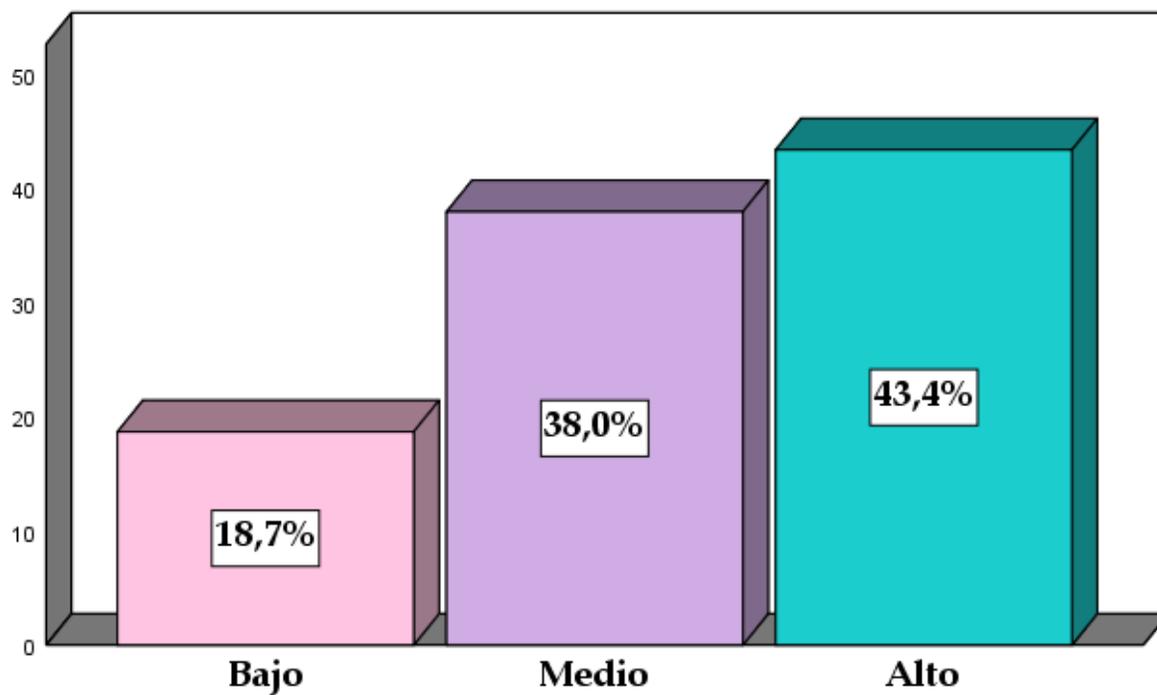
Nota. Elaboración propia

Niveles de las estrategias de afrontamiento enfocadas en la evitación del problema

	f	%
Bajo	31	18,7
Medio	63	38,0
Alto	72	43,4
Total	166	100,0

Nota. Elaboración propia

Niveles de las estrategias de afrontamiento enfocadas en la evitación del problema



Nota. Elaboración propia

● 17% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 12% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 15% Base de datos de trabajos entregados
- 3% 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	hdl.handle.net Internet	2%
2	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	2%
3	Florida International University on 2024-01-18 Submitted works	2%
4	uwiener on 2023-11-15 Submitted works	<1%
5	Submitted on 1692159825238 Submitted works	<1%
6	uwiener on 2023-11-16 Submitted works	<1%
7	uwiener on 2023-12-08 Submitted works	<1%
8	Submitted on 1686172766868 Submitted works	<1%