



**Universidad
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**“AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE
ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NORBERT
WIENER, LIMA 2019”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA
EN ENFERMERÍA**

PRESENTADO POR:

ASTO GONZALES, MIRIAM MARIBEL

ASESORA: Mg. María Angélica Fuentes Siles

LIMA – PERÚ

2019

AGRADECIMIENTO

A mis padres y familia por su apoyo incondicional.

A mi asesora por el tiempo, dedicación y paciencia durante la elaboración del proyecto.

DEDICATORIA

A mi padre celestial, por las bendiciones y permitirme cumplir mis objetivos.

A mis padres. Luis Julián y Delfina por su infinita confianza y apoyo para poder cumplir mis metas y objetivos, ya que gracias a ellos pude subir un peldaño más en mi vida profesional

A mi hijo Stephano quien es el motor y motivo para seguir creciendo como persona y profesional.

ASESOR DE TESIS

Mg. María Angélica Fuentes Siles

JURADOS

Presidente: Dra. Susan Haydeee Gonzales Saldaña

Secretario: Dra. María Hilda Cárdenas de Fernández

Volcal: Mg. Jaime Alberto Mori Castro

ÍNDICE GENERAL

CARATULA	i
AGRADECIMIENTO.....	ii
DEDICATORIA	iii
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT.....	x
I.INTRODUCCIÓN.....	1
II. MATERIALES Y MÉTODOS.....	8
2.1. ENFOQUE Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	8
2.2. POBLACIÓN.....	8
Criterios de inclusión.....	8
Criterios de exclusión.....	9
2.3. VARIABLE DE ESTUDIO	9
2.4. TÉCNICA E INSTRUMENTO DE MEDICIÓN.....	9
Técnica de recolección de datos:.....	9
Instrumento de recolección de datos.....	10
Validez y confiabilidad del instrumento de recolección de dato.....	10
2.5. PROCEDIMIENTO PARA RECOLECCIÓN DE DATOS.....	11
2.5.2. Aplicación de instrumento de recolección de datos... ..	11
2.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICO	11
2.7. ASPECTOS ÉTICOS.....	11
Principio de autonomía	11
Principio de beneficencia	12
Principio de no maleficencia	12
Principio de justicia	12
III. RESULTADOS.....	13
IV. DISCUSION	21
V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	23
5.1. CONCLUSIONES.....	23
5.2. RECOMENDACIONES.....	23

Referencias Bibliográficas.....	24
ANEXOS.....	29
Anexo A. Operacionalización de la variable	30
Anexo B. Matriz de consistencia	34
Anexo C. Consentimiento informado.....	35
Anexo D. Instrumento	36
Anexo E. CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE)	37
Tabla estadística complementaria.....	39
Figuras estadísticas complementarias.....	41

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Características sociodemográficas del participante (n=101)	13
Tabla 2 Nivel de Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según dimensiones	14
Tabla 3 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019.....	15
Tabla 4 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Focalización en la Solución del Problema.....	15
Tabla 5 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Expresión Emocional Abierta.....	16
Tabla 6 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Evitación.....	16
Tabla 7 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Grupo Etario	17
Tabla 8 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Género	18
Tabla 9 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Estado Civil	18
Tabla 10 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019 en relación al Ciclo Universitario que Cursa.....	19
Tabla 11 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en relación con la Religión	20

RESUMEN

Objetivo: Determinar el nivel de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2019. **Materiales y métodos:** La investigación es de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo. El diseño metodológico es descriptivo y transversal. La población está constituida por 133 internos de enfermería de la UPNW y la muestra es de 101 donde se utilizaron los criterios de inclusión y exclusión planteados en el estudio. El instrumento que se utilizó consta de 42 preguntas que están diseñadas para valorar 7 estrategias de afrontamiento. Las respuestas se darán según escala Likert dando a cada indicador 4 categorías de 0 a 3. **Resultados:** El nivel de afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en cuanto a la dimensión problema el 67.3% presentan un afrontamiento regular, el 17.8% inadecuado y el 14.9% adecuado; en la dimensión reevaluación positiva el 72.3% tienen un afrontamiento regular; en la dimensión búsqueda de apoyo social el 56.4% presentan un afrontamiento regular, el 25.7% inadecuado; en la dimensión expresión emocional abierta muestra en un 70.3% presentan afrontamiento regular, en un 14.9% están adecuados e inadecuados, en la dimensión autofocalización negativa muestra el 54.4% tienen afrontamiento regular, el 30.7% inadecuado; en la dimensión religión presenta en un 56.4% afrontamiento regular, 24.8% inadecuado; y por último la dimensión evitación muestra que el 54.5% presentan un afrontamiento regular, el 23.8% inadecuado y solo el 21.8% tienen afrontamiento adecuado. **Conclusiones:** El nivel de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener se evidencio que presentan un afrontamiento regular.

Palabras claves: Estrés, internos de enfermería, afrontamiento

ABSTRACT

Objective: To determine the level of coping with stress in nursing interns of the Norbert Wiener Private University, Lima 2019. **Materials and methods:** The research is quantitative, descriptive. The methodological design is descriptive and transversal. The population is made up of 133 nursing interns from UPNW and the sample is 101 where the inclusion and exclusion criteria set out in the study were used. The instrument that was used consists of 42 questions that are designed to assess 7 coping strategies. The answers will be given according to the Likert scale giving each indicator 4 categories from 0 to 3. **Results:** The level of coping with stress in Nursing inmates of the UPNW, Lima 2019, regarding the problem dimension, 67.3% have a regular coping, 17.8% inadequate and 14.9% adequate; in the positive reevaluation dimension 72.3% have a regular coping; in the social support search dimension, 56.4% have regular coping, 25.7% inadequate; in the open emotional expression dimension, 70.3% show regular coping, 14.9% are adequate and inadequate, in the negative self-focus dimension, 54.4% have regular coping, 30.7% inadequate; in the religion dimension, it presents 56.4% regular coping, 24.8% inadequate; and finally the avoidance dimension shows that 54.5% have regular coping, 23.8% inadequate and only 21.8% have adequate coping. **Conclusions:** The level of coping with stress in nursing interns at Norbert Wiener Private University showed that they have regular coping.

Keywords: Stress, nursing interns, coping

I. INTRODUCCIÓN

El estrés es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción. El estrés viene afectando a un gran número de personas a nivel mundial; cuyos porcentajes aumentan cada año debido a los cambios y transformaciones constantes que deben enfrentar las personas en su día a día (1). Así mismo, dentro de los tipos de estrés que la sociedad padece actualmente, destaca el estrés relacionado con lo laboral. A nivel mundial, en este rubro (estrés laboral) la tabla está encabezada por México que desplazó a China que antaño lideraba dicha lista. Según estimaciones mundiales de la OMS, los empleados en los países desarrollados padecen este mal entre 5% y 10%, debido principalmente a la presión de trabajo. Mientras que, en los países industrializados, los trabajadores lo padecen entre 20% y 50%. Condiciones que se observan, de manera particular, en el sector salud con sus distintos horarios laborales a los que se ven sometidos médicos, enfermeras, enfermeros y profesionistas de este ámbito (2). Y que repercuten en la motivación, el compromiso y el rendimiento laboral como lo señala la Asesora Regional en Salud de los Trabajadores de la Organización Panamericana de la Salud/OMS; no solo produciendo un aumento de ausentismo, la rotación de personal y el retiro temprano; sino también, afectando a las organizaciones en productividad, competitividad, e imagen pública (3).

Para la “Organización Internacional del Trabajo” (OIT), el estrés toma lugar cuando las exigencias laborales exceden la capacidad, conocimiento, recursos o necesidades del empleado de modo que es incapaz de manejar dichas expectativas pudiendo causar daño psicosomático (4).

Un estudio reciente realizado por la OIT, indica que, en cuanto a población, países como México (75%), China (73%) y Estados Unidos (59%), encabezan las más altas cifras a nivel mundial en estrés laboral (5)

España tampoco es ajena a esta realidad pues con mayor frecuencia mantener un equilibrio entre las exigencias y presiones laborales y sociales degenera en este fenómeno denominado estrés según la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (6).

En el Perú, el estudio realizado a los internos de enfermería de universidades nacionales y privadas en el hospital Santa María del Socorro de Ica dio como resultado que los factores estresores durante el internado son: sobrecarga laboral (asistencial y administrativa), responsabilidad y falta de supervisión (7). A su vez, el Ministerio de Salud reporta que 1,2 millones de peruanos sufren trastornos de estrés y señala la sobre carga laboral como uno de los detonantes; dentro de este estudio, además, se encontró que el 80% de internos de Enfermería que laboran en hospitales de la red de salud Tacna padece de estrés (8). En este caso la salud mental comprende no solo la ausencia de enfermedad mental, sino también un rango amplio de conductas, emociones, cogniciones y aptitudes que el individuo manifiesta como sentirse, soportar la presión, aceptar la circunstancia variante, disfrutar de buenas relaciones personales y trabajar de acuerdo con su capacidad. De modo que la salud mental es influida por las diversas dimensiones de la vida y cómo éstas se relacionan e interactúan entre sí: laboral, personal, familiar, social, ambiental y las predisposiciones psicológicas y genéticas del individuo (9).

Lazarus y Folkman describen al estrés como: “conjunto de relaciones específicas entre el individuo y el entorno estando valorada por la persona como algo que aumenta o excede sus propios recursos y que pone en riesgo su propio bienestar” (10). También Gonzales y Landero refieren que la teoría transaccional de Lazarus: el ser humano tiene estrés, solo si la situación en la que se encuentre pone en peligro o atenta con el objetivo, expectativa que el individuo a sobrevalorado creando tensión, poniendo en exposición la calidad que dará a lo que está sucediendo (11). Por otra parte, Cotrina comparte la opinión de T. Holmes y Rahe: “El estrés es un estímulo, suceso vital, que incitan reacciones psicológicas, fisiológicas o de ambos tipos que consiguen ampliar la vulnerabilidad del sujeto al estrés” (12). Existen causas externas que se definen por situaciones imprevistas que exponen al individuo a altos niveles de estrés. Pueden ser positivos como el nacimiento del primer hijo, o negativos como la muerte de un ser amado; cambios inesperados, problemas familiares, con amistades, económicos. Por otro lado, las causas internas estarán interferidas en experiencias ocurridas en el pasado: autoestima menguada, angustia, individuos perfeccionistas, controladores, escaso soporte familiar, miedo a la soledad. Todo lo mencionado estará determinado por el periodo en que se encuentre el individuo ya que éstas replicarán más en los

adolescentes, e inicios de la adultez (13). Éstas causas dependerán de las particularidades del individuo, por lo que repercutirán en distintas sintomatologías; entre las diversas causas que originan el estrés laboral, la más destacada es el temor a lo desconocido. La sensación que el trabajador experimenta ante situaciones inciertas es la incapacidad para enfrentar dicho problema lo que le impide que pueda desarrollarse plenamente por miedo a equivocarse (14). A lo que causan: en la conducta; en comprensión de conformidad, el beneficiar, en rotar, el ausentar, los accidente y también la injusticia b) los Cognitivos: son: los de inferior decisión, carencia de atención, despreocupación; y c) fisiológicos, que comprenden: a enfermedades cardiovasculares (15). En cambio, otro autor señala que las consecuencias posibles del estrés se pueden definir en cansancio físico también mental, presenta ansiedad, bajo rendimiento, no satisfecho en lo profesional, poca productividad, no confiar en sus capacidades (16).

El afrontamiento al estrés es el proceso de manejo cuyo objetivo es restablecer el equilibrio y reducir la tensión con acciones sobre el medio ambiente o intrapsíquica, que sobrecargan o exceden los recursos del individuo. Es importante comprender que el temor es un factor básico detrás del estrés. Por consiguiente, es necesario enfrentar los temores, reales e irracionales y aprender a solucionarlos eficazmente, así como adquirir tranquilidad con respecto de las situaciones que están fuera del propio control (17). Según Callista Roy define los procesos de afrontamiento en modos innatos y obtenidos de proceder ante los cambios derivados en el ambiente, estos componentes teniendo por medio estos procesos la experiencia conocidas en el medio de lo aprendido, así que aporta en las reacciones habituales en los estímulos personales (18).

Existen estrategias de afrontamiento las cuales se clasifican en dimensiones como, por ejemplo, enfocados en el problema. El ser humano se enfoca en crear frente a la situación las soluciones, indagando qué está originando el inconveniente y así aumentar los recursos para reducir el malestar; ya que esto ayudará a visualizar las competencias y obtener mejores resultados. Estas estrategias están encaminadas en la focalización de la solución del problema (FSP), reevaluación positiva (REP), y la búsqueda de apoyo social (BAS). Por otro lado, en la dimensión enfocada en la emoción, el individuo indaga la disminución de todo efecto emocional. Se activa cuando estamos en un momento estresante. Hay casos donde la persona puede

expresarse forzando las emociones o alterándolas de manera constante, en este tipo de estrategia interceden: la expresión emocional abierta (EEA), autofocalización negativa (AFN). En cambio, la dimensión enfocada a la evitación indica que la persona se aleja del problema o mantiene ocupada su mente en otras actividades para que no se pueda ver afectado ante esta situación, ya que de cierto modo es la forma más rápida de deshacerse del problema de manera espontánea. Y por último está la dimensión religión, que es una búsqueda de ayuda en seres espirituales como: asistir a la iglesia y orar con el fin de reducir el problema; esta es una dimensión que permite a la religión ser parte de la solución y transformar el problema (19).

El internado de Enfermería se refiere a la actividad curricular que logra al interno aplicar los conocimientos, destrezas y habilidades adquiridas durante el tiempo de estudio y demostrar actitudes y valores éticos exigidos por su profesión. Este quehacer profesional demanda estar en constante contacto íntimo con las demás personas y el mantener intercambios con estas, lo que puede significar para algunos internos un cambio en su vida personal y laboral pudiendo desencadenar síntomas de estrés.

Durante el internado, algunas personas pasan por situaciones de gran intensidad emocional ya que es ahí donde se les da la oportunidad y gran responsabilidad de estar en contacto con el paciente. Muchas veces, las situaciones hacen que el interno se recargue de actividades, provocando que dude de sus conocimientos y de la eficacia de las distintas intervenciones que realice al paciente. Como consecuencia se presentan manifestaciones psicósomáticas y cambios de conducta. El estudiante de enfermería como futuro profesional, durante el internado, es integrado a un equipo de trabajo en servicios intrahospitalarios y comunitarios; por ende, requiere desarrollar estrategias de afrontamiento frente al estrés durante su formación. Lo cual le permitirá reflexionar y aplicarlas para que en un futuro sepa qué hacer frente a un problema. De manera que la mínima forma de estrategia personal podría ser a nivel “cognitivo, fisiológico y conductual”

La enfermería de por sí genera estrés por un desgaste emocional por las situaciones diarias que se viven con el paciente, la demanda de gran cantidad de tiempo por las actividades propias del trabajo en horarios nocturnos, la adaptación

a un ámbito distinto al hogar, el convivir con otras personas, y realizar largos recorridos hasta el lugar de trabajo; entre otras. Por ello, el estrés afecta la salud en el ámbito físico, psicológico y social, así como el desempeño laboral (20).

Existen investigaciones internacionales del tema como la realizada por Peña y colaboradores (2017), en México sobre “Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de nivel superior de la Universidad Autónoma de Guerrero”. La muestra estuvo conformada por 158 alumnos de la escuela de enfermería. El estudio fue de tipo descriptivo y analítico transversal. En los resultados se obtuvo que la prevalencia del estrés fue de 88.6%; 43.7% con intensidad regular. El factor generador de estrés en el 77.8% fue la sobrecarga de actividades académicas. El 13.3% empleó la estrategia de habilidad asertiva, seguido de la búsqueda de apoyo social con 41.1%; mientras que la expresión emocional abierta con 56.3% no fue utilizada (21). Asimismo, en España, en la investigación de Duarte y colaboradores (2017) titulada “Estrés en estudiantes de Enfermería”, cuyo objetivo fue evaluar el nivel de estrés en estudiantes de enfermería; se utilizó la metodología de tipo descriptivo-observacional de corte transversal realizado sobre una población total de 744 estudiantes. De dicho estudio, el 39 % de los estudiantes tenía 21 años. En cuanto a la distribución por sexo, el 72% eran mujeres y 28% hombres. El estudio concluyó que es fundamental conocer el estrés padecido por los estudiantes de manera institucional para plantear intervenciones que los ayuden a manejar el estrés que podrían padecer durante sus prácticas clínicas (22). Por otro lado, el estudio de Soria y col. (2017) en Barcelona, de tipo observacional descriptivo transversal, tuvo el objetivo de conocer la prevalencia de estrés durante las prácticas clínicas en los estudiantes de enfermería. Con una muestra de 167 estudiantes, el resultado fue que el 99% de ellos presentaron momentos de nerviosismo y preocupación. La estrategia de afrontamiento más utilizada estuvo enfocada en la solución del problema con un 17.9% y la estrategia menos empleada fue la religión con un 88.4% (23).

A nivel nacional, Matamoros y Col. (2016) en Huancavelica, realizaron un estudio de tipo descriptivo no experimental con el objetivo de determinar las estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de la facultad de enfermería. En una muestra de 172 estudiantes, encontraron que el 23.26% empleó como estrategia de afrontamiento la autocrítica frente al estrés; el 20.93% se retiró del entorno; el

19.77%, el pensamiento descriptivo frente al estrés; el 12.21%, solucionó el problema; el 8.14% evitó el problema; el 4.56% buscó apoyo social frente al estrés y sólo el 3.49% empleó la expresión emocional abierta (24). Del mismo modo Borda, en el año 2015 en Puno, con su trabajo de investigación titulado “Estrés y Estrategias de afrontamiento en prácticas clínicas en estudiantes de la facultad de Enfermería en la Universidad Nacional del Altiplano”, tuvo por objetivo determinar la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en las prácticas clínicas. La metodología fue de tipo descriptivo y correlacional. La muestra estuvo constituida por 97 estudiantes. Los resultados obtenidos en cuanto a las estrategias de afrontamiento fueron: el 51% de estudiantes a veces utiliza estas estrategias, el 46.4% no las utiliza y el 2.1% si utiliza diferentes estrategias de afrontamiento. De dichas estrategias, la predominante fue la religión con un 7.2%. En cambio, la que no se usaron fueron la auto focalización negativa con 64.9% y la expresión emocional abierta con 61.9% (25). A su vez, Sotomayor en el 2018 realizó un estudio descriptivo de abordaje cuantitativo, de corte transversal, teniendo como objetivo determinar las estrategias de afrontamiento del estudiante de Enfermería ante el estrés en las prácticas clínicas de una universidad privada en Lima. Para dicho estudio, se seleccionaron 60 estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Escuela de Enfermería, utilizando el instrumento de estrategias de afrontamiento del estrés Bonificación Sandín y Paloma Chorot (CAE) 2002, escala de Likert modificada. Los resultados arrojaron que la mayor parte de la población era de sexo femenino, solteros y que pocos cuentan con hijos; de los cuales, el 45% tenía un afrontamiento inadecuado; el 30%, un afrontamiento regular y el 25%, un afrontamiento adecuado. Según sus dimensiones, un 50% posee un afrontamiento inadecuado centrado en la solución de problemas, un 40% centrada en la emoción y un 46% centrada en la evitación y escape. Como conclusión, muestran estrategias de afrontamiento ante el estrés inadecuadas donde el porcentaje está enfocado en la dimensión problema (26).

El estrés es un fenómeno muy frecuente y que va en aumento en el ámbito laboral debido a los repentinos cambios que está sufriendo el mundo económico y social; con graves consecuencias para la salud de los trabajadores pues deben asumir estos cambios, posiblemente cada vez más difíciles de superar (27).

La educación de personas adultas se define como "una formulación extensa de manera individual para deducir la formación como un elemento constante de beneficio personal y social que se adecúa a los cambios y también provoca un elemento dialéctico entre obtener y prosperar, entre hacer y pensar" (28).

En la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW), existen estudiantes internos que se caracterizan por ser personas con familia, es decir que ya tienen hijos, personas mayores de edad que aún luchan por terminar su carrera, personas que se dedican a trabajar y estudiar al mismo tiempo para solventar sus gastos y otras que sólo se dedican a estudiar. Trabajar y estudiar exige suma organización en la vida personal, porque desarrollar ambas actividades demanda tiempo y es muy estresante lidiar con las diversas dificultades que se presentan. Así se tienen que coordinar los horarios laborales con los universitarios para poder seguir con los estudios. Si en tal caso, las coordinadoras o docentes no prestan esta facilidad, los estudiantes internos son expuestos a padecer situaciones estresantes por la presión ocasionada.

La presente investigación procura identificar las estrategias de afrontamiento frente al estrés en los internos de Enfermería pues como ya se ha mencionado, el estrés es considerado, hoy en día, el principal factor generador de patologías físicas y alteraciones mentales. La forma de cómo afrontarlo se debe a los mecanismos de adaptación de cada persona que a largo plazo determinarán si se presentan patologías ocasionadas por el estrés ya que el interno de enfermería se encuentra en un proceso de formación en la cual, está sobrecargado de actividades académicas y laborales. En este sentido, el estudio permitirá determinar qué tipos de estrategias de afrontamiento utilizan, para que en base a los resultados se establezcan sistemas de apoyo de afrontamiento para dichas situaciones y así evitar que se desencadenen enfermedades ocupacionales. En cuanto a la factibilidad del proyecto, es posible debido a que se posee material bibliográfico sobre la variable de estudio y facilidades en ejecución del trabajo de campo. Metodológicamente, el proyecto es viable y los resultados puedan ser replicados. El objetivo general es determinar el nivel de afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW. A todo lo anteriormente expuesto se formula el siguiente problema: ¿Cuál es el Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2019?

II. MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. ENFOQUE Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La investigación es de enfoque cuantitativo; según Hernández y colaboradores, dicho enfoque de investigación sigue un proceso secuencial, utiliza el método deductivo, probabilístico y examina la realidad objetiva; se caracteriza por medir fenómenos, hace uso de la estadística descriptiva e inferencial, permite la experimentación para probar relaciones causa efecto; posee atributos como la generalización de resultados, control sobre los fenómenos, precisión, réplica de resultados y predicción (29).

El diseño de investigación es descriptivo y transversal. Según Danhke, por medio de dicho diseño, se pretende detallar las propiedades, atributos y características importantes de individuos, grupos sociales, miembros de una comunidad o región geográfica, o cualquier otro tipo que permita ser analizado, la variable será medida solo una vez en el tiempo (30).

2.2. POBLACIÓN

La población de estudio estuvo constituida por 133 internos (72 del noveno ciclo y 61 del décimo ciclo) de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener. Para la selección se utilizaron los criterios de inclusión y exclusión planteados en el estudio. En cuanto a la muestra se trabajó con toda la población por ser población pequeña, excluyendo solamente a quienes no deseen participar en el estudio.

Criterios de inclusión:

- Internos de Enfermería de la UPNW
- Internos del XI y X ciclo de la UPNW
- Internos de Enfermería que aceptaron firmar el consentimiento informado

Criterios de exclusión:

- Internos que no asistieron a la reunión mensual
- Internos que no aceptan participar voluntariamente en la investigación
- Por lo que el muestreo fue a criterio del investigador, quedando constituida por 56 internos pertenecientes al noveno ciclo y 45 internos del décimo ciclo.
- Internos de Enfermería que no firmaron el consentimiento informado

2.3. VARIABLE DE ESTUDIO

El estudio presenta una variable principal afrontamiento al estrés. Según su naturaleza, es una variable cualitativa y su escala de medición nominal.

Definición conceptual de la variable principal: Según la teórica Callista Roy el afrontamiento “son los esfuerzos comportamentales y cognitivos que realiza la persona para atender las demandas del entorno, que actúan como un todo para mantener la función vital e integridad” (31).

Definición operacional de variable principal: Son respuestas expresadas por los internos de enfermería, sobre cómo actúan frente a situaciones generadoras de estrés. Las cuales se obtuvieron a través del CAE, valorado según dimensiones en dos tipos de estrategias: Estrategias adaptativas (Focalizado en la solución del problema, Reevaluación positiva, Expresión Emocional Abierta, Búsqueda de Apoyo Social y Religión) y Estrategias desadaptativas (Autofocalización Negativa y Evitación).

2.4. TÉCNICA E INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

Técnica de recolección de datos:

Fue la encuesta que se aplicó a cada interno de Enfermería que permitió recoger datos de forma eficaz de una muestra representativa de la población (32).

Instrumento de recolección de datos:

Para la recolección de datos se aplicó como técnica la encuesta, empleando como instrumento el “Cuestionario de Afrontamiento de Estrés” (CAE) creado por Lazarus R. y Folkman S. en Nueva York en el año 1984. En el 2002 el CAE fue adaptado al español por B. Sandín y P. Chorot, modificado por la autora Sotomayor G. en el año 2018 (33).

Validez y confiabilidad del instrumento de recolección de dato

Fue validado en España por B. Sandin y P. Chorot en el año 2002 en donde demostraron una clara estructura factorial de los 42 ítems dividido en 7 dimensiones: Búsqueda de Apoyo Social (BAS), Expresión Emocional Abierta (EEA), Religión (RLG), Focalizado en la Solución del Problema (FSP), Evitación (EVT), Autofocalización Negativa (AFN) y Reevaluación Positiva. Sandin y Chorot, determinaron la confiabilidad del CAE tanto para el CAE general como para las 7 dimensiones. Donde los coeficientes de fiabilidad calculadas por Alfa de Cronbach para las 7 dimensiones variaron entre 0,64 y 0,92 (34). El instrumento consta de 42 preguntas que están diseñadas para valorar 7 estrategias de afrontamiento. Las respuestas se darán según escala Likert dando a cada indicador 4 categorías de 0 a 3, teniendo como criterios: 0 =Nunca lo hago; 1= A veces lo hago; 2= Frecuentemente lo hago; 3= Siempre lo hago.

En el Perú, el CAE en el año 2018 fue sometido a validez de contenido por juicio de expertos por G. Sotomayor, en internos de enfermería donde se obtuvo un Coeficiente de Alfa de Crombach de 0,74 (26). En otro estudio en Perú, el CAE fue utilizado por T. Anaveli en el año 2018 quien aplicó una prueba piloto en el mes de setiembre en el año 2018 a 15 internos de enfermería que realizaban su internado en el Hospital Arzobispo Loayza en los diferentes servicios. Se obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.80 mostrando una confiabilidad aceptable (35). Es por lo que para esta investigación no se realizó la prueba piloto ya que recientemente el instrumento fue utilizado.

2.5. PROCEDIMIENTO PARA RECOLECCIÓN DE DATOS

2.5.1. Autorización y coordinaciones previas para la recolección de datos

Se realizó previa coordinación con la Escuela Profesional de Enfermería. Luego se tramitó la carta de presentación de la universidad. Se pudo obtener el listado completo de internos de noveno y décimo ciclo, con el fin de conocer el tamaño de la población. Al identificarse la cantidad de internos de Enfermería, se coordinó con la coordinadora de internado para realizar la encuesta en la reunión mensual con los respectivos ciclos.

2.5.2. Aplicación de instrumento de recolección de datos

Se acordó con la coordinadora del internado la aplicación de la encuesta que tomara un promedio de 10 a 20 minutos. Posteriormente, se verificó el correcto llenado del instrumento, así como la calidad del mismo.

2.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Después de la etapa de recolección de datos, estos se digitaron en Excel 2019 y luego fueron ingresados al programa de software estadístico IBM SPSS Statistics versión 25.0 y para el análisis de datos se utilizó estadística descriptiva que mediante gráficos y tablas de frecuencias permitirá ser analizados e interpretados y cuyos resultados, finalmente, fueron discutidos.

2.7. ASPECTOS ÉTICOS

No se vulneró, de ningún modo, los derechos de los participantes del estudio, por tal motivo el proyecto fue presentado al comité de ética de la Universidad Privada Norbert Wiener quien le dio su aprobación. Además, los participantes fueron informados de los propósitos de la investigación que se sujeta a los siguientes principios éticos:

Principio de autonomía

Se tuvo en cuenta el consentimiento informado de tal manera la voluntad de los participantes no ha sido socavada y que estos pueden ejercer libremente su voluntad y responsabilidad.

Principio de beneficencia

El alcance de los beneficios abarco en los estudiantes encuestados y repercutirá en las acciones que la universidad disponga con base a los resultados fruto de la investigación.

Principio de no maleficencia

La información recabada es absolutamente confidencial de modo que no se ha ocasionado perjuicio o agravio de ningún tipo (social, moral, psicológico)

Principio de justicia

Todo participante en la investigación fue tratado con deferencia, sin ningún tipo de exclusión ya sea (social, política, religioso) o de cualquier índole, rechazando así enérgicamente la discriminación con todos sus matices.

III. RESULTADOS

Tabla 1 Características sociodemográficas del participante (n=101)

Edad (años)	Frecuencia	Porcentaje
De 20 a 24	12	12%
De 25 a 29	36	36%
De 30 a 34	32	32%
De 35 a 39	12	12%
De 40 a 48	8	8%
De 50 a mas	1	1%
Sexo		
Femenino	89	88.1%
Masculino	12	11.9%
Estado Civil del interno(a)		
Soltero	71	70.3%
Casado	17	16.8%
Conviviente	13	12.9%
Ciclo		
Noveno	56	55.4%
Decimo	45	44.6%
Religión		
Católica	86	85.1%
Evangélica	11	10.9%
Otros	4	4%

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla 1, se muestran las características sociodemográficas de 101 internos de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener. En relación a la edad, el 61% oscilaba de 20 a 30 años; el 33%, de 31 a 40 años; el 7%, de 41 años a más. En relación al sexo, el 88.1% es femenino y el 11.9% pertenecen al género masculino. En cuanto al estado civil del interno, el 70.3% es Soltero; el 16.8% son casados; y el 12.9% son convivientes. En relación al ciclo de internado el 55.4% son del noveno y el 44.6% pertenecen al décimo ciclo. Respecto a la religión el 85.1% son católicos, el 10.9% pertenecen a la religión evangélica y solo el 4% pertenecen a otras religiones.

Tabla 2 Nivel de Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según dimensiones.

Dimensiones		Frecuencia	Porcentaje
Problema	ADECUADO	15	14.9 %
	REGULAR	68	67.3 %
	INADECUADO	18	17.8 %
Positiva	ADECUADO	15	14.9 %
	REGULAR	73	72.3 %
	INADECUADO	13	12.9 %
Apoyo Social	ADECUADO	18	17.8 %
	REGULAR	57	56.4 %
	INADECUADO	26	25.7 %
Emoción	ADECUADO	15	14.9 %
	REGULAR	71	70.3 %
	INADECUADO	15	14.9 %
Auto focalización	ADECUADO	15	14.9 %
	REGULAR	55	54.5 %
	INADECUADO	31	30.7 %
Religión	ADECUADO	19	18.8 %
	REGULAR	57	56.4 %
	INADECUADO	25	24.8 %
Evitación	ADECUADO	22	21.8 %
	REGULAR	55	54.5 %
	INADECUADO	24	23.8 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla 2, se observa en cuanto al nivel de afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según dimensiones lo siguiente: en cuanto a la dimensión problema el 67.3% presentan un afrontamiento regular, el 17.8% inadecuado y el 14.9% adecuado; en la dimensión reevaluación positiva el 72.3% tienen un afrontamiento regular, el 14.9% adecuado y en 12.9% inadecuado; en la dimensión búsqueda de apoyo social el 56.4% presentan un afrontamiento regular, el 25.7% inadecuado y en un 17.8% adecuado; en la dimensión expresión emocional abierta muestra en un 70.3% presentan afrontamiento regular, en un 14.9% están adecuados e inadecuados, en la dimensión autofocalización negativa muestra el 54.4% tienen afrontamiento regular, en un 30.7% inadecuado y en 14.9% adecuado; en la dimensión religión presenta en un 56.4% afrontamiento regular, 24.8% inadecuado y en un 18.8% adecuado; y por último la dimensión

evitación muestra que el 54.5% presentan un afrontamiento regular, el 23.8% inadecuado y solo el 21.8% tienen afrontamiento adecuado.

Tabla 3 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Afrontamiento al Estrés	Frecuencia	Porcentaje
Adecuado	22	21.8 %
Regular	53	52.5 %
Inadecuado	26	25.7 %
Total	101	100 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla 3, se observa el afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener se obtuvo como resultado que el 52.5% presentan un afrontamiento regular, el 25.7% presentan un afrontamiento adecuado, y por último el 21.8% inadecuado.

Tabla 4 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Focalización en la Solución del Problema

NIVEL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ADECUADO	15	14.9 %
REGULAR	68	67.3 %
INADECUADO	18	17.8 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla 4, se observa que el nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión Focalización en la Solución del Problema en internos de enfermería de la UPNW lo siguiente: el 67.3% presentan un afrontamiento regular, el 17.8% presentan afrontamiento inadecuado, y por último el 14.9% adecuado.

Tabla 5 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Expresión Emocional Abierta

NIVEL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ADECUADO	15	14.9 %
REGULAR	71	70.3 %
INADECUADO	15	14.9 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla 5, se observa que el nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión Expresión Emocional Abierta en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener lo siguiente: el 70.3% muestran un afrontamiento regular, y el 14.9% tanto para inadecuado, como para adecuado.

Tabla 6 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Evitación.

NIVEL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ADECUADO	22	21.8 %
REGULAR	55	54.5 %
INADECUADO	24	23.8 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla 6, Se observa que el nivel de afrontamiento al estrés centrado en la evitación en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener lo siguiente: el 54.5% presentan un afrontamiento regular, el 23.8% inadecuado y tan solo el 21.8% adecuado.

Tabla 7 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Grupo Etario

Grupo Etario		Frecuencia	Porcentaje
De 20-30	Adecuado	15	14.9 %
	Regular	34	33.7 %
	Inadecuado	12	11.9 %
	Total	61	60.4 %
De 31-40	Adecuado	10	9 %
	Regular	15	14.9 %
	Inadecuado	8	7.9 %
	Total	33	32.7 %
De 40 a mas	Adecuado	1	1 %
	Regular	4	4 %
	Inadecuado	2	2 %
	Total	7	6.9 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla 7, se observa que el afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la UPNW en relación al grupo etario responden a esta dimensión que el 33.7% tienen un afrontamiento regular y pertenecen al grupo etario de 20 a 30 años , el 14.9% tienen las edades de 31 a 40 años y solo el 4% pertenecen al grupo etario de 40 años a más; el 14.9% tiene un afrontamiento adecuado y tienen las edades de 20 a 30 años, el 9% pertenecen a las edades de 31 a 40 años y solo el 1% tiene las edades de 40 años a más; el 11.9% tienen un afrontamiento inadecuado y pertenecen al grupo etario de 20 a 30 años, el 7.9% tienen las edades de 31 a 40 años y solo en un 2% tienen de 40 años a más.

Tabla 8 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Género.

	Ciclo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	Adecuado	22	21.8 %
	Regular	46	45.5 %
	Inadecuado	21	20.8 %
	Total	89	88.1 %
Masculino	Adecuado	4	4%
	Regular	7	6.9% %
	Inadecuado	1	1 %
	Total	12	11.9 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la **tabla 8**, se observa que el afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la UPNW en relación al género responde a esta dimensión que el 45.5% tienen un afrontamiento regular y lidera el género femenino y solo 6.9 % pertenecen al género masculino; el 21.8% tienen un afrontamiento adecuado y son del género femenino y en un 4% masculino; los que tienen un afrontamiento inadecuado y pertenecen al género femenino se representa en un 20.8% y solo el 1% masculino.

Tabla 9 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Estado Civil.

	Estado Civil	Frecuencia	Porcentaje
Soltero	Adecuado	21	20.8 %
	Regular	37	36.6 %
	Inadecuado	13	12.9 %
	Total	71	70.3 %
Casado	Adecuado	1	1 %
	Regular	10	9.9 %
	Inadecuado	6	5.9 %
	Total	17	16.8 %
Conviviente	Adecuado	4	4 %
	Regular	6	5.9 %
	Inadecuado	3	3 %
	Total	13	12.9 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla N°9, se observa que el afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la UPNW en relación al estado civil responde a esta dimensión que el 36.6% tienen un afrontamiento regular y son solteros, el 9.9% son casados y solo el 5.9% son convivientes; el 20.8% tienen un afrontamiento adecuado y son solteros, en un 4% convivientes y solo el 1% es casado; el 12.9% tienen un afrontamiento inadecuado y son solteros, en un 5.9% son casados y solo el 3% convivientes.

Tabla 10 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019 en relación al Ciclo Universitario que Cursa.

Ciclo		Frecuencia	Porcentaje
Noveno	Adecuado	19	18.8 %
	Regular	26	25.7 %
	Inadecuado	11	10.9 %
	Total	56	55.4%
Decimo	Adecuado	7	6.9 %
	Regular	27	26.7 %
	Inadecuado	11	10.9 %
	Total	45	44.6 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

En la tabla N°10, se observa que el afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la UPNW en relación al ciclo responde a esta dimensión que el 26.7% tienen un afrontamiento regular y pertenecen al décimo ciclo y en un 25.7% son del noveno ciclo; el 18.8% tienen un afrontamiento adecuado y son del décimo ciclo, solo el 6.9% pertenecen al noveno ciclo; el 10.9% tienen un afrontamiento inadecuado y pertenecen al noveno y décimo ciclo.

Tabla 11 : Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en relación con la Religión.

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Religión		Frecuencia	Porcentaje
Católica	Adecuado	19	18.8%
	Regular	46	45.5 %
	Inadecuado	21	20.8 %
	Total	86	85.1 %
Evangélica	Adecuado	5	5 %
	Regular	5	5 %
	Inadecuado	1	1 %
	Total	11	10.9 %
Otras	Adecuado	2	2 %
	Regular	2	2 %
	Inadecuado	0	0 %
	Total	4	4%

En la tabla N°11, se observa que el afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la UPNW en relación a religión responden a esta dimensión que el 45.5% tienen un afrontamiento regular y pertenecen a la religión católica, y en un 5% pertenecen a la religión evangélica, el 18.8% tienen un afrontamiento adecuado y son católicos , el 5% son evangélicos y solo el 2% pertenecen a otras religiones, los internos que tienen un afrontamiento inadecuado y pertenecen a la religión católica se representa en un 20.8% y solo el 1% es evangélico.

IV. DISCUSION

En la realización del estudio se da a conocer lo que conciertan los hallazgos del presente proyecto de investigación con estudios anteriores, y a partir de ellos se concluye que, de todos los estudios anteriores planteados en esta investigación, 3 son internacionales y 3 nacionales. Todos los internacionales fueron desarrollados principalmente en Inglaterra, México, España y Barcelona, mientras que los nacionales fueron desarrollados en el Perú.

En los datos sociodemográficos de 101 internos de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener. En relación a la edad, el 61% oscilaba de 20 a 30 años; el 33%, de 31 a 40 años; el 7%, de 41 años a más; en relación al sexo, el 88.1% es femenino y el 11.9% pertenecen al género masculino, en cuanto al estado civil del interno, el 70.3% son solteros; comparado con las investigaciones Duarte y col. (2017) obtuvieron como resultados en cuanto a la edad el 39% de los estudiantes tenía 21 años y en cuanto a la distribución por sexo predominó que el 72% eran mujeres y 28% hombres (22). Al igual que en el estudio de Sotomayor (2018) en sus resultados obtenidos indicó que la mayor parte de la población era de sexo femenino y en cuanto al estado civil la mayoría son solteros (26)

Analizando el nivel de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener se obtuvo como resultado que el 52.5% presentan un afrontamiento regular, el 25.7% presentan un afrontamiento adecuado, y por último el 21.8% inadecuado; este hallazgo coincide con Borda (2015) donde los resultados obtenidos en su investigación a lo que refiere "estrategias de afrontamiento" con resultado de; 51% en estudiantes que algunas veces hacen uso de estrategias, 46.4% en la que no hacen uso y el 2.1% que usa diferentes estrategias "de afrontamiento" (25); y con el estudio de Sotomayor (2018) sus resultados arrojaron que el 45% tenía un afrontamiento inadecuado; el 30% un afrontamiento regular y 25 % el afrontamiento adecuado (26).

Al establecer el afrontamiento al estrés centrado en el problema en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener donde se obtuvo como resultado que el 67.3% presentan un afrontamiento regular, el 17.8% presentan afrontamiento inadecuado, y por último el 14.9% adecuado, algunos internos se

identificaron con algunas preguntas dando como resultado que el 42% siempre afrontan sus problemas buscando soluciones durante su internado; este hallazgo discrepa con Soria y col. (2017) donde su estrategia de afrontamiento más utilizada estuvo enfocada en la solución del problema con un 17.9% (23); al igual que en el estudio de Matamoros y col. (2016) donde sus resultados obtenidos en cuanto a su estrategia de afrontamiento solucionó el problema en un 12.21% y solo el 8.14% evitó el problema (24); asemejándose a los resultado obtenidos en esta investigación con el estudio de Sotomayor (2018) según sus dimensiones, un 50% posee un afrontamiento inadecuado centrado en la solución de problemas, como conclusión, muestran estrategias de afrontamiento ante el estrés inadecuadas donde el porcentaje está enfocado en la dimensión problema (26)

En relación al nivel de afrontamiento al estrés centrado en la emoción en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener el 70.3% muestran un afrontamiento regular, y el 14.9% tanto para inadecuado, como para adecuado; mientras que, en la investigación de Peña y col. (2017), sus resultados arrojaron que la expresión emocional abierta con 56.3% no fue utilizada (21); discrepando a los resultados obtenidos en esta investigación con el estudio de Matamoros y Col. (2016) donde sólo el 3.49% empleó la expresión emocional abierta (24). Así mismo discrepa con la investigación de Borda (2015) cuyos resultados obtenidos arrojaron que la dimensión menos usada fue la expresión emocional abierta con 61.9% (25); sin embargo, coincide con la investigación de Sotomayor (2018) quien tuvo como resultado un 40% centrada en la emoción (26).

En cuanto al nivel de afrontamiento al estrés centrado en la evitación en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener el 54.5% presentan un afrontamiento regular, el 23.8% inadecuado y tan solo el 21.8% adecuado, este producto coincide con la investigación de Sotomayor (2018) donde obtuvo como resultado que el 46% utilizan la dimensión centrada en la evitación (26).

V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

- El nivel de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener se evidencio que presentan un afrontamiento regular en todas las dimensiones de la investigación.

5.2. RECOMENDACIONES

- Se recomienda a la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener implementar programas o talleres sobre estrategias para el manejo de estrés en los internos de enfermería con la finalidad de prevenir consecuencias en la salud.
- Se sugiere a la Coordinación de prácticas y tutoras encargados de los internos que trabajen en equipo para desarrollar talleres de bienestar emocional conjuntamente con Dirección de Bienestar Universitaria.
- Se recomienda a la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener implementar talleres sobre estrategias de afrontamiento frente al estrés en los internos del décimo ciclo de enfermería con la finalidad de prevenir consecuencias en la salud.
- Se sugiere realizar otras investigaciones sobre estrategias de afrontamiento ante el estrés para evaluar la efectividad de los talleres realizados con los internos.
- Se recomienda realizar otras investigaciones sobre estrategias de afrontamiento ante el estrés en otros niveles de estudios de Enfermería.

Referencias

1. La Organización Mundial De La Salud. El estrés. España: OMS; 2000.
2. Organización Mundial de la Salud. (OMS) (2015) Temas de salud. Enfermería. Información consultada el 10 de sept. de 2019 Recuperado de: <http://www.who.int/topics/nursing/es/>
3. OPS/OMS. Estrés laboral es una carga para los individuos, los trabajadores y las sociedades. 2016. Disponible en:

http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=1973%3Aworkplace-stress-takes-a-toll-on-individuals-employers-and-societies&Itemid=135&lang=es
4. Organización Internacional del Trabajo (OIT) (2016) Estrés en el trabajo: Un reto colectivo. Servicio de Administración del Trabajo, Inspección del Trabajo y Seguridad y Salud en el Trabajo - LABADMIN/OSH. Ginebra: OIT, 2016. 62 p.) <http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2016/490658.pdf>
5. OIT. Estrés en el trabajo: Un reto colectivo. 2016. Disponible en:
http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44373/9789243564029_spa.pdf;jsessionid=97A1523C610605A36BB2C5A5B0BADADD?sequence=1
(Último acceso 18 sept. 2019).
6. La Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés. Ansiedad y estrés. Madrid: SEAS; 2003.
7. Galán S, Camacho E. Estrés y Salud: Investigación Básica y Aplicada. México: Manual Moderno; 2012.
8. Manzaneda O, Álcos M. Nivel de estrés en internos de enfermería. Red de salud Tacna. 2011. [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann Tacna; 2012. [citado 18 sept. 2019]Disponible <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/524>

9. Cano V. (2005). Factores psicosociales que inciden en el estrés laboral. SEAS. Universidad Complutense de Madrid. España. Disponible en : https://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/estres_lab/fact_psicosoc
10. Lazarus R, folkman S. estrés y participación social. México D.F.: trillas; 2003.
11. Gonzales M, Landero R. síntomas psicomaticos y teoría transaccional del estrés. Ansiedad y estrés. [Internet]. 2006 [25 de oct. del 2019]; 12(1):45-61. Disponible en: <http://www.monicagonzales.com/2006%20teoria%20%transaccional%20sx.pdf>.
12. Cotrina C. Nivel de estrés y mecanismo de afrontamiento de los estudiantes de quinto año de enfermería Universidad Nacional De Cajamarca.] tesis para optar grado de licenciada]. Cajamarca: Universidad Nacional De Cajamarca; 2014.
13. Aliza D. vida y salud. [internet].2014 [26 de oct.]. Disponible en: <http://www.vidaysalud.com/diario/estres-y-salud-mental/cuales-son-las-causas-del-estres>.
14. Gonzales M, Landero R. síntomas psicomaticos y teoría transaccional del estrés. Ansiedad y estrés. [Internet]. 2006 [25 de oct. del 2019]; 12(1):45-61. Disponible en: <http://www.monicagonzales.com/2006%20teoria%20%transaccional%20sx.pdf>.
15. Ivancevich, J. Matteson, M. (1980), Stress and work: A managerial perspective Glenview, Ill: Scott, Foresman.
16. Blanco G. El estrés en el trabajo. Rev Cien Cult [online]. 2003, n.12 [citado 2019-11-18], pp. 71-78. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-33232003000100008&lng=es&nrm=iso. ISSN 2077-3323.
17. Rodríguez J. Programa Integral de Autocuidado dirigido a personal de Enfermería. Binass [Internet]. 2010 [citado 8 de octubre 2019]; 31(1):1-6. Disponible en: <http://www.binasss.sa.cr/revistas/enfermeria/v31n1/art2.pdf>

18. Philips K. Sor Callista : Modelo de Adaptación. En: Marriner A T, Raile AM. Modelos y Teorías en Enfermería.: 7ª ed. España: Elsevier; 2011.p.335-357.
19. Bica P. psicología motivacional [revista de internet].2010 [fecha de acceso 12 de marzo del 2019]. Disponible en: <http://psicologiamotivacional.com/tipos-de-afrontamiento-del-estresnuestras-estrategias-internas/>
20. Paz T, Valdivia M.Nivel de Estrés Laboral en los Internos de la Facultad de Enfermería durante la práctica Pre Profesional. [Tesis de pregrado]. Arequipa: Universidad Católica de Santa María. Arequipa; 2014
21. Peña E, Bernal L, Pérez R, Ávila L y García K. Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de nivel superior de la universidad autónoma de guerrero [Publicación periódica en línea] 2017 Dic [Citado 2018 oct. 17]. 15 (92): [8p] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6279759>
22. de Dios Duarte Mª José, Varela Montero Isabel, Braschi Diaferia Lorenzo, Sánchez Muñoz Esther. Estrés en estudiantes de enfermería. Educ Med Super [Internet]. 2017 Sep [citado 2019 Nov 03]; 31(3): 110-123. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412017000300013&lng=es.
23. Soria A. y González S. Evaluación del estrés en los estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas: estudio descriptivo [Tesis de Licenciatura] Barcelona: escuela superior de ciencias de la salud, 2017.
24. Matamoros R. y Paquiyauri C. Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de la facultad de enfermería. [Tesis de Licenciatura]. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica, 2016.
25. Borda F. Estrés y Estrategias de afrontamiento en prácticas clínicas en estudiantes de la facultad de Enfermería. Universidad Nacional del Altiplano -Puno 2014 [Tesis de pregrado]. Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2015.

26. Sotomayor G. Estrategias de Afrontamiento del estudiante de enfermería ante el estrés en las prácticas clínicas en una Universidad Privada. [tesis para obtener el grado de licenciada en enfermería]. Lima: Universidad César Vallejo; 2018
27. Comín A., De la Fuente A., Dr. Gracia G. El estrés y el riesgo para la salud, España: MAZ.
28. San Martín. A: En BELTRAN, F. y BELTRAN, J.: Política y prácticas de la educación de personas adultas. Universidad de Valencia, Valencia.
29. Hernández S, Fernández C, Baptista M del P. Metodología de la investigación. 5ta ed. México: Mc Graw Hill; 2010.
30. CENTTY D. Manual metodológico para el investigador científico. Universidad Nacional de San Agustín Arequipa [Internet]. 2010;(54):41. Available from: [http://www.eumed.net/libros-gratis/2010e/816/TECNICAS DE INVESTIGACION.htm](http://www.eumed.net/libros-gratis/2010e/816/TECNICAS_DE_INVESTIGACION.htm)
31. Bonfill E, Lleixa M, Sáez F y Romaguera S. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. [Publicación periódica en línea] 2010 Oct [Citado 2019 Oct. 25]. 19 (4): [10p] Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010
32. Casas J, Repullo J, Donado J. La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). Atención Primaria [revista en Internet] 2003 [acceso 15 de oct. de 2019]; 31(8): 527-538. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656703707288>
33. Stavroula L. Griffiths A. et al. Organización del trabajo y el estrés [folleto]. Nottinham;Reino Unido:ONS;2004[fecha de acceso 10 de oct.] Disponible en: https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf/
34. Sandín B y Chorot P. Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar [Publicación periódica en línea] 2002. Jun

[Citado 2019 oct. 15]; 8(1): [39-54pp] Disponible en: http://www.consejeria.net/uploads/3/4/1/6/34163570/cuestionario_afrentamiento_estrs.pdf

35. Torres S. Estrategias de afrontamiento frente a situaciones de Estrés en internos de enfermería en el hospital Daniel Alcides Carrión, 2018. [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad César Vallejo; 2018

ANEXOS

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE								
Variable	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Número de Ítems	Valor final	Criterios para asignar valores
Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa	Según la teoría de Callista Roy el afrontamiento "Son los esfuerzos comportamentales y cognitivos que realiza la persona para atender las demandas del entorno, actúan como un todo para mantener la función vital e integridad" (29).	Son todos aquellos conocimientos y conductas que aplica el interno de enfermería para afrontar las exigencias internas y externas.	FOCALIZADO EN LA SOLUCIÓN DEL PROBLEMA (FSP)	<ul style="list-style-type: none"> Tuve en cuenta las causas de un mal procedimiento realizado durante las prácticas como interno. Analicé todos los procedimientos que realicé durante mis prácticas para evitar cometer algún error. Establecí un plan de acción de mejora en mi desenvolvimiento durante el internado y procuré llevarlo a cabo. Dialogué con mi coordinadora de prácticas cada vez que tenía una duda de algún procedimiento a realizar, para evitar cometer errores. Afronte los problemas buscando soluciones durante las prácticas del internado. Medité detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme ante algún mal procedimiento durante las prácticas. 	(1, 2, 3, 4, 5, 6)	Adecuado	Adecuado: 72- 87
	Escala de medición: Ordinal				<ul style="list-style-type: none"> Logré resultados positivos del internado a pesar de algunos obstáculos. 			Regular: 55 – 71

Anexo A.

				<p>REEVALUACION POSITIVA (REP)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observe durante el internado que hay preocupación por parte de los docentes para que los alumnos aprendan y amen la Profesión. • Descubrí situaciones positivas de las prácticas durante el internado. • Comprendí que las prácticas son importantes para mi formación universitaria • Experimente personalmente que uno puede aprender de los errores para no volverlos a cometer. • Analicé que después de todo, puede haber situaciones negativas, durante las prácticas. 	(7, 8, 9, 10, 11, 12)		
				<p>BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL (BAS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le comenté a familiares o amigos como me sentí cuando asistí a las prácticas. • Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar el problema que ocurría en el internado. • Pedí a mi coordinadora de prácticas que me ayudé enfrentar algún problema durante las prácticas • Me desahogué con amigos o familiares para que me ayuden durante las prácticas como interno. • Pedí a algún amigo o familiar que me indique cuál es el mejor camino para estar menos estresada (o) durante las prácticas. • Procuré que algún familiar o amigo escuché lo que me ocurría a diario en las prácticas. 	(13, 14, 15, 16, 17, 18)		

				<p>EXPRESION EMOCIONAL ABIERTA (EEA)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Descargué mi mal humor con los demás compañeros. • Me molesté con mi coordinadora de prácticas, porque me corrige continuamente los procedimientos. • Me comporte de forma hostil con los compañeros durante el internado. • Agredí verbalmente a algunas personas durante el internado. • Me irrité con los demás por contradecir mis procedimientos realizados durante el internado. • Me esfuerzo por realizar el internado satisfactoriamente. 	<p>(19, 20, 21, 22, 23, 24)</p>		
				<p>AUTOFOCALIZACION NEGATIVA (AFN)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Deduje que haga lo que haga, las cosas siempre me salían mal cuando realicé un procedimiento en las prácticas. • Sentí que todos los procedimientos los realicé mal durante las prácticas • Comprendí que en algunas ocasiones yo soy el principal causante de un problema en el internado. • Me sentí indefenso e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación negativa que ocurría. • Me di cuenta, por mí mismo, que no puedo hacer nada para cambiar la situación. • Me resigné aceptar que realicé mal un procedimiento durante internado 	<p>(25, 26, 27, 28, 29, 30)</p>		

				<p>RELIGION (RLG)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asistí a la iglesia para escuchar la palabra de dios y encontrar paz espiritual y realizar buenas prácticas • Pedí ayuda espiritual algún religioso (sacerdote, etc.) para asistir tranquila a las prácticas. • Acudí a la iglesia para rogar que se solucione el problema ocurrido en las prácticas • Tengo fe en Dios para realizar mis procedimientos durante las prácticas. • Rezo a diario para obtener mejores resultados durante las prácticas. • Acudo a la iglesia para poner velas o rezar para que todo me salga bien durante las prácticas. 	(31, 32, 33, 34, 35, 36)		
				<p>EVITACION (EVT)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuando tengo un problema, me concentro en el procedimiento que voy a realizar. • Me centro en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema que había suscitado durante las prácticas como interno. • Salgo al cine, a cenar a “dar un paseo” etc., para liberarme del estrés. • Procuo no pensar en cómo me irá el siguiente turno de las prácticas como interno. • Práctico algún deporte para relajarme del internado. • Intento olvidarme de todos los problemas familiares para concentrarme en el internado. 	(37, 38, 39, 40, 41, 42)		

Anexo B MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	MARCO TEORICO	VARIABLE	METODOLOGIA
¿Cómo es el Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2019?	<p>OBJETIVO GENERAL: Determinar el Nivel de afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UNW Lima 2019.</p> <p>OBJETIVOS ESPECIFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW centrado en el problema. - Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW centrado en la emoción. - Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW centrado en la evitación. 	<p>DEFINICIONES GENERAL DEL TEMA SEGÚN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - OMS - OPS - OIT - LA SOCIEDAD ESPAÑOLA - Salud mental - Estrés - Causas del estrés - Efectos y consecuencias del estrés. - Afrontamiento al estrés - Elementos de las estrategias de afrontamiento - Internado de Enfermería. - Antecedentes internacionales de México, España y Barcelona - Antecedentes Naciones en Huancavelica, Puno y Lima. 	Variable principal: afrontamiento al estrés, según su naturaleza, es una variable cualitativa y su escala de medición nominal.	<p>ENFOQUE Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La investigación será de enfoque cuantitativo - El diseño de investigación es descriptivo y transversal. <p>POBLACION: 133 MUESTRA: 101 TÉCNICA E INSTRUMENTO DE MEDICIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> - La técnica empleada en el presente estudio es la encuesta - Para la recolección de datos se aplicó como técnica la encuesta, empleando como instrumento el “Cuestionario de afrontamiento de estrés” (CAE)

Elaboración propia

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela de Enfermería

CONSENTIMIENTO INFORMADO

“AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, LIMA 2019”

La participación para este estudio es completamente voluntaria y confidencial. La información que usted me brindara, será manejada confidencialmente, solo la investigadora tendrá acceso a esta información, por tanto, solo requiero de su sinceridad y honestidad. La aplicación del instrumento tiene una duración aproximada de 20 minutos y consiste en un cuestionario con 42 ítems, cuyo objetivo es Determinar el Nivel de afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Esta información será analizada por la investigadora Miriam Maribel Asto Gonzales, egresada de la Escuela de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener. Si tiene alguna pregunta o desea más información sobre este trabajo de investigación, por favor comuníquese al correo; miiri.asto20@gmail.com.

DECLARACIÓN: Declaro mediante este documento que he sido informado plenamente sobre el trabajo de investigación, así mismo se me informó del objetivo del estudio y sus beneficios, se me ha descrito el procedimiento y me fueron aclaradas todas mis dudas, proporcionándome el tiempo suficiente para ello. En consecuencia, doy mi consentimiento para la participación en este estudio, certificando que he recibido una copia del consentimiento informado.

Lima, dede 2019

Firma del investigador

.....
Miriam, Asto Gonzales
N° DNI 73254257

.....
NOMBRE Y APELLIDOS DEL
PARTICIPANTE



Anexo D

“AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE ENFERMERIA DE LA
UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, LIMA 2019”

INSTRUMENTO: Cuestionario

I. **OBJETIVO:** Determinar el Nivel de afrontamiento al estrés en internos de
Enfermería de la UNW, Lima 2019.

II. INTRODUCCIÓN:

Interna(o):

Estimado(a) Interno, estoy realizando una investigación para conocer como
emplean las estrategias de afrontamiento frente a situaciones de estrés durante
su internado hospitalario y comunitario, solicito su participación voluntaria
respondiendo con sinceridad las preguntas de este cuestionario, recordarle que
la información brindada es confidencial y de uso estrictamente académico.

III. INSTRUCCIONES

Marque con una x la respuesta que Ud. considere. Agradezco desde ya su
colaboración.

IV. DATOS GENERALES:

Edad:

Sexo: 1. F () 2. M ()

Estado Civil:

1. Soltero/a () 2. Casado/a () 3. Conviviente () 4. Divorciado/a ()

5. Viudo/a ()

Ciclo: 1. (IX) ò 2. (X)

Religión: 1. Católica () 2. Evangélica () 3. Otros (Especifique)

Anexo E CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (CAE)

A continuación, encontrará unos ítems enfocados en como Ud. reacciona frente a situaciones de estrés. Marque con una X solo una respuesta según como considere que reacciona a esa situación.

	¿Cómo se ha comportado habitualmente ante situaciones de estrés?	Nunca lo hago (0)	A Veces lo hago (1)	Frecuente mente lo hago (2)	Siempre lo hago (3)
FOCALIZADO EN LA SOLUCION DEL PROBLEMA (FSP)					
1.	Tuve en cuenta las causas de un mal procedimiento realizado durante las prácticas como interno.+				
2.	Analicé todos los procedimientos que realicé durante mis prácticas para evitar cometer algún error.				
3.	Establecí un plan de acción de mejora en mi desenvolvimiento durante el internado y procuré llevarlo a cabo.				
4.	Dialogué con mi coordinadora de prácticas cada vez que tenía una duda de algún procedimiento a realizar, para evitar cometer errores.				
5.	Afronte los problemas buscando soluciones durante las prácticas del internado.				
6.	Medité detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme ante algún mal procedimiento durante las prácticas.				
REEVALUACION POSITIVA (REP)					
7.	Logré resultados positivos del internado a pesar de algunos obstáculos.				
8.	Observe durante el internado que hay preocupación por parte de los docentes para que los alumnos aprendan y amen la profesión.				
9.	Descubrí situaciones positivas de las prácticas durante el internado.				
10.	Comprendí que las prácticas son importantes para mi formación universitaria				
11.	Experimente personalmente que uno puede aprender de los errores para no volverlos a cometer.				
12.	Analicé que después de todo, puede haber situaciones negativas, durante las prácticas.				
BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL (BAS)					
13.	Le comenté a familiares o amigos como me sentí cuando asistí a las prácticas.				
14.	Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar el problema que ocurría en el internado.				
15.	Pedí a mi coordinadora de prácticas que me ayude enfrentar algún problema durante las prácticas				
16.	Me desahogué con amigos o familiares para que me ayuden durante las prácticas como interno.				
17.	Pedí a algún amigo o familiar que me indique cuál es el mejor camino para estar menos estresada (o) durante las prácticas.				
18.	Procuré que algún familiar o amigo escuche lo que me ocurría a diario en las prácticas.				

EXPRESION EMOCIONAL ABIERTA (EEA)					
19.	Descargué mi mal humor con los demás compañeros.				
20.	Me molesté con mi coordinadora de prácticas, porque me corrige continuamente los procedimientos.				
21.	Me comporte de forma hostil con los compañeros durante el internado.				
22.	Agredí verbalmente a algunas personas durante el internado.				
23.	Me irrité con los demás por contradecir mis procedimientos realizados durante el internado.				
24.	Me esfuerzo por realizar el internado satisfactoriamente.				
AUTOFOCALIZACION NEGATIVA (AFN)					
25.	Deduje que haga lo que haga, las cosas siempre me salían mal cuando realicé un procedimiento en las prácticas.				
26.	Sentí que todos los procedimientos los realicé mal durante las prácticas				
27.	Comprendí que en algunas ocasiones yo soy el principal causante de un problema en el internado.				
28.	Me sentí indefenso e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación negativa que ocurría.				
29.	Me di cuenta, por mí mismo, que no puedo hacer nada para cambiar la situación.				
30.	Me resigné aceptar que realicé mal un procedimiento Durante el internado				
RELIGION (RLG)					
31.	Asistí a la iglesia para escuchar la palabra de dios y encontrar paz espiritual y realizar buenas prácticas				
32.	Pedí ayuda espiritual algún religioso (sacerdote, etc.) para asistir tranquila a las prácticas.				
33.	Acudí a la iglesia para rogar que se solucione el problema ocurrido en las prácticas				
34.	Tengo fe en Dios para realizar mis procedimientos durante las prácticas.				
35.	Rezo a diario para obtener mejores resultados durante las prácticas.				
36.	Acudo a la iglesia para poner velas o rezar para que todo me salga bien durante las prácticas.				
EVITACION (EVT)					
37.	Cuando tengo un problema, me concentro en el procedimiento que voy a realizar.				
38.	Me centro en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema que había suscitado durante las prácticas como interno.				
39.	Salgo al cine, a cenar a "dar un paseo" etc., para liberarme del estrés.				
40.	Procuró no pensar en cómo me irá el siguiente turno de las prácticas como interno.				
41.	Práctico algún deporte para relajarme del internado.				
42.	Intento olvidarme de todos los problemas familiares para concentrarme en el internado.				

Tabla complementaria: Nivel de Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según dimensiones.

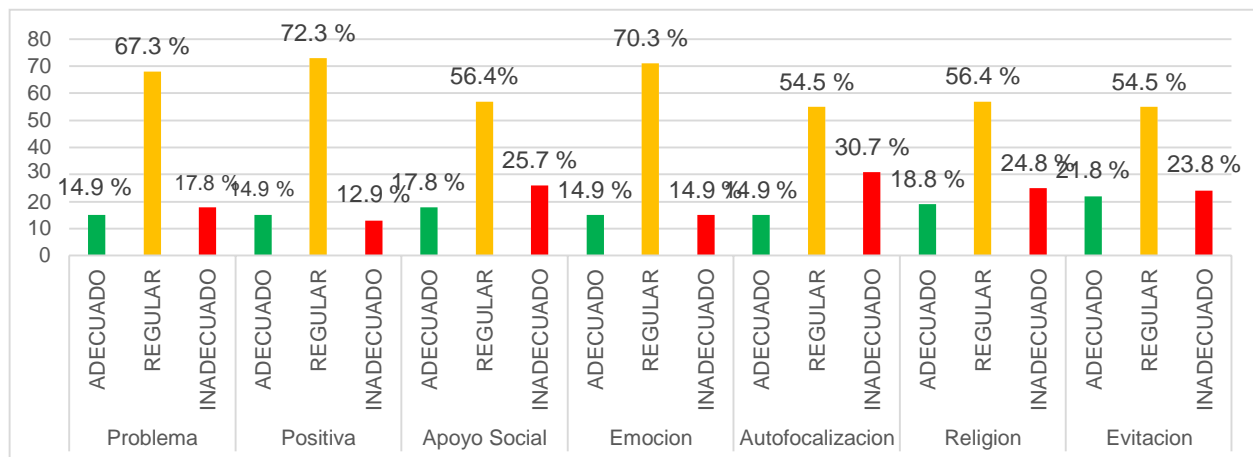
	¿Cómo se ha comportado habitualmente ante situaciones de estrés?	Nunca lo hago (0)	A Veces lo hago (1)	Frecuente lo hago (2)	Siempre lo hago (3)	total (%)
FOCALIZADO EN LA SOLUCION DEL PROBLEMA (FSP)						
1.	Tuve en cuenta las causas de un mal procedimiento realizado durante las prácticas como interno.	16.00 %	42.00 %	26.00%	17.00%	100 %
2.	Analicé todos los procedimientos que realicé durante mis prácticas para evitar cometer algún error.	5.00%	6.00%	42.00%	48.00%	100 %
3.	Establecí un plan de acción de mejora en mi desenvolvimiento durante el internado y procuré llevarlo a cabo.	3.00%	19.00 %	45.00%	34.00%	100 %
4.	Dialogué con mi coordinadora de prácticas cada vez que tenía una duda de algún procedimiento a realizar, para evitar cometer errores.	3.00%	13.00 %	43.00%	42.00%	100 %
5.	Afronte los problemas buscando soluciones durante las prácticas del internado.	4.00%	14.00 %	41.00%	42.00%	100 %
6.	Medité detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme ante algún mal procedimiento durante las prácticas.	3.00%	11.00 %	42.00%	45.00%	100 %
REEVALUACION POSITIVA (REP)						
7.	Logré resultados positivos del internado a pesar de algunos obstáculos.	1.00%	13.00 %	47.00%	40.00%	100 %
8.	Observe durante el internado que hay preocupación por parte de los docentes para que los alumnos aprendan y amen la profesión.	5.00%	22.00 %	46.00%	28.00%	100 %
9.	Descubrí situaciones positivas de las prácticas durante el internado.	1.00%	11.00 %	49.00%	40.00%	100 %
10.	Comprendí que las prácticas son importantes para mi formación universitaria	1.00%	3.00%	35.00%	62.00%	100 %
11.	Experimente personalmente que uno puede aprender de los errores para no volverlos a cometer.	2.00%	14.00 %	39.00%	46.00%	100 %
12.	Analicé que después de todo, puede haber situaciones negativas, durante las prácticas.	2.00%	16.00 %	58.00%	25.00%	100 %
BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL (BAS)						
13.	Le comenté a familiares o amigos como me sentí cuando asistí a las prácticas.	1.00%	9.00%	40.00%	51.00%	100 %
14.	Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar el problema que ocurría en el internado.	5.00%	31.00 %	41.00%	24.00%	100 %
15.	Pedí a mi coordinadora de prácticas que me ayude enfrentar algún problema durante las prácticas	19.00 %	19.00 %	39.00%	24.00%	100 %
16.	Me desahogué con amigos o familiares para que me ayuden durante las prácticas como interno.	16.00 %	21.00 %	40.00%	24.00%	100 %
17.	Pedí a algún amigo o familiar que me indique cuál es el mejor camino para estar menos estresada (o) durante las prácticas.	14.00 %	27.00 %	42.00%	18.00%	100 %
18.	Procuré que algún familiar o amigo escuche lo que me ocurría a diario en las prácticas.	19.00 %	30.00 %	31.00%	21.00%	100 %
EXPRESION EMOCIONAL ABIERTA (EEA)						

19.	Descargué mi mal humor con los demás compañeros.	64.00 %	25.00 %	10.00%	2.00%	100 %
20.	Me molesté con mi coordinadora de prácticas, porque me corrige continuamente los procedimientos.	69.00 %	22.00 %	8.00%	2.00%	100 %
21.	Me comporte de forma hostil con los compañeros durante el internado.	64.00 %	20.00 %	13.00%	4.00%	100 %
22.	Agredí verbalmente a algunas personas durante el internado.	73.00 %	11.00 %	12.00%	5.00%	100 %
23.	Me irrité con los demás por contradecir mis procedimientos realizados durante el internado.	74.00 %	20.00 %	5.00%	2.00%	100 %
24.	Me esfuerzo por realizar el internado satisfactoriamente.	5.00%	9.00%	35.00%	52.00%	100 %
AUTOFOCALIZACION NEGATIVA (AFN)						
25.	Deduje que haga lo que haga, las cosas siempre me salían mal cuando realicé un procedimiento en las prácticas.	60.00 %	18.00 %	18.00%	5.00%	100 %
26.	Sentí que todos los procedimientos los realicé mal durante las prácticas	74.00 %	16.00 %	8.00%	3.00%	100 %
27.	Comprendí que en algunas ocasiones yo soy el principal causante de un problema en el internado.	72.00 %	20.00 %	6.00%	3.00%	100 %
28.	Me sentí indefenso e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación negativa que ocurría.	52.00 %	34.00 %	11.00%	4.00%	100 %
29.	Me di cuenta, por mí mismo, que no puedo hacer nada para cambiar la situación.	64.00 %	22.00 %	13.00%	2.00%	100 %
30.	Me resigné aceptar que realicé mal un procedimiento durante internado	63.00 %	23.00 %	11.00%	4.00%	100 %
RELIGION (RLG)						
31.	Asistí a la iglesia para escuchar la palabra de dios y encontrar paz espiritual y realizar buenas prácticas	18.00 %	36.00 %	27.00%	20.00%	100 %
32.	Pedí ayuda espiritual algún religioso (sacerdote, etc.) para asistir tranquila a las prácticas.	36.00 %	36.00 %	22.00%	7.00%	100 %
33.	Acudí a la iglesia para rogar que se solucione el problema ocurrido en las prácticas	50.00 %	26.00 %	15.00%	10.00%	100 %
34.	Tengo fe en Dios para realizar mis procedimientos durante las prácticas.	10.00 %	19.00 %	33.00%	39.00%	100 %
35.	Rezo a diario para obtener mejores resultados durante las prácticas.	18.00 %	26.00 %	28.00%	28.00%	100 %
36.	Acudo a la iglesia para poner velas o rezar para que todo me salga bien durante las prácticas.	37.00 %	27.00 %	23.00%	14.00%	100 %
EVITACION (EVT)						
37.	Cuando tengo un problema, me concentro en el procedimiento que voy a realizar.	5.00%	16.00 %	35.00%	45.00%	100 %
38.	Me centro en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema que había suscitado durante las prácticas como interno.	13.00 %	20.00 %	39.00%	29.00%	100 %
39.	Salgo al cine, a cenar a "dar un paseo" etc., para liberarme del estrés.	10.00 %	31.00 %	32.00%	28.00%	100 %
40.	Procuro no pensar en cómo me irá el siguiente turno de las prácticas como interno.	13.00 %	28.00 %	32.00%	28.00%	100 %
41.	Práctico algún deporte para relajarme del internado.	26.00 %	29.00 %	27.00%	19.00%	100 %
42.	Intento olvidarme de todos los problemas familiares para concentrarme en el internado.	4.00%	24.00 %	39.00%	34.00%	100 %

Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

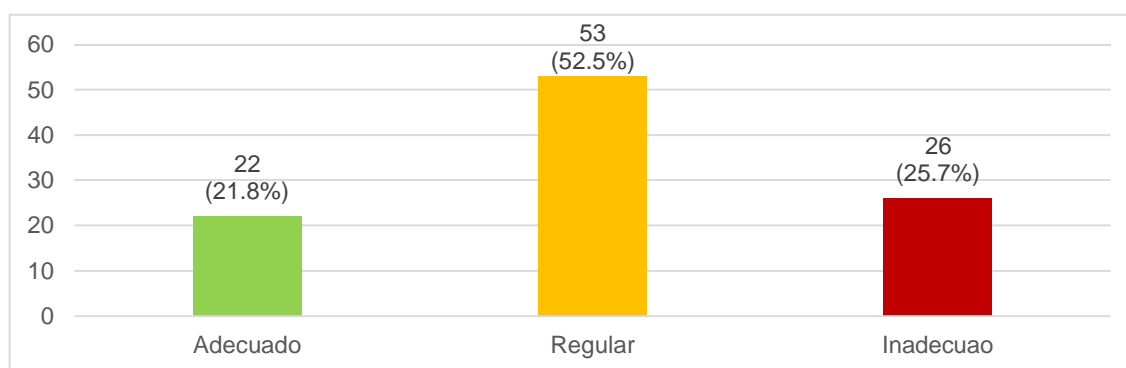
Figuras complementarias

Figura 1 Nivel de Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según dimensiones.



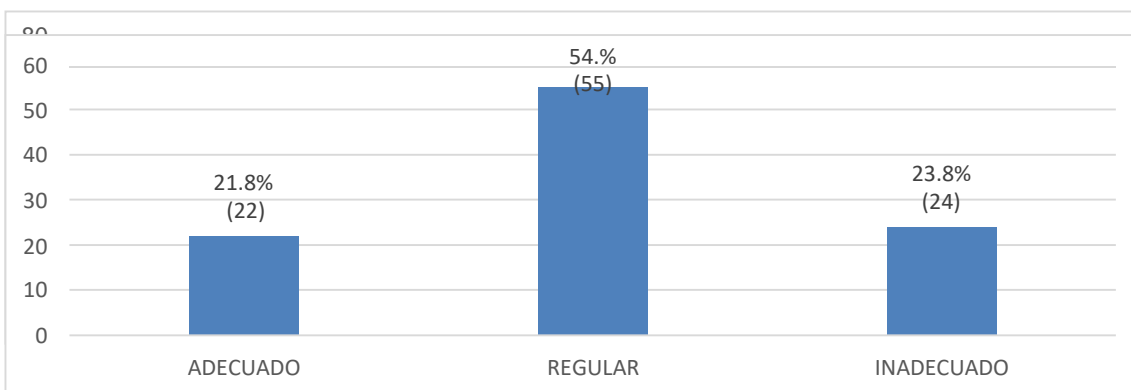
Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Figura 2 Nivel de Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019



Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

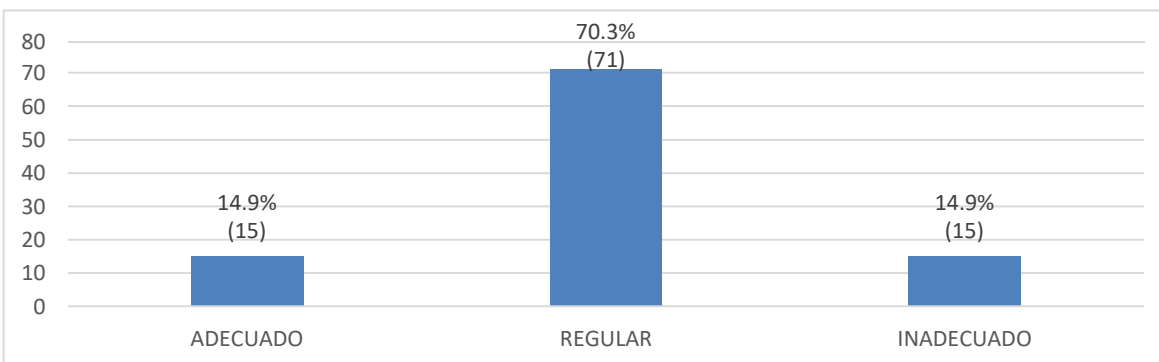
Figura 3: Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Focalización en la Solución del Problema.



Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

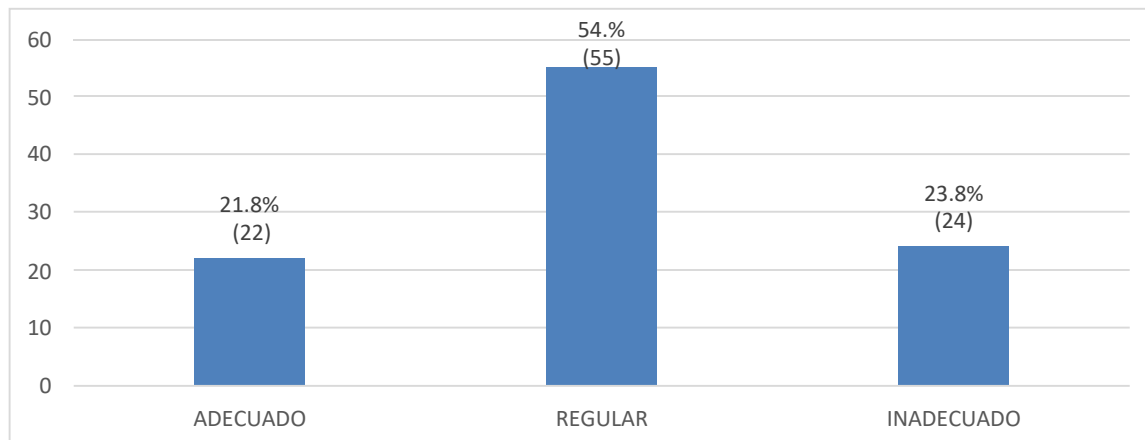
Figura

4: Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Expresión Emocional Abierta



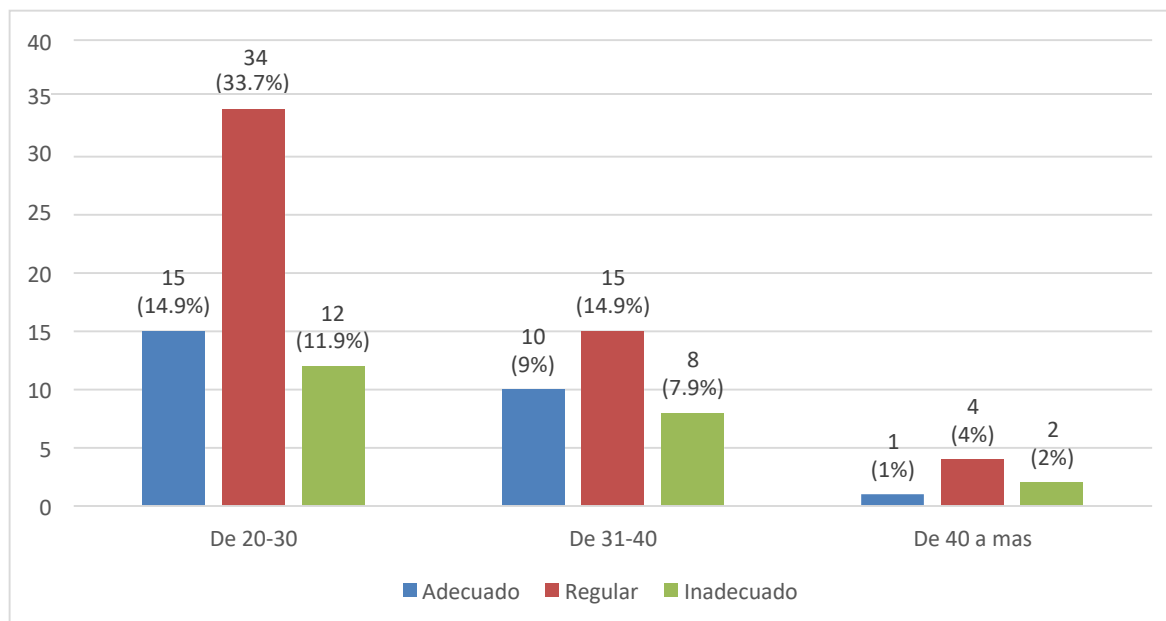
Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Figura 5: Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, según la dimensión Evitación.



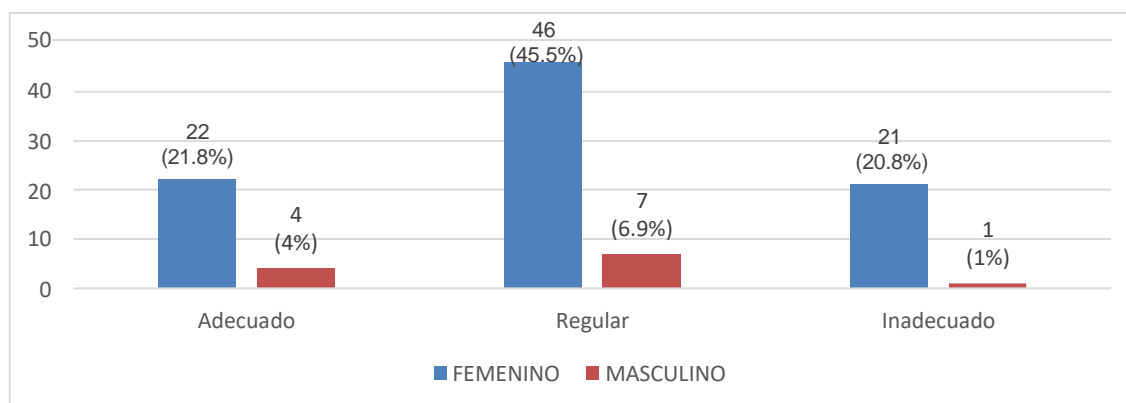
Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Figura 6 Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Grupo Etario.



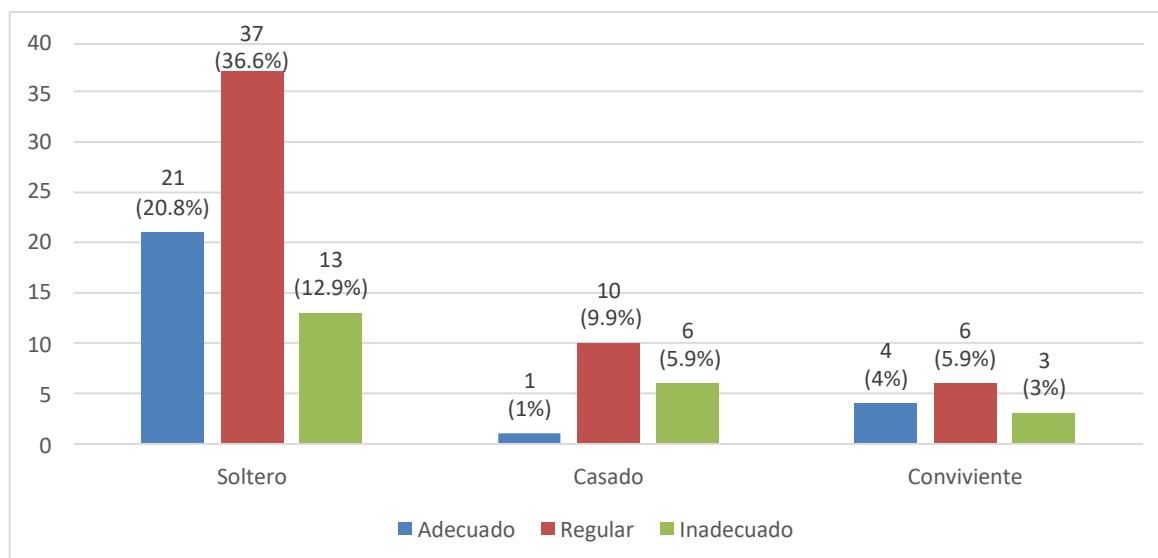
Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Figura 7: Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Género.



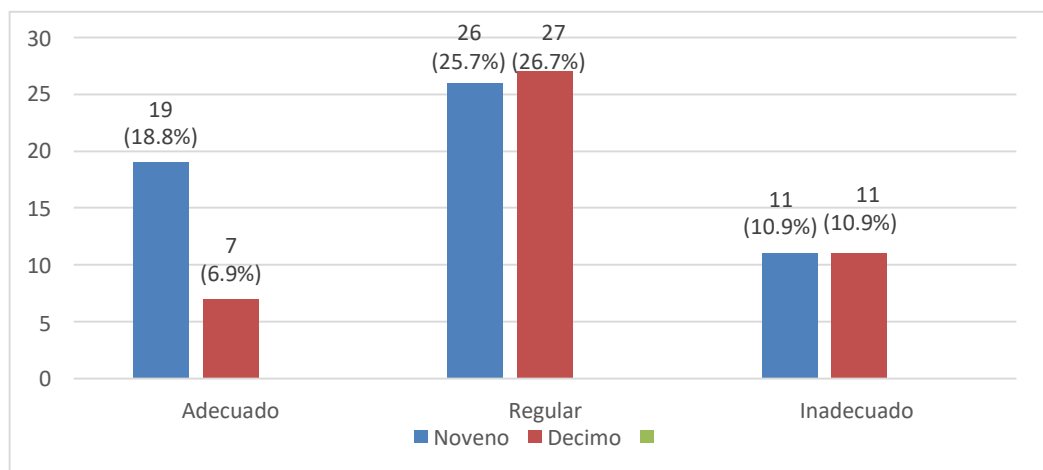
Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Figura 8: Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación al Estado Civil.



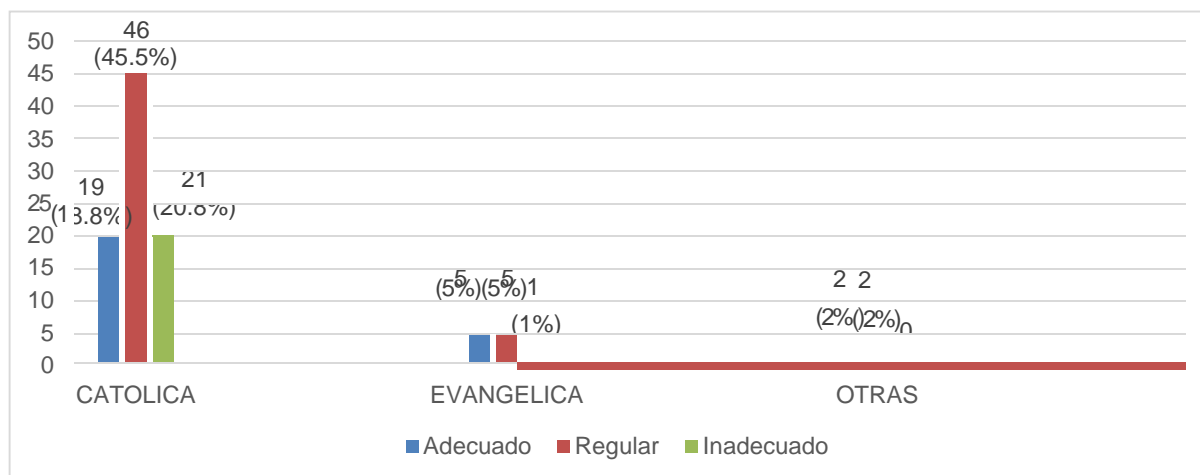
Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Figura 9: Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en relación al Ciclo Universitario que Cursa.



Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019

Figura 10 Afrontamiento al estrés en internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019, en Relación a la Religión.



Fuente. Cuestionario aplicado a 101 internos de Enfermería de la UPNW, Lima 2019