



**Universidad
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESTILOS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS DEL
PROFESIONAL DE ENFERMERIA EN EL SERVICIO DE
EMERGENCIA DEL HOSPITAL NACIONAL
DOS DE MAYO LIMA -2021**

**TRABAJO ACADEMICO PARA OPTAR EL TITULO DE ESPECIALISTA
EN CUIDADO ENFERMERO DE EMERGENCIA Y DESASTRES**

**PRESENTADO POR:
LIC. MARQUINA PACHERRE ROOSVELT**

ASESOR: Mag. PAOLA CABRERA ESPEZUA

**LIMA – PERÚ
2021**

AGRADECIMIENTO

A dios Por darme vida, salud, por guiar mis pasos, darme fortalezas y tolerancia en el trajinar del día a día y permitir lograr mis objetivos trazados.

A la Universidad Privada Norbert Wiener por ser parte de mi formación profesional.

A mi Asesora por el apoyo incondicional, dedicación con el presente trabajo de investigación y poder culminar el mismo.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de a mi familia por brindarme fortalezas y ser mi ejemplo de vida. Por ser un pilar fundamental para poder seguir adelante y poder culminar con excelencia el desarrollo de este proyecto.

ÍNDICE GENERAL

Índice general	4
Índice de Anexos	5
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
I.INTRODUCCIÓN	8
II.MATERIAL Y METODOS	18
III.CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	22
IV.RECURSOS A UTILIZARSE PARA EL DESARROLLO DEL ESTUDIO	23
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	24
ANEXOS	27

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO A. Operacionalización de la variable.....	27
ANEXO B. Instrumentos de recolección de datos	28
ANEXO C. Consentimiento informado	30

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo determinar cuáles son las estrategias de afrontamiento frente al estrés del profesional enfermero en la unidad de emergencia del Hospital Nacional dos de mayo. La investigación es de un enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel descriptivo y de corte transversal. Con respecto a la población de estudio estará conformada por 120 enfermeras (os) del servicio de emergencia y para la muestra, se considerará a 80 profesionales de enfermería que cumplan los criterios de inclusión y exclusión a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia. El instrumento en esta investigación, será el cuestionario denominado COPE – 28, que evalúa las estrategias de afrontamiento del estrés y sus componentes como son la dimensión enfocada en el problema, en la emoción y en la evitación, este cuestionario consta de 28 ítems, el instrumento paso por una validación de expertos y la confiabilidad del mismo se hizo a través del alfa de Cronbach.

Palabras Clave: Estrategias de afrontamiento, estrés, enfermera

ABSTRACT

The present research work aims to determine which are the nursing professional's coping strategies in the face of stress in the emergency service of the national hospital dos de mayo. The study presents a descriptive, cross-sectional, non-experimental design. The study population will be made up of 120 emergency service nursing professionals and 80 nursing professionals who meet the inclusion and exclusion criteria will be considered for the sample through a non-probabilistic convenience sampling. The instrument will be the questionnaire called COPE - 28, which assesses stress coping strategies and its components such as the dimension focused on the problem, emotion and avoidance, this questionnaire consists of 28 items, the instrument went through an expert validation and its reliability was made through Cronbach alpha.

Key Words: Coping strategies, stress, nurse

INTRODUCCIÓN

Actualmente la globalización y la tecnología han generado una transformación, referente al mundo del trabajo incorporando nuevas maneras de organización del trabajo, relaciones laborales y guías de empleo, teniendo como consecuencia un incremento del estrés en el ámbito laboral, Según la Organización Internacional del trabajo (OIT) en el mundo 500 millones de personas padecen de estrés laboral. Así mismo en Europa el 25% de trabajadores han sufrido de estrés laboral; en Australia el 72% refiere que el estrés ha provocado una afección intempestiva en su salud y en América Latina, el 16% de trabajadores aseveran estar continuamente en tensión laboral (1).

En este sentido el estrés laboral es un problema de salud relevante que se hace presente en todas las profesiones, siendo Enfermería una de las más afectadas, los estudios revelan que el personal presenta un alto porcentaje de estrés, por lo que la Health Education Authority colocó a la profesión de enfermería como la cuarta profesión más estresante. De igual manera estudios afirman que este nivel de estrés se acentúa en las unidades que se manejan pacientes críticos como lo es el servicio de emergencia (2).

Considerando que el profesional de enfermería es parte importante dentro del equipo multidisciplinario de salud brindando cuidados en los centros hospitalarios, así mismo la Organización Mundial de Salud (OMS) asevera que existe un promedio de 27.9 millones de enfermeros a nivel mundial, por lo tanto es considerado la mayor fuerza laboral en el sector salud y representan más de 50 %, sin embargo, la falta de recursos humanos compromete la meta global de tener un acceso a la salud para todos que se estima para el año 2030 (3).

En Madrid se efectivizó un estudio en el 2016, donde se planteó diversas actuaciones del profesional de enfermería para un manejo y control del

estrés laboral a través de diversas estrategias de afrontamiento, intervenciones como programas o talleres dentro de ellos están los programas para el fortalecimiento de apoyo social y las relaciones sociales, así como técnicas de relajación o reuniones de información. Con todo ello la práctica de dichas estrategias ayudara al profesional enfermero a evitar o reducir los efectos negativos del estrés laboral (4).

Mientras que, en Perú en investigaciones realizadas en el área de emergencia, se obtuvo como resultado que solo el 54 % de profesionales de enfermería aplican la estrategia de afrontamiento centrado en el problema, mientras que un 46% no lo realiza, caso contrario es en la estrategia centrado en la emoción y a la evitación un 54% y un 52% respectivamente no lo realiza (5).

Por otra parte, en un estudio del Ministerio de Salud sobre la prevalencia de estrés laboral en el personal asistencial, se obtuvo como resultados que el estrés laboral en los profesionales de la salud fue de 31.4% en un nivel medio. El personal de salud que resulto más expuesto fueron los técnicos de enfermería con un 37.2%, enfermeras 19.5%, obstetras con un 18%, personal médico con 14%. Con respecto a la edad promedio el grupo etáreo fue de 30 a 39 años con un porcentaje de 44.5%, y fue el género femenino el que resulto más afectado con 79.3%. Es así que con estos resultados el MINSA sugiere poner en marcha planes de desarrollo como actividades para que se detecte algún indicio sobre el peligro y los riesgos que trae consigo y de esta manera implementar conductas adecuadas para hacer frente a esta problemática (6).

En este sentido el profesional de enfermería se encuentra expuesto cotidianamente a situaciones generadoras de estrés y es más evidente en áreas críticas como el servicio de emergencia donde el profesional enfrenta a menudo diversos padecimientos de salud de los pacientes, a su vez se hacen frente al dolor, sufrimiento y fallecimiento de los mismos, si a eso le sumamos la falta de insumos o materiales, las extensas horas

de trabajo, la falta de recursos humanos, todo esto puede llegar a perjudicar de manera directa o indirecta la salud del profesional de enfermería ya sea física, psicológica o emocional.

En efecto el estrés laboral va a estar presente en toda institución de salud, por ende ante la existencia de múltiples situaciones estresantes el profesional de enfermería necesita realizar diversas estrategias de afrontamiento para así contrarrestar las consecuencias que trae consigo el mismo, es así que de no afrontarlo de manera adecuada podría alterar su estado de salud, el rendimiento laboral, llegando a generar ausentismo, finalmente las estrategias de afrontamiento tienen un papel fundamental ante esta problemática (7).

En el hospital Nacional dos de mayo se observa, que el profesional de enfermería del área asistencial en el servicio de emergencia, El personal refiere “estamos estresadas por el poco personal que labora en el área” “existe mucha demanda de pacientes”, “nos encontramos en continua tensión laboral “, “no contamos con equipo de protección suficiente”, “tengo cefalea”, otras colegas refieren organizarse para el turno.

De acuerdo a lo antes planteado se formula la siguiente interrogante

¿Cuáles son los estilos de afrontamiento frente al estrés que realiza el profesional de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital Nacional dos de mayo diciembre 2021?

Considerando que El Estrés Según la organización internacional del trabajo (OIT), es considerado una reacción física y a la vez emocional provocando un daño debido a una alteración entre las exigencias y las capacidades de la persona para enfrentar este tipo de situaciones estresantes. En resumen, se origina cuando dichos requerimientos sobrepasan las necesidades o recursos del trabajador, o también cuando las habilidades o conocimientos no son suficientes para enfrentar este tipo de exigencias dentro de una institución. ²

Es así que se pueden ser de diversos tipos según la perspectiva de donde se aborde el tema, por ende, pueden ser estrés según su signo y estrés según su duración. Cuando hablamos de estrés según su signo, se refiere a la reacción que tiene el organismo ante un suceso exterior y que se puede presentar de dos formas:

- Eustrés: Se manifiesta de manera favorable, provocando respuestas inversas y mejorando el desenvolvimiento de la persona. Ocurre cuando la persona se encuentra en una situación de estrés, pero de manera inconsciente interpreta los efectos de dicha situación en algo que le puede ofrecer algún beneficio (8).
- Distrés: Tiene consecuencias dañinas y puede ser en la salud física y mental. Si la persona presenta este tipo de estrés se adelanta un hecho desfavorable pensando que sucederá algo malo, es así que se produce una intranquilidad que paraliza por completo a la persona afectada. Es así que se genera un desequilibrio y neutraliza aquellos recursos que normalmente tendríamos a nuestra disposición, por lo cual termina en sentimientos de tristeza, ira, etc (9).

En relación con el estrés también se puede considerar en base a su duración, por lo que se divide en:

- Estrés Agudo: Se presenta en la mayoría de las personas y es producto de la exigencia que nos proponemos uno mismo o lo demás. Son requerimientos que son retroalimentadas con algún suceso anterior o reciente. Se puede decir que si se produce en menor cantidad puede considerarse algo positivo, pero si fuera en mayor cantidad podría desencadenar en un desgaste que traería consecuencias física y mental en la persona que lo padece.
- Estrés crónico: Sus efectos son perjudiciales para la salud psicológica de quien lo padezca. Se genera un desgaste físico y mental pudiendo dejar secuelas irreversibles, cuando se produce

una situación estresante, la persona difícilmente puede huir o cambiar el mismo. En muchas ocasiones la persona que lo padece no es consciente de ello ya que lleva un tiempo prolongado con ese sufrimiento y lo toma como una costumbre, a raíz de esto incluso pueden rechazar la posibilidad de llevar algún tratamiento porque la persona ya lo siente como algo habitual que forma parte de él (10).

En relación con las estrategias de afrontamiento, el término afrontamiento se refiere a la capacidad cognitiva que realiza la persona para hacer frente a estas situaciones estresantes. Es por eso la importancia del individuo en buscar estrategias de afrontamiento que busquen reducir o soportar las exigencias generadas por el estrés laboral, estas pueden ser de manera adaptativa y al hacer frente a este tipo de situaciones se lograra reducir y promover estados de salud, caso contrario también pueden ser desadaptativas pudiéndose disminuir el estrés a corto plazo, pero tendiendo consecuencias graves a largo plazo (11).

DIMENSIONES DE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Estrategia orientada al Problema, está referido a conductas que se enfocan al estrés como fuente de origen, que aporten a una mejora en las fuentes de ayuda contra el factor agresor. Se encuentra orientado en los comportamientos de la persona. Se busca modificar la situación estresante ya sea alejando o minimizando el impacto de la amenaza. Los indicadores presentes en esta dimensión son el atontamiento activo, la planificación de actividades.

Estrategia orientada en las Emociones

Esta referido a lograr cambios en la manera de percibir y conllevar el estrés manteniendo de forma positiva a pensamientos negativos. Este tipo de estrategia se utiliza cuando se logra experimentar de que el agente estresor estará presente o no se modificará. En esta dimensión están presentes los siguientes indicadores: la evitación cognitiva, reinterpretación positiva, aceptación, negación, desahogo, acudir a la religión, autoinculpación y descarga emocional.

Estrategias orientadas a evitar los problemas

Este tipo de estrategia esta referido a evitar todo tipo de pensamiento sobre el estrés a través de diversas acciones como realizar deporte, ir de paseo o manifestar el interés a las labores de realizar. Esta estrategia es común y lo utilizan en su mayoría las personas que manifiestan tener el síndrome de Burnout. En esta dimensión podemos encontrar indicadores como la auto distracción, el desenganche mental, humor, desenganche conductual, uso de sustancias (12).

Antecedentes del estudio

León M, López J. Et al. en el (2017) llevaron un estudio cuyo objetivo fue “Determinar el estrés y los estilos de afrontamiento del personal de enfermería de un hospital en Veracruz.” La población se conformó por 33 enfermeras (o) la cual fue la muestra de estudio. El instrumento utilizado fue el Perfil de estrés de Nowack. Se obtuvo como resultados que el nivel de estrés en general fue moderado con 63.6%, sin embargo, un 48.5% de profesionales de enfermería con nivel de estrés moderado están predispuestos a alcanzar un alto nivel de estrés (13).

Gallego I., López D, Et al. en el (2017) realizaron un estudio que fue “Determinar el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería de armenia”. Con respecto a la población de estudio fueron 25 personales de salud de dicho centro laboral. Se

emplearon 2 instrumentos las cuales fueron el perfil de estrés de Kenneth M y Nowack y el segundo instrumento fue el inventario de estrategias de afrontamiento de Tobin. Con respecto a los resultados se obtuvo que fue alta en relación a la expresión emocional con un 66.66%, seguido de evitación del problema con un 77.77% y finalmente retirada social con un 88.88%, por lo tanto, las estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron las centradas en la emoción y la evitación (14).

Teixeira C, Gherardi, Et al. en el (2016), llevaron a cabo su estudio con la finalidad de “Analizar el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento utilizadas por el profesional de enfermería de un hospital universitario”. La población fue de 1055 y la muestra estuvo conformada por 310 profesionales de enfermería. Como instrumento se utilizó y aplico la Job Stress Scale y la escala de Modos de Enfrentamiento de problemas. Los resultados fueron que la estrategia más utilizada fue la centrada en el problema con un 59.4%, mientras que las centradas en la emoción fue en menor porcentaje con un 1.3% respectivamente (15).

A nivel nacional, Medrano C. en el (2016) realizo un estudio para “Determinar los estilos de afrontamiento del estrés que aplica el profesional de enfermería en el servicio de emergencia del hospital nacional Daniel Alcides Carrión, lima-callao”. La muestra estuvo conformada por 50 profesionales de enfermería, se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se usó la encuesta como técnica y el instrumento COPE-28 que tiene como finalidad evaluar los estilos de afrontamiento frente al estrés. Se obtuvo como resultados que el 54% se enfocan en el problema por lo cual aplicaron afrontamiento dirigido a ello, mientras que el resto que es 46% no aplica ningún afrontamiento. Por el lado de la emoción el 54% no aplica ningún estilo de afrontamiento, del mismo modo para lo orientado a la evitación (16).

Chipana M. en el (2017) llevo a cabo un estudio para “Determinar el nivel de estrés laboral y las estrategias de afrontamiento de enfermeras de un

hospital del Minsa”. La muestra se conformó con todo el profesional enfermero de dicha institución. El instrumento utilizado fue la Nursing Stress Scale (NSS) en la cual mide el nivel de estrés laboral. Los resultados reflejan que en gran porcentaje un 72.5% enfermeros obtuvieron un bajo nivel de estrés y que emplean en su totalidad estrategias de afrontamiento, en relación al apoyo social un 82.5% asevera que aplica este tipo de estrategias de afrontamiento, el 80% realiza la expresión emocional, mientras que el 77.5% la evitación del problema y finalmente un 67.5% lo hace buscando alguna solución al problema (17).

Acevedo Y. en el (2017) realizo un estudio cuya finalidad fue “Determinar la relación que existe entre las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del hospital militar”. La población estuvo conformada por 410 profesionales de enfermería y la muestra por 65 enfermeras. Se utilizaron como instrumentos la escala de habilidades sociales y el cuestionario de estrategias de afrontamiento. Se obtuvo como resultados que las estrategias de afrontamiento del profesional enfermero fue medio con 93.8%, con un nivel alto un 3.9% y finalmente con un nivel bajo un 2.3% (18).

Los estudios de investigación antes mencionados, aportan para poder obtener un marco de referencia que ayuden a fortalecer el presente estudio, ya que será de gran relevancia para el perfeccionamiento del mismo, pudiendo encontrarse hallazgos similares y/o discrepantes, reflejando la realidad que existe actualmente esta problemática que afecta en especial al profesional enfermero y pone en riesgo su salud.

La importancia del presente estudio se basa en que busca identificar qué tipo de estrategias frente al estrés laboral puede llevar a cabo el profesional enfermero dentro del servicio de emergencia. Con los

resultados nos proporcionara una información actualizada, que permitirá la coordinación de acciones dentro de la institución para obtener herramientas que favorezcan a la reducción o manejo adecuado del estrés del profesional enfermero ya que esta afecta la salud física, psicológica y social del mismo, por lo tanto, se permite la explicación de la realidad dentro del contexto de la población de estudio.

La investigación se justifica porque siendo el estrés laboral uno de los síndromes más frecuentes a nivel mundial, nuestro país no es ajeno a las repercusiones que esta genera y al considerarse a la profesión de Enfermería altamente estresante que pone en riesgo su salud. Enfermería al estar presente dentro del equipo de salud mantiene ciertas características o cualidades para hacer frente al estrés a través de diversas estrategias enfocados en lograr un equilibrio psicoemocional.

Tiene relevancia social: Porque con los resultados encontrados permitirá las intervenciones de la institución relacionadas a esta problemática beneficiando al profesional enfermero ya que se encuentran expuestos a situaciones estresantes derivados del ambiente laboral, además según los datos estadísticos en nuestro país hay un incremento de estrés laboral del profesional de enfermería por lo tanto damos a conocer la implicancia de que un adecuado manejo y control del estrés a través de las estrategias de afrontamiento es fundamental.

Tiene valor metodológico, porque pretende servir de base para futuros estudios sobre las estrategias de afrontamiento y para la creación de nuevos instrumentos.

Tiene valor teórico porque permitirá que los hallazgos encontrados contribuyan al profesional de enfermería a realizar medidas y acciones frente al estrés, por lo tanto, esta investigación pretende llenar vacíos de conocimiento ya que existen pocas investigaciones sobre las estrategias de afrontamiento.

Tiene valor practico porque con los resultados de este estudio intentan servir de marco de referencia al profesional de enfermería para diseñar estrategias que puedan permitir afrontar las situaciones de estrés que se generan en el ambiente laboral del servicio de emergencia.

El objetivo del presente proyecto de investigación es “Determinar cuáles son las estrategias de afrontamiento que realiza el profesional de enfermería en el servicio de emergencia del hospital nacional dos de mayo”

II. MATERIALES Y METODOS

Enfoque y Diseño

El presente estudio presentará un enfoque cuantitativo porque se medirá la variable en forma numérica haciendo uso de la estadística mediante tablas y gráficos. Será descriptivo porque a través del análisis y la discusión de resultados se describirá las características del fenómeno de estudio en relación a la variable. Será de diseño no experimental porque no se manipulará la variable de estudio. Según Hernández, de acuerdo al tiempo de ocurrencia de los hechos y registros de la información, será un estudio prospectivo. Según el periodo y secuencia de estudio será de corte transversal, porque permitirá realizar la investigación en un lugar específico y en un periodo definido (19).

La población de estudio estará conformada por 120 profesionales de enfermería del servicio de emergencia, para la muestra se considerará 80 enfermeros que se obtendrá mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia que cumplan criterios de inclusión y exclusión.

- Profesionales de enfermería que laboran en el Hospital Nacional Dos de Mayo y manifiesten que desean participar voluntariamente en el estudio
- Profesionales de enfermería que sean de ambos géneros y lleven su labor de manera asistencial.
- Profesionales de Enfermería que se encuentren laborando con más de 4 meses en la unidad de emergencia.
- Profesionales de enfermería que se encuentren cursando la especialidad
- Enfermeros serumista o de reten
- Profesionales enfermeros que se encuentren en el área administrativa o realizando pasantías.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos (Validez y Confiabilidad de Instrumentos)

Para la recolección de datos se utilizará como técnica la encuesta y como instrumento, el cuestionario denominado COPE – 28, validado en español la cual que evalúa las estrategias de afrontamiento del Estrés y sus componentes que son enfocados en el problema, la emoción y la evitación. Carver y sus asistentes elaboraron un cuestionario con 60 ítems con el fin de obtener 15 modos de hacer respuesta ante el estrés. Luego el presente cuestionario fue modificado por el autor Moran teniendo un total de 28 ítems con 14 modos de responder ante el estrés y es este último el instrumento que se utilizara en el presente trabajo de investigación.

El instrumento utilizado consta de tres dimensiones en la cual cada una se encuentra asociada con las estrategias de afrontamiento: Orientados al problema con 4 ítems, orientados a la emoción con 14 ítems y orientados a evitar los problemas con 10 ítems. Con respecto a los 28 ítems en relación a las estrategias de afrontamiento se tiene la escala de respuesta tipo Likert del 1 al 4.

El instrumento paso por una validación de juicio de expertos en la cual hubo concordancia de los expertos con relación a los ítems lográndose un valor final de 0.015. Con respecto a la confiabilidad del instrumento se realizó a través del alfa de Cronbach obteniéndose un resultado de 0.84 por ende se deduce que el instrumento es confiable.

Métodos de análisis de Información

Recolectándose la información y obteniéndose los resultados del instrumento, se elaborará la codificación de los mismos, después la información se procesará en una matriz principal a través del programa Excel, para luego ser exportados al programa SPSS, el cual permitirá el análisis y la interpretación de los datos. Los datos procesados serán presentados en tablas y gráficos de barras de frecuencias y porcentajes

que posteriormente serán descritas e interpretadas en los resultados y la discusión respectivamente.

Aspectos Bioéticos

Para la realización del presente proyecto de investigación se considerará los aspectos de protección a la población de estudio y se tendrá en cuenta los cuatro principios bioéticos.

El principio de autonomía que hace referencia a la libertad que tiene la persona para poder decidir de manera voluntaria el deseo de participar o no en dicho estudio de investigación, mediante el consentimiento informado.

El principio de Beneficencia hace referencia a la acción de realizar el bien de la persona buscando el máximo beneficio para él.

El principio de No Maleficencia en la cual enfatiza evitar todo tipo de daño a la persona evitando alguna negligencia que pudieran afectar la integridad del mismo o de su entorno.

El principio de Justicia este busca que se distribuya de forma equitativa en concordancia con los beneficios del presente estudio, es decir tratar a todos sin distinción ni preferencias.

III. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	2020													
	Agosto			Setiembre			Octubre			Noviembre			Diciembre	
Identificación del problema			x	x	x									
Realización de búsqueda bibliográfica			x	x	x		x	x	x					
Introducción: Situación problema, marco teórico y los antecedentes				x	x		x	x						
Introducción: Relevancia y la justificación del proyecto de investigación.				x	x		x	x						
Introducción: Objetivos de la investigación				x	x		x	x						
Material y Método: Enfoque y Diseño del proyecto de investigación				x	x		x	x						
Material y Métodos: Población total, muestra y muestreo de estudio					x		x	x		x				
Material y Método: Técnicas e Instrumentos para la recolección de datos					x		x	x		x	x			
Material y Método: Puntos de vista bioéticos								x		x	x	x		
Material y Métodos: Metodología sobre los análisis de la información.								x		x	x	x		
Redaccion de aspectos administrativos										x	x	x		
Elaboración de los anexos											x	x		
Presentación y sustentación del proyecto													x	x

IV. BIENES O RECURSOS PARA EL DESARROLLO DEL ESTUDIO

MATERIALES	2020				TOTAL
	SETIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE	s/.
Equipos multimedia					
pc	1000				1000
USB	30				30
Materiales de escritorio					
Plumones, lapiceros	3				3
Papel bond		10			10
Textos, libros	60	60			120
Copias, impresiones	30	30		10	70
escaneos	50	10		30	90
espiralados	7	10		10	27
Otros					
transporte	50	20	20	20	110
alimentación	50	10			60
Recursos Humanos					
digitador	100				100
TOTAL	1380	520	20	70	1990

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. OIT. Estrés en el trabajo un reto colectivo. Ginebra: Organización Internacional de trabajo; 2016. pp 9-11
2. Vega Arteaga M. Mejorando el manejo del estrés laboral del personal de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital de apoyo La Caleta. [Tesis para optar el grado de segunda especialidad de enfermería en emergencias y desastres]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles; 2019.
3. OPS. Lanzamiento de la Orientación estratégica para enfermería en la Región de las Américas. Washington DC: Organización Panamericana de la Salud; 2019. pp 21-42
4. Arrogante O. Estrategias de afrontamiento al estrés laboral en Enfermería. [internet]. RevMetas Enferm dic 2016/ene 2017; 19(10): 71-76.
5. Ministerio de Salud del Perú. Estrés laboral en trabajadores de salud- Información de recursos humanos en el Sector Salud Lima: MINSa; 2015.
6. Medrano Condezo F. Estilos de afrontamiento del estrés que realiza el profesional de enfermería del servicio de emergencia del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión. [Tesis para el grado de especialista en emergencia]
7. Chipana Chávez M. Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento de enfermeras de un hospital del MINSa [Tesis para

el grado de especialista en emergencias y desastres]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2017.

8. Mamani Encalada A, Obando Zegarra R. Factores que desencadenan el estrés y sus consecuencias en el desempeño laboral en emergencia. *Revista peruana de enfermería* 2017; 3(1):50-57.
9. Vieco Gomez GF, Abello Llanos R. Factores psicosociales de origen laboral, estrés y morbilidad en el mundo. *Psicología desde el caribe* 2015; 31(2): 354-385.
10. Choquehuanca Hanco R. El estrés en los niños y su relación con el desempeño académico en quinto grado de educación primaria en la localidad de Azángaro. [Tesis para optar el grado de magister en educación]. Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2016.
11. Kaccallaca, M. Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. [Tesis de grado]. Puno: Universidad Nacional del Altiplano, 2016.
12. Cotrina Quintana L. Estrategias de afrontamiento del Síndrome de Burnout por los profesionales de enfermería del Servicio de emergencia del Hospital Regional Lambayeque. [Tesis de grado]. Chiclayo: Universidad Señor de Sipán; 2016.
13. León M, Et al. Estrés y los estilos de afrontamiento del personal de enfermería de un hospital en Veracruz. [internet]. *Rev. Iberoamericana de Ciencias de la Salud*. 2017;12
14. Gallego I, López D, Piñeros J, Rativa Y, Téllez Y. el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería

[Tesis de psicología de la salud]. Colombia: universidad de San Buenaventura de Colombia, facultad de psicología; 2017.

15. Teixeira C. A. B., Gherardi-Donato E. C. da S., Pereira S. S., Cardoso L., Reisdorfer E. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria. [Internet]. Rev. Enfermería Global. 2016; 15 (44).
16. Medrano Condezo F. Estilos de afrontamiento del estrés que aplica el profesional de enfermería en el servicio de emergencia [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad privada San Juan Bautista de Lima; 2016.
17. Chipana M. Nivel de Estrés laboral y las Estrategias de Afrontamiento de enfermeras de un Hospital del Minsa. [Tesis para optar el título de especialista en emergencias y desastres]. Chanchamayo: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2017
18. Acevedo Y. Relación que existe entre las habilidades sociales y las Estrategias de Afrontamiento en enfermeras del hospital Militar. [Tesis para optar el grado de Maestría en Gestión de los Servicios de la Salud]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2017
19. Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. Sexta edición ed. C.V, editor. México: McGraw- Hill Interamericana; 2014.

ANEXOS



ANEXO B

INVENTARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO CUESTIONARIO COPE – 28 (Versión en español)

Buenos días, mi nombre es Roosevelt Marquina Pacherre Lic. En enfermería estudiante de la especialidad en la Universidad Norbert Wiener, actualmente estoy realizando un estudio de investigación cuyo objetivo es determinar los estilos de afrontamiento frente al estrés del profesional de enfermería. Cabe resaltar que el presente cuestionario es de carácter **ANONIMO** y **CONFIDENCIAL**, por lo cual solicito a usted su gentil participación. Deberá responder con **VERACIDAD** a los enunciados presentados a continuación.

Instrucciones:

Piense unos minutos en la situación o hecho que haya ocasionado estrés en el trabajo. Responda a la siguiente lista de afirmaciones basándose en cómo manejó usted esta situación, es decir lo que usted hizo, pensó o sintió en ese momento de afrontar la situación estresante laboral, marcando el número que corresponda:

0: Nunca

1: Casi Nunca

2: A veces

3: Casi Siempre

4: Siempre

Datos generales:

- 1. **Edad:** _____
- 2. **Sexo:** a. Femenino () b. Masculino ()

- 3. Estado Civil:**
 - a. Soltero
 - b. Casado
 - c. Conviviente
 - d. Separado
 - e. Divorciado

- 4. **Condición Laboral:** a. Nombrado () b. Contratado ()

- 5. **Tiempo que labora en el servicio:** Años ____ Meses ____

PREGUNTA	Nunca (0)	Casi Nunca (1)	A veces (2)	Casi siempre (3)	Siempre
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. Recorro 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 rio 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 C

CONSENTIMIENTO PARA LA REALIZACION DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Se le hace la invitación para su participación en el presente estudio. Antes de que tome alguna decisión debe de conocer los siguientes aspectos.

Título del proyecto: Estilos de Afrontamiento frente al estrés del profesional de enfermería del servicio de emergencia.

Nombre de los investigadores principales:

MARQUINA PACHERRE ROOSVELT

Propósito del estudio: Determinar los estilos de afrontamiento frente al estrés del profesional de enfermería en el servicio de emergencia.

Los beneficios por su participación son que usted podrá conocer los resultados de la presente investigación ya sea de manera individual o grupal, esto a su vez puede tener relevancia para su actividad profesional.

No existirá riesgos ni inconvenientes ya que solo responderán al cuestionario.

Por su participación en el estudio no tendrá costo alguno.

Con respecto a la información que usted aporte en el estudio será de manera confidencial, solo los que están a cargo del proyecto podrán saberlo.

Usted puede desistir en participar de la investigación ya sea en cualquier momento y no tendrá repercusiones para usted ya sea alguna sanción o pérdida con los aportes generados del estudio.

En relación con su participación y como lo es en todos los estudios de investigación será de manera voluntaria.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Al haber sido informado de los aspectos referentes al estudio en mención, he leído y comprendo que mi participación no ha sido influenciada inadecuadamente, por lo tanto, firmo y acepto mi colaboración en el presente proyecto de manera voluntaria.

Firma del Participante