



Universidad
Norbert Wiener

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Académico Profesional de Enfermería

**Estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería
que labora en emergencias en un Hospital Nacional 2022**

**Trabajo académico para optar el título de especialista
en Cuidado Enfermero en Emergencias y Desastres**

Presentado por:

Silva Cabezas, Evelyn Estephany

Código ORCID: 0000-0002-8005-170X

Asesor: Dr. Arevalo Marcos, Rodolfo Amado

Código ORCID: 0000-0002-4633-2997

**Línea de Investigación General
Salud, Enfermedad y Ambiente**

Lima – Perú

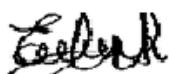
2022

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

Yo, Evelyn Estephany, Silva Cabezas, Egresada de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académica de Enfermería, Segunda Especialidad en Cuidado Enfermero en Emergencias y Desastres de la Universidad Privada Norbert Wiener; declaro que el trabajo académico titulado “Estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería que labora en emergencias en un Hospital Nacional 2022”, Asesorado por El Docente Dr. Rodolfo Amado, Arevalo Marcos, DNI/PAS: 46370194, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4633-2997>, tiene un índice de similitud de 20 (Veinte) %, con código oid:14912:200494773 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.

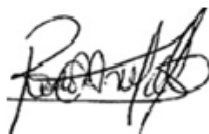


.....

Firma de autor

Evelyn Estephany, Silva Cabezas

DNI/PAS: 71419828



.....

Firma de Asesor

Dr. Rodolfo Amado, Arevalo Marcos

DNI/PAS: 46370194

Lima, 09 de Octubre de 2022

Dedicatoria

A Dios por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad, muchos de mis logros se los debo a ellos.

Agradecimiento

A la universidad que me brindo los conocimientos para esta nueva especialidad y a mi asesor por guiarme.

Asesor: Dr. Arevalo Marcos, Rodolfo Amado
Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4633-2997>

JURADO

PRESIDENTE : Dra. Gonzales Saldaña Susan Haydee
SECRETARIO : Dra. Uturunco Vera Milagros Lizbeth
VOCAL : Mg. Fernandez Rengifo Werther Fernando

ÍNDICE DE CONTENIDO

Dedicatoria	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice	v
Resumen	3
Abstrac	4
1. EL PROBLEMA	1
1.1 Planteamiento del problema.....	1
1.2 Formulación del problema.....	5
1.2.1 Problema general.....	5
1.2.2 Problemas específicos.....	5
1.3 Objetivos de la investigación.....	5
1.3.1 Objetivo general.....	5
1.3.2 Objetivos específicos.....	5
1.4 Justificación de la investigación.....	6
1.4.1 Teórica.....	6
1.4.2 Metodológica.....	6
1.4.3 Práctica.....	7
1.5 Delimitaciones de la investigación.....	7
1.5.1 Temporal.....	7
1.5.2 Espacial.....	7
1.5.3 Población.....	7
2 MARCO TEÓRICO.....	8
2.1 Antecedentes.....	8
2.2 Bases teóricas.....	11

2.3	Formulación de hipótesis.....	21
2.3.1	Hipótesis general.....	21
2.3.2	Hipótesis Especifica.....	22
3	METODOLOGÍA.....	23
3.1	Método de la investigación.....	23
3.2	Enfoque de la investigación.....	23
3.3	Tipo de investigación.....	23
3.4	Diseño de la investigación.....	23
3.5	Población, muestra y muestreo.....	24
3.6	Variables y Operacionalización.....	26
3.7	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	28
3.7.1	Técnica.....	28
3.7.2	Descripción de instrumentos.....	28
3.7.3	Validación.....	29
3.7.4	Confiabilidad.....	29
3.8	Plan de procesamiento y análisis de datos.....	31
3.8.1	Plan de recolección de los datos.....	31
3.8.2	Análisis de los datos.....	31
3.9	Aspectos éticos.....	31
4	ASPECTOS ADMINISTRATIVOS.....	33
4.1	Cronograma de actividades.....	33
4.2	Presupuesto.....	34
5	REFERENCIAS.....	35
	ANEXOS.....	41

Anexo 1: Matriz de consistencia.....	42
Anexo 2: Instrumento.....	43
Anexo 3: Consentimiento informado.....	48
Anexo 4: Informe de turnitin.....	49

RESUMEN

La siguiente investigación tiene como objetivo determinar la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022; el estudio es de enfoque cuantitativo, el método será hipotético-deductivo, de tipo descriptiva correlacional y un diseño no experimental; la muestra total es de 79 profesionales de enfermería que laboran en el servicio de emergencia de un hospital nacional 2022, lo cual participaron mediante dos instrumentos: un cuestionario de 22 ítems para la variable estrés laboral y otro de 47 ítems para estilo de vida. Los resultados se obtendrán a través de estos dos instrumentos, los cuales serán procesados, codificados e ingresarán a la base de datos diseñada en Excel, asimismo los resultados obtenidos serán analizados y sintetizados posteriormente serán enviados al software estadístico SPSS Versión 25 para su proceso - análisis de datos; lo cual nos permitirá tener resultados tanto descriptivos como inferenciales.

Palabras claves: estrés laboral, estilo de vida, personal de enfermería

ABSTRACT

The following research aims to determine the relationship between the level of work stress and lifestyle in the nursing staff that works in emergencies in a national hospital 2022; the study has a quantitative approach, the method will be hypothetical-deductive, of a correlational descriptive type and a non-experimental design; The total sample is 79 nursing professionals who work in the emergency service of a national hospital 2022, who participated through two instruments: a 22-item questionnaire for the work stress variable and another with 47 items for lifestyle. The results will be obtained through these two instruments, which will be processed, coded and entered into the database designed in Excel, likewise the results obtained will be analyzed and synthesized later they will be sent to the statistical software SPSS Version 25 for its process - analysis of data; which will allow us to have both descriptive and inferential results.

Keywords: work stress, lifestyle, nursing staff

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Para la OMS el estrés laboral es considerado como una influencia negativamente a los trabajadores tanto físico, como psicológicamente y a la vez podrían perjudicar la salud. Por lo general, también resulta de un desequilibrio entre las exigencias del trabajo, que a veces pueden ser propias y asimismo la necesidad de herramientas para cumplirlas satisfactoriamente (1).

Por otro lado, es necesario saber que el estrés puede ser visto de manera positiva, quiere decir que la respuesta de estrés podría ser de forma adaptativa y las consecuencias no perjudicarían a la salud; o negativo el cual puede durar más de un mes, donde se observa problemas de salud como taquicardia, ansiedad, depresión y es en este tipo de situaciones que se debería tomar medidas considerables al respecto (2).

Según la OMS, los estilos de vida son un conjunto de hábitos que nos permiten gozar de un buen equilibrio de bienestar físico, mental y social. Por lo tanto, se define como una forma general de vida que se basa en como varios aspectos de la vida interactúan con normas de comportamientos específicos que están determinados por las características sociales y personales. Para la Organización Mundial de la Salud, llevar un estilo de vida saludable implica mantener una dieta balanceada, evitando los hábitos tóxicos como el exceso de alcohol, de cigarro, realizar actividad física durante 30 minutos al día y reducir al máximo la exposición a productos tóxicos (3).

La organización internacional del trabajo (OIT) menciona dentro de su revista “La

prevención de estrés en el trabajo” como requisito fundamental la importancia de mantener un ambiente laboral agradable, que se base en liderazgo y justicia; igualmente dentro del trabajo se puede establecer procedimientos concretos para tratar el estrés y poder crear un clima junto a directivos y trabajadores. Por consiguiente, uno de ellos es comunicar la política y estrategias para el trabajo decente, estableciendo una serie de normas que prohíban la discriminación, fomentando la comunicación informal entre los directivos y trabajadores, protegiendo la privacidad y abordando los problemas de trabajo con premura (4).

Según los informes, las enfermeras están experimentando niveles de estrés sin precedentes y ansiedad, lo que está amenazando su capacidad para seguir laborando, según Annette Kennedy, presidenta del Consejo Internacional de Enfermeras (CIE). Debido a esto, los gobiernos tienen la responsabilidad de proteger su estado mental y cuidarlas, reflejándose bajo el aprecio y apoyo (5).

El 31 de diciembre de 2019 una nueva enfermedad se hizo presente en el mundo, este fue notificado por primera vez en Wuhan (China) un nuevo coronavirus denominado como COVID-19 hacia su aparición por primera vez en el ser humano. Debido a la propagación inesperadamente rápida de esta nueva enfermedad a otros países, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró “brote” en Enero 2020, designándolo como una emergencia de salud pública de importancia internacional. La OMS declaró pandemia de COVID-19 el 11 de Marzo de 2020 debido al alto número de casos en 112 países fuera de China. Como resultado hoy la OMS y las autoridades de salud pública de todo el mundo están trabajando para contener esta pandemia. Sin embargo, la crisis actual está inquietando a toda la

población (6).

Durante el brote de la COVID-19 la OMS se hace presente y envía un mensaje al personal de salud mencionando que es normal sentirse estresado frente a una situación de bajo presión, por eso es muy importante controlar la salud física y mental. Tener en cuenta los descansos tanto como los días libres o los descansos dentro del turno, comer alimentos saludables, participar en actividades físicas, poder mantenerse en contacto con la familia, amigos. Evitar el uso de alcohol, drogas ya que a largo plazo estos pueden empeorar la salud mental y física. Rotar a los trabajadores de situación de mayor estrés a funciones de menor estrés. Poder compartir experiencias de trabajo entre compañeros el cual ayudará a disminuir el estrés y reforzará los procedimientos de seguridad (7).

Una persona que había estado en España, Francia y la Republica Checa fue el primer caso de COVID-19 confirmado el 5 de Marzo de 2020 en Perú. Desde ese momento hasta el 2 de Octubre de 2022 ha habido 4 145 048 casos confirmados de COVID-19, 30 983 297 casos negativos y 216 578 defunciones. (8).

En la mayoría de los casos, el COVID-19 puede causar síntomas de leves a moderados, pero a veces puede provocar complicaciones médicas graves y incluso la muerte. Con las nuevas mutaciones de este virus todas las generaciones y personas con afecciones médicas corren el riesgo de enfermarse gravemente. Asimismo, en Abril del 2020 la cantidad de pacientes que necesitaban asistencia respiratoria también excedió la cantidad de camas disponibles en la unidad de cuidad intensivos, siendo los adultos mayores y las personas con discapacidad los casos más graves. Las camas generales se

transformaron rápidamente en camas UCI, lo que excedió el alcance del sistema sanitario de salud y resultó en una importante carga de trabajo físico y mental para médicos y enfermeras.

Como consecuencia tras la gran demanda de pacientes debido a esta nueva enfermedad el personal de salud se puso en primera línea. Por lo tanto, se tuvo que brindar atención y cuidados directos a pacientes hospitalizados, el cual día a día han experimentado situaciones difíciles, ya sea por la carga laboral, el incremento de pacientes, personal de salud insuficiente, el riesgo de contraer el virus, la falta de EPP (equipo de protección personal), dilemas éticos, conflictos morales, agotamiento físico y mental. Toda esto puede tener un impacto emocional en el personal de salud, provocando sentimientos de culpa, tristeza, soledad, miedo, ansiedad, depresión y pérdida de apetito; todos estos factores mencionados pueden alterar la calidad de vida y aumentar el estrés laboral en el personal de enfermería (9).

El covid-19 actualmente está provocando una crisis de salud pública a nivel mundial, la cual va a necesitar de varias acciones para poder disminuir a una crisis social de larga duración, una de ellas podría ser la prevención ante una posible nueva pandemia que sería de trastornos psiquiátricos y cardio metabólicos con comorbilidades, así como también trabajar a la par con el gobierno y que realice campañas de vacunación contra la COVID-19. Uno de los objetivos de desarrollo sostenible busca mejorar en el bienestar, que debe reformularse y concretarse, porque se ha observado alterada a causa de la pandemia; la solidaridad mundial en tiempos de crisis viene a ser el mejor escudo frente a una guerra sanitaria (10).

1.2. FORMULACION DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre el estrés laboral y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022?

1.2.2. Problema específico

¿Cuál es la relación de realización personal y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022?

¿Cuál es la relación de cansancio emocional y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022?

¿Cuál es la relación de despersonalización y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

1.3.2. Objetivo específico

Determinar la relación que existe entre realización personal y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

Determinar la relación que existe entre cansancio emocional y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

Determinar la relación que existe entre despersonalización y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

1.4. Justificación

1.4.1. Teórica

Con todo esto mencionado anteriormente el presente estudio es de suma importancia ya que permitirá comprender mejor la presencia de estrés laboral, así como la forma de vida que lleva el personal de enfermería que labora en tiempos de pandemia en un hospital de alta complejidad del Perú. Siendo esta una realidad distinta ya que actualmente nos seguimos enfrentando a la COVID-19 mundialmente.

En este sentido, es necesario asegurar que tanto los procedimientos como las técnicas utilizadas tengan la legalidad exigida por la universidad, teniendo en cuenta su normativa, así como asegurar que los objetivos trazados se logren en beneficio de las otras generaciones de investigadores.

Durante el curso de la investigación actual, se realizará una búsqueda bibliográfica específica sobre el estrés laboral relacionado con el trabajo y estilo de vida. Esta búsqueda bibliográfica permitirá una aproximación teórica a los conceptos que subyacen a las variables al intentar identificar sus características y aplicabilidad en el contexto específico del estudio.

Asimismo, la teoría de enfermería vinculada para este estudio se encuentra presentada en la teórica Callista Roy con su modelo de adaptación que consiste en que la persona reaccione positivamente ante los cambios producidos por su entorno.

1.4.2. Metodológica

La presente investigación durante todas las etapas de su desarrollo seguirá los procedimientos metodológicos y técnicos señalados en el reglamento de investigación de la universidad, procurando alcanzar el rigor científico necesario para que la investigación logre

los fines propuestos y de esta manera sea de gran utilidad para la comunidad académica y en general de todo investigador interesado sobre la temática propuesta.

De esta manera, se implementará la metodología necesaria para lograr como el estudio lo requiere, obteniendo así resultados satisfactorios.

1.4.3. Práctica

La presente investigación pretende que las técnicas, métodos, resultados y recomendaciones producto del proceso investigativo sirvan para disminuir el estrés laboral y mejorar el estilo de vida del personal de enfermería de un hospital nacional durante la pandemia, utilizando los resultados de la misma para mejorar las estrategias y así poder lidiar con el estrés laboral y mejorar la calidad de vida.

1.5. Delimitación de la investigación

1.5.1. Temporal

El desarrollo de esta propuesta investigativa se llevará a cabo durante el año 2022.

1.5.2. Espacial

La ejecución de esta investigación sería en un Hospital Nacional.

1.5.3. Población

La población o unidad de análisis de estudio serán los enfermeros que laboran en un Hospital Nacional en el servicio de emergencia desarrollando funciones asistenciales.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales:

Betancourt et al. (2020), Ecuador, tuvieron como objetivo *“Determinar el nivel de estrés de los licenciados en enfermería y auxiliares de enfermería e internos de enfermería durante la pandemia de Covid 19”*. Se realizó un estudio observacional, analítico, de corte transversal, el cual incluyeron licenciados, auxiliares e internos de enfermería del Hospital Rodríguez Zambrano que laboraban en el área de cuidados intensivos. La encuesta que se aplicó fue *“The Nursing Stress Scale”*. En el estudio participaron 14 profesionales de enfermería, 2 auxiliares de enfermería y 8 internos de enfermería, con una edad promedio de 21 a 40 años de edad, los resultados obtenidos fueron sobre los factores de muerte y sufrimiento, carga laboral son los causantes de mayor índice de estrés laboral. Como conclusión existe mayor índice de estrés laboral en el género femenino y es indispensable evaluar los factores estresantes en función de los mecanismos de afrontamiento disponibles, a fin de minimizar la probabilidad de que las personas experimenten estrés (11).

García et al. (2020), en México, hicieron un estudio cuyo objetivo fue *“Determinar el nivel de estrés laboral y los principales estresores que presenta el personal de enfermería ubicados en el contexto de la pandemia COVID-19”*. El estudio realizado fue de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, transversal, en 126 enfermeras, aplicaron un cuestionario que contenía una cédula de datos personales y laborales y también la Escala de estrés en enfermeras (NSS) con una fiabilidad de 91. Como resultados encontraron que el 81% de los participantes fueron del sexo femenino, el 58.7% refirió trabajar 12 horas, el 44.4% tiene bajo

su custodia siete o más pacientes, mientras que el 16% afirmó haberse contagiado de COVID-19. El nivel de estrés que se obtuvo fue medio, la jornada de trabajo de 12 horas fueron condición para presentar estrés en los participantes. Como conclusión los niveles de estrés están presentes en el profesional de salud, considerando necesario intervenir con estrategias de afrontamiento para disminuir el sufrimiento de los profesionales de enfermería (12).

Maldonado et al. (2020), México. Realizaron un estudio cuyo objetivo fue *“Analizar el nivel de fatalismo y estrés percibido relacionado con la pandemia COVID-19 de los profesionales de enfermería”*. Se enfocó en una metodología de estudio tipo cuantitativo, correlacional, diseño observacional, transversal. La muestra era de 551 profesionales de Enfermería del estado de Hidalgo, no probabilística, se incluyó a personal que laboraban en los tres niveles de atención, aplicaron la escala de fatalismo relacionado con COVID-19 y la escala de estrés percibido relacionado con la pandemia, a través de un formulario de Google Drive. Los resultados obtenidos fue un nivel de estrés alto, 59.9% medio y 37% bajo; 61% evidenció fatalismo ausente ante la posibilidad de contagio por el Coronavirus y 39% presente. Como conclusión se evidenció que no existe una relación significativa entre el fatalismo y el nivel de estrés percibido relacionado con la pandemia de COVID-19 de los profesionales de enfermería (13).

Antecedentes nacionales:

Pérez y Prado. (2021), en Trujillo, su objetivo fue *“Identificar la relación entre estrés y calidad de vida laboral de la enfermera durante la pandemia Covid-19”*. El estudio realizado fue cuantitativo de tipo descriptivo correlacional, de corte transversal. La muestra

fue de 93 enfermeros. La encuesta que utilizaron fue la Escala de estrés laboral de Enfermería-NSS y la Escala de Calidad de Vida Laboral-WRQOL. Los resultados encontrados fueron estrés laboral moderado en un (39 %) y estrés laboral bajo en un (61 %). La calidad de vida laboral fue baja con un (26 %), moderada en un (25 %) y alta en un (49 %). Se realizó el análisis estadístico con la prueba estadística Chi Cuadrado de Pearson (χ^2) y Gamma. Como conclusión si existe una relación significativa entre el nivel de estrés laboral y la calidad de vida laboral, de forma inversa (14).

León (2020), en Trujillo, tuvo como objetivo “*Determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estrés laboral en el personal de enfermería que labora en el servicio de centro quirúrgico del Hospital de Alta Complejidad Virgen de la Puerta, en tiempos del COVID – 19*”. El estudio fue descriptivo correlacional con diseño de corte transversal, con una población de 66 participantes, el cuestionario utilizado fue Perfil de estilo de vida (PEPS-I) de Nola Pender (1996), y el cuestionario de estrés laboral elaborado por Maslach, Schaufeli y Leiter (2001). Los resultados muestran que el mayor puntaje está entre el nivel no saludable del estilo de vida con el nivel medio del estrés laboral con un 39.4%, seguido del nivel saludable del estilo de vida con el nivel medio de estrés laboral con un 33.3%, en promedio existe un nivel saludable de estilo de vida con un 51.5%, y un nivel medio de estrés laboral con un 72,7%. Como conclusión existe relación inversa, considerable y significativa entre el estilo de vida y el estrés laboral, al haberse demostrado que $r_s = -0.692$ con $p = 1,2532E-10$ (15).

Peña y Cancharis (2019), Callao, tuvieron como objetivo “*Determinar la relación que*

existe entre el nivel de estrés laboral y el estilo de vida de las enfermeras del servicio de emergencia del hospital de Emergencias José Casimiro Ulloa, Lima – 2016”. Este trabajo de investigación fue de manera cuantitativa, descriptivo, no experimental correlacional y corte transversal. La población fue de 50 enfermeras. El instrumento utilizado fue el Inventario de Maslach Burnout Inventory (MBI). Como resultado se obtuvo que hay un nivel medio con 78% en cuanto al estrés laboral; asimismo el 82% del personal encuestado presenta un nivel medio de estilo de vida; la realización personal del personal de enfermería se encuentra en un nivel alto de 48%; el cansancio emocional se encuentra presente en el personal de enfermería con un nivel bajo de un 88%; Correspondiente a la despersonalización se encuentra en un 72% en un nivel bajo; como resultado se evidencio que hay nivel de significación que existe entre la Variable Estrés Laboral con la variable Estilo de Vida es 0.610 por ende no hay una relación (16).

2.2. Bases teóricas

Base conceptual

Teoría de Enfermería

El Modelo de Adaptación de Roy (RAM), desarrollado por Callista Roy en 1970, propone que las respuestas adaptativas son resultados que respaldan la integridad de una persona con miras a la supervivencia, el crecimiento, la reproducción y el dominio. Además, este modelo ofrece una herramienta muy valiosa para comprender la función y el papel de la enfermera, además de sus intervenciones para disminuir con éxito los mecanismos que causan el estrés. Por tanto, tomando como base este modelo, podemos decir que puede convertirse en una herramienta muy útil para poder superar la ansiedad. Cuando Roy laboraba como enfermera licenciada, vio la enorme capacidad de recuperación de los niños y al mismo tiempo

su habilidad a medida que lograban adaptarse a los cambios físicos y psicológicos todo logró un impacto en su nivel de adaptación. El elemento que pone en marcha el comportamiento se denomina “estímulo focal”, que viene a ser el estímulo interno o externo más inmediato que encuentra un ser humano, los factores ambientales que influyen en una persona se conocen como estímulos contextuales, mientras que los estímulos residuales son aquellos que hacen única a una persona y le dan sentido. Roy por tanto, se refiere a los procesos automáticos como mecanismos de defensa internos aunque los seres humanos no piensen en ellos (17).

La Organización Internacional del Trabajo (OIT), define el estrés como una reacción física y emocional a las demandas percibidas que es causada por un desequilibrio entre esas demandas y los recursos percibidos por el individuo para satisfacer esas instancias. En otras palabras, el estrés asociado con el trabajo se identifica como un diseño de las funciones y las relaciones laborales, así mismo también cuando el conocimiento y las habilidades de un personal o de un grupo que enfrenta dichas exigencias no coincide con las expectativas de una empresa (18).

El Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH), define el estrés laboral como reacciones físicas y emocionales incontrolables que ocurren cuando las demandas del trabajo no alcanzan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador (19).

Bases Científicas

Estrés Laboral:

Es importantes recordar que durante la pandemia de COVID-19 la atención hacia los pacientes fue más demandante que de lo normal, todo esto probablemente provocó estrés, ansiedad, miedo y otras emociones fuertes en el personal de salud. La forma en que se pueda manejar estas emociones podría afectar el bienestar del trabajador. De manera que, durante esta pandemia, es fundamental reconocer cómo se ve el estrés, y así tomar medidas para desarrollar la capacidad de recuperación y asimismo poder sobrellevarlo. Como síntomas más comunes está sentir irritación, enojo o negación, inseguridad, nerviosismo ansiedad, impotencia, cansado, triste, deprimido, tener problemas para dormir, así como también para lograr concentrarse. De esta manera se puede afirmar que el estrés laboral se define como un conjunto de respuestas emocionales, psicológicas, cognitivas y conductuales a las demandas profesionales que exceden los conocimientos y habilidades del empleado para desempeñarse al máximo de su potencial (20).

Los principales agentes estresores son:

- Factores estresantes del entorno físico: existen varios factores del entorno físico que podrían generar estrés en el lugar de trabajo, incluidos el ruido, la vibración, la luz, temperatura, humedad, etc.
- Demandas del propio trabajo: La propia actividad laboral, la sobrecarga de trabajo o a la exposición de riesgos.
- Los contenidos del trabajo o las características de las tareas a realizar son además potenciales desencadenantes del estrés laboral. Podemos incluir entre ellos la oportunidad de control, el uso de habilidades que hacen posible completar las tareas, la retroalimentación recibida al hacer las tareas por cuenta propia, la naturaleza de la tarea y la minuciosidad del propio trabajo.

- El desempeño de roles plantea también potenciales desencadenantes del estrés laboral.
- Las relaciones interpersonales y grupales pueden ser fuentes de estrés. Entre ellas compañeros superiores o subordinados.
- El desarrollo de la carrera, en sus múltiples aspectos. Como la inseguridad laboral, varias transiciones de rol y situaciones en distintas etapas de desarrollo.
- Diferentes aspectos relacionados con las nuevas tecnologías son también fuentes potenciales de estrés.
- Hay componentes de la estructura o del clima organizacional que pueden resultar estresantes como una centralización muy excesiva o un clima muy burocratizado o de poco apoyo social entre los miembros de la organización.
- Finalmente, cabe mencionar la vida en familia y las demandas conflictivas entre la actividad laboral y los roles familiares (21).

Respuesta frente al estrés laboral:

Como resultado, el término “afrontamiento” ha pasado a referirse a un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales realizados para regular o disminuir una transacción perturbadora. Además, una de esas clasificaciones distingue estrategias destinadas a eliminar o controlar los factores estresantes, así como aquellas que tienen como objetivo cambiar la forma en que las personas los perciben y garantizar que estas experiencias no impacten negativamente en las defensas psicológicas del cuerpo. Hoy en día, existen otro tipo de estrategias que podrían ser menos efectivas, como negar el problema o querer evitarlo (21).

Dimensiones

Realización Personal

Esta dimensión se caracteriza por la tendencia a auto evaluarse negativamente. Es decir, los trabajadores sienten que no logran desempeñarse tan bien como lo hacían en un inicio. Así mismo, se tiene la constante sensación de ausencia de progresar y por lo tanto la persona se siente inefectiva y cada nuevo proyecto es sentido como abrumador. Dicho de otro modo, esta escala pone énfasis en la evaluación que el propio empleado hace de su desempeño en la atención o servicio que brinda a la persona. Otro significado que podría aplicarse a esta situación es la pérdida de autoestima junto con sentimientos de inadecuación, incompetencia y falta de confianza en las propias capacidades. Como se puede observar, esta dimensión evalúa el estrés laboral de manera opuesta. Por ello indica una probabilidad baja de sentirse autorrealizado o específicamente al comportamiento recurrente para evaluarse negativamente.

Cansancio Emocional

Se puede decir que este agotamiento emocional y físico es causado por tener que tratar a diario con personas que están exhibiendo o causando problemas en el trabajo. Por el contrario, algunos estudios sobre salud mental han sugerido que el estrés en el trabajo fomenta estrategias fallidas de resolución de conflictos y provoca angustia emocional. Además, hay signos que se pueden ver como el desinterés por el trabajo, el agotamiento físico, incluido el dolor muscular leve o el deseo de dejar el trabajo debido a la rutina de las actividades laborales, también se dice que existen varios modelos para explicar la angustia emocional, pero la mayoría sostiene que es la respuesta del individuo a las

circunstancias.

Despersonalización

Esta dimensión se refiere a quienes prestan servicios a los demás y lo hacen de manera que crean distancia entre ellos y el cliente, ajenos a cualquier necesidad o característica que los identifique como seres humanos. También se entiende como despersonalización el desarrollo de sentimientos negativos hacia la propia tarea y hacia los demás, lo que permitirá al sujeto distanciarse emocionalmente de la realidad. Por lo tanto, se considera que debe ser explicada en términos de acciones negativas, actitudes y comportamientos que despliega el trabajador hacia las personas que son objeto de su atención. Por lo tanto, a estas personas se les considera deshumanizados por producir un endurecimiento de orden afectivo (22).

VARABLE 2: Estilo de vida

Según la OMS, nuestro modo de vida es el resultado de un conjunto de hábitos que nos permiten disfrutar de un equilibrio entre nuestro bienestar físico, mental y social (23).

También es importante comprender la forma en que cada persona elige vivir su vida porque esta influenciada por una variedad de factores y comportamientos que pueden tener efectos diversos en la salud y el bienestar de cada persona, por eso es importante que para poder entenderlo es necesario considerar, las características únicas de cada individuo, el conocimiento, y cuáles son sus motivaciones basado en un resultado a alcanzar. Según la teoría de Nola Pender, el comportamiento humano está orientado a la búsqueda del bienestar y el desarrollo del propio potencial. Como resultado su teoría muestra como las

personas toman las decisiones con respecto a su atención médica y su modelo permite evaluar e implementar acciones para el logro de estilos de vida saludables, en donde el estilo de vida de cada persona estará influenciado por las características personales, así como por experiencias vividas, todo esto va a permitir a las personas elegir si adoptar o no comportamientos saludables además este modelo es uno de los más usados en la promoción de la salud y en el manejo y prevención de las enfermedades.

En la teoría de Pender existen seis dimensiones que conforman el perfil de un estilo de vida, siendo la dimensión de nutricional una de las más importantes para alcanzar el bienestar humano, esta dimensión incluye la elección de alimentos basado en un contenido nutricional, así como la preparación y consumo de las comidas durante el día, otra de las dimensiones a tener en cuenta es el ejercicio que se define como cualquier actividad física que requiera gasto de energía. Obviamente esta dimensión es considerada de vital importancia porque les permitirá reducir el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, mejorar la función ósea y mantener un equilibrio saludable (15).

Dimensiones de los estilos de vida

Dimensión de Alimentación

Se toman en cuenta como aspectos asociados a la elección y consumo de alimentos, el cual involucran el tipo y cantidad de alimentos consumidos, horarios y lugares donde se consuman dichos alimentos relacionados con el control del peso. Como es obvio los estilos de vida saludable fomentan la adquisición y el mantenimiento de patrones que de modo personal o grupal optimizan la calidad de vida. Con el tiempo, ha quedado claro que el

bienestar de una persona y su satisfacción con la comida están relacionados, particularmente en cuando a como prefiere comer. De manera similar a los hábitos alimenticios, se cree que las personas son capaces de olvidar o ignorar la información contenida en el perfil nutricional de cada producto, sobre todo cuando persigue un objetivo en específico como la dieta o el placer mediato promovido por el consumismo. Por otro lado, es necesario poder mantener un hábito que contribuya al bienestar con convicción y en base a la propia decisión, pero que se vea reforzado continuamente por el entorno social.

Dimensión Actividad física

Se define como aquellos movimientos o actividades corporales que requieren un mayor gasto energético y que cuando se realizan en un estado de relajación o realizando algún tipo de actividad mental, pueden ser beneficiosos para la salud. Por esta razón, la actividad física se refiere a todo tipo de movimiento corporal que realiza una persona a lo largo de un periodo determinado, ya sea en su trabajo, en una actividad laboral y en sus momentos de tiempo libre, el cual va aumentar significativamente la energía. Por lo tanto, el fortalecimiento de la actividad física pretende promover el bienestar y el desarrollo de estilos de vida saludables teniendo en cuenta como el movimiento expresa los significados personales, sociales y simbólicos del cuerpo y de la persona. Finalmente, de forma la actividad física deja de ser solo movimiento, sino que también se convierte en una respuesta social que identifica un modo de vida y que a su vez suele contribuir a establecer estados de bienestar en la persona.

Dimensión Salud Mental

El concepto de “tiempo libre” tiene dos componentes: el primero es un concepto cuantitativo que se refiere a las horas que se pasan sin trabajar, y el segundo es un concepto cualitativo que se refiere a la libertad de elegir lo que se hará con su tiempo libre. Entonces podríamos decir que gestionar el tiempo libre implica hacer lo que uno elija de forma independiente ponerlo en práctica. Obviamente no solo es importante tener tiempo libre, sino tener en cuenta que hacer en ese tiempo. Para ser definido como tal, ese tiempo debe ser preferencia del individuo. De manera que uno tiene que darse el espacio para aprender y crecer personalmente. Con todo lo mencionado anteriormente podemos decir que administrar el tiempo libre es hacer cosas que no necesariamente coinciden con las tareas esenciales del hogar o el empleo formal.

Descanso

La OMS aconseja a los adultos que duerman al menos 6 horas al día. También se menciona que el sueño favorece la relajación, y que esta relajación nocturna es fundamental para la restauración de la energía. Asimismo, dormir una siesta implica tener un reposo de tiempo corto, pero también tomarse un tiempo para relajarse y recargar las pilas para el resto del día.

Higiene personal

La higiene personal es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano. Asimismo, contribuye a que seamos menos propensos a enfermedades, ayudando también a que uno se sienta bien consigo mismo.

Hábitos nocivos

Vienen a ser aquellos comportamientos o agentes externos cuyo uso repetido nos pone en riesgo de sufrir daños a corto o largo plazo, así como enfermedades graves. Por otro lado, comportamientos como fumar, beber alcohol, usar drogas, tomar café en exceso y automedicación causan daño a nuestro cuerpo.

El estrés laboral o estrés en el trabajo: se refiere a un tipo de “estrés propio” en el que un individuo puede sentirse abrumado física o mentalmente por su entorno laboral. Esto podría tener una variedad de efectos negativos en su salud, así como en la salud de su entorno más cercanos (16).

La OMS define el modo de vida de una persona como los comportamientos y normas de conducta que ha desarrollado al largo de sus procesos de socialización. Además, el aprendizaje puede adquirirse a través de las relaciones con los padres, compañeros de trabajo, amigos, hermanos y otros miembros de la familia, así como a través de la influencia de la escuela o los medios de comunicación (24).

Los estilos de vida saludable se caracterizan en cierta medida como el grado de salud que se tiene y se obtendrá en el futuro. De modo en que la forma de como trabaje el hombre, descanse y de cómo maneje sus hábitos nocivos, determinaran en gran medida el proceso salud-enfermedad (25).

Tener un estilo de vida inactivo nos puede traer consecuencias fatales como la obesidad, presión alta, diabetes, enfermedades coronarias, accidente cerebro vascular, el

aumento de la depresión, ansiedad y todo esto nos podría llevar a una muerte prematura (26).

Enfermería: tiene un significado multifacético que se refiere a brindar atención autónoma y colaborativa a personas de diversas edades, familias, grupos y comunidades, así como a quienes están enfermos o sanos. Además, enfermería está en la línea de acción de prestación de servicios y desempeñan un papel muy fundamental en la atención centrada de la persona. Por otro lado, según un informe titulado “Situación de la Enfermería en el Mundo en 2020: Invirtiendo en Educación, Empleo y Liderazgo”, publicado por la OMS en 2020, hay alrededor de 28 millones de profesionales de enfermería en todo el mundo, lo que es más de la mitad de toda la salud profesional del cuidado. Además, cabe señalar que todavía existe una escasez mundial de 5,9 millones de profesionales de enfermería y la mayor parte de esta escasez se produce en países en desarrollo como África, Asia, la región del Mediterráneo, así como también en varios países de América Latina. Para poder enfrentar este problema, uno de los pasos a tomar es aumentar la inversión nacional y así reducir la escasez de profesionales en este campo y evitar una situación global de crisis económica (27).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general:

Hi: El nivel de estrés laboral tiene relación con el estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

Hº: El nivel de estrés laboral no tiene relación con el estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

2.3.2. Hipótesis específicas

Hi 1. Existe relación, entre la dimensión de realización personal y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

Hi 2. Existe relación, entre la dimensión de cansancio emocional y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

Hi 3. Existe relación, entre la dimensión de Despersonalización y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.

3. METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

En el presente proyecto de investigación, se aplicará el método hipotético-deductivo. El cual se encarga de tomar premisas, establecer hipótesis, verificarlas y luego sacar las conclusiones de los hechos (28).

3.2. Enfoque de la investigación

Se utilizará el enfoque cuantitativo porque se empleará datos de medición numérica los cuales serán analizados estadísticamente (29).

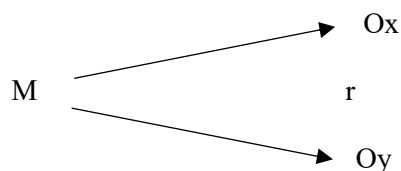
3.3. Tipo de investigación

El presente estudio es aplicado porque tiene como objetivo resolver un **problema específico** o desarrollar una **aplicación práctica** para abordar necesidades específicas (30).

3.4. Diseño de la investigación

El actual estudio será de diseño no experimental a nivel correlacional porque permitirá encontrar asociación entre dos variables sobre la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y estilo de vida en el personal de enfermería de un hospital nacional en tiempos de pandemia 2022 (31).

En este estudio se utilizará el siguiente esquema



Donde:

M: muestra de elementos o población de elementos de estudio (p)

Ox: Variable de estudio: Aplicación de medidas de bioseguridad

O: Resultados de la medición de las variables

R: relación

3.5 Población, muestra y muestreo

El departamento de enfermería de un hospital nacional, cuenta con un total de 150 enfermeras en todo el nosocomio, distribuidos tanto en administrativo, como en asistenciales.

Muestra

Es una parte representativa de una población la cual se enfoca en la selección de los participantes del estudio. Para la siguiente investigación se tomará en cuenta la muestra total del personal que es de 79, la cual serán aquellos licenciados que laboran en los servicios de observación de emergencia, UCE, tópico de emergencia y trauma shock. En esta investigación se obtendrá mediante la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, la cual estará conformada por Licenciados de enfermería, calculado por la siguiente fórmula (32).

Margen: 10%

Nivel de confianza: 99%

Población: 150

Tamaño de muestra: 79

$$n = \frac{z^2(p \cdot q)}{e^2 + \frac{z^2(p \cdot q)}{N}}$$

Ecuación Estadística para Proporciones poblacionales

n= Tamaño de la muestra

z= Nivel de confianza deseado

p= Proporción de la población con la característica deseada (éxito)

q= Proporción de la población sin la característica deseada (fracaso)

e= Nivel de error dispuesto a cometer

N= Tamaño de la población

Criterios de Inclusión

Enfermeras que cumplen las siguientes características:

- ✓ Enfermeras asistenciales
- ✓ Enfermeras administrativas
- ✓ Enfermeras que desean participar en la investigación
- ✓ Enfermeras que se encuentren laborando

Criterios de Exclusión

- ✓ Todas las enfermeras, que gozan de vacaciones, descansos médicos, licencias sin goce de haber.
- ✓ Enfermeras que no desean participar.

3.6 Variables y Operacionalización de variables

Variables	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
V1. Estrés laboral	Se identifica como un grupo de reacciones emocionales, psicológicas, cognitivas y conductuales frente a exigencias profesionales que sobrepasan los conocimientos y habilidades del trabajador.	Realización personal	<ul style="list-style-type: none"> • Me siento con mucha energía en mi trabajo • Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis pacientes • Siento que puedo entender fácilmente a los pacientes • Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis pacientes • Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo 	Ordinal	Alto (67-99 puntos)
		Cansancio emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Me siento emocionalmente agotada en mi trabajo. • Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigada • Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa. 		Medio (34-66 puntos)
		Despersonalización	<ul style="list-style-type: none"> • Me preocupa que este trabajo me está endureciendo emocionalmente • Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo • Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades 		bajo (0-33 puntos)
V2.	Es el resultado de un conjunto de hábitos que nos permiten disfrutar de un equilibrio	Salud Mental	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío • Siento que estoy tratando a algunos pacientes como si fueran objetos impersonales • Siento que me he hecho más dura con la gente • Me siento frustrado en mi trabajo • Siento que mi trabajo me está desgastando 	Ordinal	Alto (87-116 puntos)

Estilo de vida en el personal de enfermería	entre físico, bienestar mental y social.	Actividad Física	<ul style="list-style-type: none"> • Realizas ejercicio para relajar tus músculos al menos 3 veces al día o por semana • Tomas tiempo cada día para el relajamiento • Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión • Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo • Realizas ejercicios vigorosos por 20 0 30 minutos al menos 3 veces a la semana • Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud • Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida. • Te quieres a ti misma • Conoces el nivel de colesterol en tu sangre • Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas • Lees revista revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales • Te sientes feliz y contento 	Medio (58-86 puntos) bajo (29-57 puntos)
		Alimentación	<ul style="list-style-type: none"> • Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas • Comes tres comidas al día • Incluyes en tu dieta alimentos que contiene fibras • Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día • Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes 	

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

En relación a las variables 1 y 2: se utilizará la técnica de encuesta más adecuada, junto con el cuestionario que ayudará a recopilar información a través de la recolección de datos cuyo análisis e interpretación permitirá un análisis de la situación real de estudio (33).

3.7.2 Descripción de instrumento

Para la primera variable: estrés laboral

El instrumento que se utilizará será el Inventario de Maslach Burnout Inventory (MBI), creado por Maslach y Jackson en el año de 1981, consta de 22 ítems y se valora en escala tipo Lickert con siete niveles que va desde 0 a 6, y cada nivel tiene tres subniveles: agotamiento emocional (9), falta de realización personal (8) y despersonalización (5). En Perú fue aplicado por Morales Lindo en el Instituto Nacional de Salud del Niño – Lima 2006, obteniendo como resultado 63.2% de estrés laboral en el personal de salud (34).

Para la variable dos, se utilizará la técnica de la encuesta y como instrumento El cuestionario de Perfil de estilo de Vida (PEPSI-I) de Nola Pender (1996). El cual está compuesto por 47 reactivos de tipo Likert, con un patrón de respuesta en 4 criterios (Nunca: 1; A veces: 2; Frecuentemente: 3; Rutinariamente: 4) el valor mínimo es 29 y el máximo de 116 a mayor puntuación refiere mejor estilo de vida. En Perú fue aplicado en Cañete – 2016 por Espinoza Cárdenas consiguiendo como resultado que el 56.9% tiene un estilo de vida saludable (35).

3.7.4 Validación

Variable 1: El inventario de Maslach Burnout Inventory (MBI) fue diseñado por Christina Maslach y Susan Jackson en 1981, es un cuestionario que evalúa el ambiente laboral, en pocas palabras, mide lo que se conoce como el “síndrome de Burnout”, una forma crónica de estrés que afecta a los trabajadores que están expuestos a tareas exigentes y rutinarias. Se manifiesta con mayor frecuencia en quienes brindan servicios humanos. En el 2014 este instrumento que es ampliamente conocido, fue validado por SUSALUD elaborándose un análisis psicométrico en la muestra de estudio, obteniendo como resultado un nivel bueno apto para la investigación (36).

Variable 2: El cuestionario de Perfil de estilo de Vida (PEPSI-I) fue creado y validado por Nola Pender en 1996, ella considera el estilo de vida como un patrón multidimensional de acciones que una persona realiza a lo largo de su vida y que afecta directamente la salud. En el 2019 este cuestionario fue validado en Perú el cual cuenta con un nivel aceptable de consistencia interna que se determinó a partir de jueces de expertos en total 11, utilizando el coeficiente de concordancia W de Kendall y el alfa de Cronbach (37).

3.7.5 Confiabilidad

El instrumento de Maslach y Jackson tiene una alta consistencia interna y confiabilidad cercana a 0.9, en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo. La técnica fue la encuesta autoadministrada.

Estrés Laboral General:

Nivel bajo: 0 – 33

Nivel medio: 34 – 66

Nivel alto: 67 – 99

Dimensiones:

Realización Personal:

Bajo: 40 – 48

Medio: 34 – 39

Alto: 0 – 33 41

Cansancio Emocional:

Bajo: 0 –18

Medio: 19–26

Alto: 27–54

Despersonalización:

Bajo: 0 –5

Medio: 6 – 9

Alto: 10–30

A nivel general, se clasificó en: Nivel alto el rango es de 0 a 33 puntos; nivel medio de 34 a 66 puntos y nivel bajo de 67 a 99 puntos (38).

Con respecto al cuestionario de Perfil de estilo de Vida (PEPSI-I) que cuenta con 48 reactivos que se subdividen en tres sub escalas:

Bajo: 29 – 57

Medio: 58 – 86

Alto: 87 – 116

fue con un alfa para toda la escala de 0.93 y para las sub escalas de 0.70 a 0.87 (39)

3.8 Procesamiento y análisis de datos

3.8.1 Plan de recolección de los datos

Para la recolección de datos, se realizará los trámites correspondientes a las autoridades del Hospital Nacional, mediante una carta de presentación dirigida a la jefa de enfermeras. Durante los meses que se coordine con el área a quien me dirijo, luego se coordinará con el personal de enfermería, posteriormente se decidirá el día de las encuestas para poder realizarlas.

3.8.2. Análisis de los datos

Los datos recogidos serán codificados, digitalizados e ingresarán a una tabla matriz y hoja de códigos utilizando el programa estadístico Excel. Luego se enviarán al software estadístico SPSS Versión 25 para su proceso - análisis de datos. Por último, se realizará el análisis estadístico sobre el nivel de estrés laboral y estilo de vida, cuyos resultados serán determinados utilizando la prueba Chi-Cuadrado, en una base de datos que será creada en el programa estadístico SPSS versión 22 con el objetivo de comprobar la existencia de asociación significativa.

3.9 Aspectos éticos

✓ Principio de autonomía:

El estudio incluirá a los profesionales de enfermería que laboren en el servicio de emergencia que accedan a participar voluntariamente, previo a su participación, se les

entregarán formularios de consentimiento informado para que puedan firmarlos y evitar verse expuestos a situaciones que puedan atentar contra sus principios o causarles daño. Además, la información obtenida solo será utilizada con fines académicos (40).

✓ Principio de beneficencia:

Los participantes recibirán únicamente beneficios académicos y conocimientos sobre el tema de estudio, lo que conlleva una necesidad ineludible de realizar ciertas acciones encaminadas a promover el bienestar de las personas, defender sus derechos y prevenir el daño (40).

✓ Principio de la no maleficencia:

No se realizará ningún tipo de daño o acción que ponga en peligro la integridad física y moral del profesional de enfermería que participará de esta investigación, asimismo se respetará la privacidad de la muestra (40).

✓ Principio de justicia:

El estudio se desarrollará sin ningún tipo de discriminación hacia los participantes, teniendo en cuenta a todos por igual y respetando las inquietudes que puedan presentarse durante la investigación (40).

4.2 Presupuesto:

2022															TOTAL
MATERIALES	AGO	SET	OCT	NOV	DIC	ENR	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SET	S/.
Servicios															
Internet	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	140
Luz	20	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	410
Material Bibliográfico															
Libros	70	70													140
Otros															
Movilidad	60	30	30	30	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	220
Refrigerio	60	20	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	200
Páginas de impresión			30	30							30	30		30	150
Imprevistos*		110		110											220
TOTAL	220	270	100	100	60	60	60	60	60	60	90	90	60	90	1480

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA

1. Leka S, Griffiths A, Cox T. ¿Qué es el estrés? La organización del trabajo y estrés [serie de internet]. 2004 Enr [citato 2021 Oct 01]; 3(3): 3-6. Sitio:
https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf
2. Blog neuron up. Estrés laboral. [serie de internet]. 2020 Oct [citato 2021 Oct 02]; 1(1): 1
Sitio:
<https://blog.neuronup.com/estres-laboral/>
3. OMS. Comunicados de Prensa. OMS [serie de internet]. 2019 Nov [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 1. Sitio:
<https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>
4. OIT. La prevención del estrés en el trabajo. OIT [serie de internet]. 2013 Abril [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 1. Sitio:
https://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2012/112B09_9_span.pdf
5. ICN. Consejo internacional de enfermeras. ICN [serie de internet]. 2020 Abril [citato 2021 Oct 09]; 1(1): 1. Sitio:
<https://www.icn.ch/es/noticias/el-cie-insta-los-gobiernos-actuar-para-poner-fin-las-agresiones-hacia-las-enfermeras-en-un>
6. OMS. Cuidando nuestra salud mental. OMS [serie de internet]. 2021 Mrz [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 1. Sitio:
https://www.who.int/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus/healthyathome/healthyathome---mental-health?gclid=EAIaIQobChMI4e3g0azk8wIVwQaRCh2jlgNaEAAYAiAAEgIzZ_D_BwE
7. OMS. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. OMS [serie de internet]. 2020 Mrz [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 1. Sitio:
<https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>

8. OPS. Respuesta a la emergencia por COVID-19 en Perú. OPS [serie de internet]. 2020 Agt [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 1. Sitio:
<https://www.paho.org/es/respuesta-emergencia-por-covid-19-peru>
9. Fundación Corachan. La importancia de la enfermera en época de Covid-19. Fundación Corachan [serie de internet]. 2020 May [citato 2021 Oct 10]; 1(1): 1. Sitio:
https://www.corachan.com/es/blog/la-importancia-de-la-enfermera-en-epoca-de-covid-19_77751
10. Junchaya V. Estilo de vida saludable en tiempos de pandemia. La pandemia y los objetivos de desarrollo sostenible [serie de internet]. 2021 Jun [citato 2022 Mar 2]; 1(1): 1. Sitio:
<file:///C:/Users/evely/Downloads/76-Texto%20del%20art%C3%ADculo-214-1-10-20210602.pdf>
11. Betancourt M et al⁶. Estrés laboral en el personal de enfermería del área de UCI durante la pandemia de COVID-19. Revista científica multidisciplinaria. [serie de internet]. 2020 Nov [citato 2021 Oct 08]; 4(3): 1-9. Sitio:
<http://revistas.unesum.edu.ec/index.php/unesumciencias/article/view/308/210>
12. García P, et al⁶. Estrés laboral en enfermeras de un hospital público de la zona fronteriza México, en el contexto de la pandemia COVID-19. Revista de Salud Pública. [serie de internet]. 2020 Nov [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 1-8. Sitio:
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/31332/32042>
13. Maldonado G, et al⁴. Fatalismo y estrés percibido relacionado con la pandemia de COVID-19 de los profesionales de enfermería. Sanus. [serie de internet]. 2020 Dic [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 1-9. Sitio:
<http://www.scielo.org.mx/pdf/sanus/v5n16/2448-6094-sanus-5-16-00004.pdf>
14. Perez Ponce D, Prado K. Estrés y calidad de vida laboral de la enfermera durante la pandemia Covid-19. Universidad Nacional de Trujillo. [serie de internet]. 2021 Agt [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 7. Sitio:
<http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/17544>

15. León Reyna Patricia. Estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos del COVID-19. Hospital III-E, Es Salud – La Libertad. Universidad Cesar Vallejo. [serie de internet]. 2020 Agt [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 7. Sitio: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/48285/Leon_RPL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Peña Ricaldi Ofelia, et al³. Nivel de estrés laboral y estilo de vida de las enfermeras en el servicio de emergencias del hospital de emergencias José Casimiro Ulloa, Lima 2016. Universidad Nacional del Callao. [serie de internet]. 2019 Agt [citato 2021 Oct 08]; 1(1): 11. Sitio: <http://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/3989>
17. Bonfill Accensi Encarna, et al⁴. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. Index de enfermería. [serie de internet]. 2010 Dic [citato 2021 Oct 08]; 19(4): 1. Sitio: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010
18. OIT. Estrés laboral. OIT. [serie de internet]. 2016 Abr [citato 2021 Oct 14]; 1(1): 1. Sitio: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/genericdocument/wcms_475146.pdf
19. CDC. El estrés el en trabajo. CDC. [serie de internet]. 2015 Enr [citato 2021 Oct 14]; 1(1): 1. Sitio: https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/99-101_sp/default.html
20. DCD. Personal de atención médica y personal de primeros auxilios: como hacer frente al estrés y desarrollar la resiliencia durante la pandemia de COVid-19. DCD. [serie de internet]. 2020 Dic [citato 2021 Oct 14]; 1(1): 1. Sitio: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/mental-health-healthcare.html>
21. Peiró Silla José. El estrés laboral: una perspectiva individual y colectiva. Universidad Valencia. [serie de internet]. 2001 Jun [citato 2021 Oct 20]; 1(1): 1. Sitio: <https://www.ipn.mx/assets/files/investigacion-administrativa/docs/revistas/88/ART3.pdf>

22. Buzzetti Bravo Marcela de la Asunción. Validación del Maslach Burnout Inventory (MBI), en dirigentes del colegio de profesores A.G. de Chile. Universidad de Chile. [serie de internet]. 2005 Jun [citato 2021 Oct 20]; 1(1): 1. Sitio:
<https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/137677/Memoria%20Titulo%20Validaci%C3%B3n%20MBI%20Burnout%20ver%20SISIB.pdf?sequence=1>
23. Rolleat. Cambios en el estilo de vida y concepto según la OMS. Rolleat. [serie de internet]. 2021 Enr [citato 2021 Oct 20]; 1(1): 1. Sitio:
<https://rolleat.com/es/estilo-de-vida/>
24. Innova. Estilo de Vida. Creative Commons Attribution. [serie de internet]. 2020 Enr [citato 2021 Oct 20]; 1(1): 1. Sitio:
https://www.um.es/innova/OCW/actividad_fisica_salud/contenidos/estilo_de_vida.html
25. Carrillo Lemus Haison y Amaya Ropero Maria. Estilos de vida saludables de las enfermeras (o) docentes de la Escuela de enfermería de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. [serie de internet]. 2001 Jun [citato 2022 Oct 8]; 1(1): 1. Sitio:
<http://www.index-f.com/lascasas/documentos/lc0128.pdf>
26. Medline Plus. Riesgo de una vida sedentaria. [serie de internet]. 2021 Abril [citato 2022 Oct 8]; 1(1): 1. Sitio:
<https://medlineplus.gov/spanish/healthrisksfaninactivelifestyle.html>
27. OPS. Enfermería. OPS. [serie de internet]. 2020 Enr [citato 2021 Oct 20]; 1(1): 1. Sitio:
<https://www.paho.org/es/temas/enfermeria>
28. Tipos de investigación. Método hipotético deductivo. Tipos de investigación. [serie de internet]. 2020 Enr [citato 2022 Abr 10]; 1(1): 1. Sitio:
<https://tiposdeinvestigacion.org/hipotetico-deductivo/>
29. Qualtrics. Investigación cuantitativa. Qualtrics. [serie de internet]. 2022 Enr [citato 2022 Abr

10]; 1(1): 1. Sitio:

<https://www.qualtrics.com/es/gestion-de-la-experiencia/investigacion/investigacion-cuantitativa/>

30. Curiosoando. ¿Qué diferencia investigación básica e investigación aplicada? Curiosoando. [serie de internet]. 2022 Feb [citato 2022 Abr 10]; 1(1): 1. Sitio:

<https://curiosoando.com/que-diferencia-investigacion-basica-e-investigacion-aplicada>

31. Questionpro. ¿Qué es la investigación correlacional?. Questionpro. [serie de internet]. 2020 Feb [citato 2022 Abr 10]; 1(1): 1. Sitio:

<https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-correlacional/#:~:text=Definici%C3%B3n%20de%20investigaci%C3%B3n%20correlacional,mente%20puede%20hacer%20cosas%20brillantes>

32. Normas Apa. ¿Qué es una muestra y como se relaciona?. Normas Apa. [serie de internet]. 2016 Nov [citato 2022 Abr 14]; 1(1): 1. Sitio:

<https://normasapa.net/que-es-una-muestra-y-como-se-selecciona/>

33. Universidad la Concordia. Conoce 4 técnicas de investigación que son ideales para universitarios. Universidad la Concordia. [serie de internet]. 2020 Jul [citato 2022 Abr 14]; 1(1): 1. Sitio:

<https://universidadlaconcordia.edu.mx/blog/index.php/tecnicas-de-investigacion/#:~:text=Las%20t%C3%A9cnicas%20de%20investigaci%C3%B3n%20son,conocimiento%20para%20resolver%20nuestras%20preguntas.>

34. Morales Lindo Cinthya Milagros. Nivel de estrés laboral de las enfermeras en las áreas críticas del Instituto Nacional de Salud del Niño. Universidad Nacional Mayor San Marcos. [serie de internet]. 2006 Nov [citato 2022 Oct 06]; 1(1): 7. Sitio:

https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/546/Morales_lc.pdf?sequence=1&isAllowed=y

35. Espinoza Cárdenas Lucia del Rosario. Estilo de vida del profesional de enfermería pertenecientes a la Micro Red de San Vicente Cañete – 2016. Universidad San Martín de Porres. [serie de internet]. 2016 Jun [citado 2022 Oct 06]; 1(1): 17. Sitio: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2285/espinoza_1.pdf?sequence=3&isAllowed=y
36. Estadisticando. Escala Maslach Burnout Inventory. Estadisticando. [serie de internet]. 2016 Abr [citado 2022 Abr 14]; 1(1): 1. Sitio: <http://estadisticando.blogspot.com/2016/04/escala-maslach-burnout-inventory-mbi.html#:~:text=El%20inventario%20Burnout%20%E2%80%9Cquemado%E2%80%9D%20de,a%20trabajos%20pesados%20y%20rutinarios.>
37. Teorías de enfermería. El cuidado. Teorías de enfermería. [serie de internet]. 2012 Jun [citado 2022 Abr 14]; 1(1): 1. Sitio: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
38. Olivares Faúndez Víctor. Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. Cien Trab. [Internet]. 2017 Abr [citado 2022 Oct 02]; 19 (58): 59-63. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-24492017000100059
39. Caminante SN et al. Una versión en español del perfil de estilo de vida promotor de la salud. [serie de internet]. USA: Pubmed; 1990 Setiembre- Octubre [revisado 2022 Oct 02]; Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/2399130/>
40. Hospital Juárez. Concepto y principios de la bioética. Hospital Juárez. [serie de internet]. 2020 Jun [citado 2022 Abr 14]; 1(1): 1. Sitio: [https://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/59F0B1DFF4B09FFB05257D18006D362B/\\$FILE/ceboax-0105.pdf](https://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/59F0B1DFF4B09FFB05257D18006D362B/$FILE/ceboax-0105.pdf)

ANEXOS

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema General ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés laboral y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022?</p> <p>Problemas Específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cuál es la relación de realización personal y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022? 2. ¿Cuál es la relación de cansancio emocional y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022? 3. ¿Cuál es la relación de despersonalización y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022? 	<p>Objetivo General Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Determinar la relación que existe entre realización personal y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022. 2. Determinar la relación que existe entre cansancio emocional y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022. 3. Determinar r la relación que existe entre despersonalización y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022. 	<p>Hipótesis General</p> <p>Hi: El nivel de estrés laboral tiene relación con el estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022</p> <p>Hº: El nivel de estrés laboral no tiene relación con el estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.</p> <p>Hipótesis Específica</p> <p>Hi 1. Existe relación, entre la dimensión de realización personal y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.</p> <p>Hi 2. Existe relación, entre la dimensión de cansancio emocional y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.</p> <p>Hi 3. Existe relación, entre la dimensión de Despersonalización y estilo de vida en el personal de enfermería que labora en emergencias en un hospital nacional 2022.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Estrés laboral</p> <p>Variable 2</p> <p>Estilo de vida</p>	<p>Método: hipotético – deductivo.</p> <p>Enfoque: cuantitativo.</p> <p>Tipo: Aplicada</p> <p>Nivel: Correlacional.</p> <p>Diseño: no experimental.</p> <p>Población Muestra: 79 Profesionales en enfermería.</p> <p>Técnica: encuesta</p> <p>Instrumento: cuestionario</p>

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos**Universidad Privada Norbert Wiener****CUESTIONARIO DE MASLASH**

Estimado (a) enfermero (a), buenos días, soy la Lic. En Enfermería Evelyn Estephany Silva Cabezas, de la de la UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, en este presente cuestionario está dirigido a los enfermeros que laboran en el servicio de emergencia del Hospital Nacional. Espero que su respuesta sea sincera y veras por tratarse de un estudio de investigación.

El objetivo del presente cuestionario es determinar la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y estilo de vida en el personal de enfermería de un hospital nacional en tiempos de pandemia 2022. Para que a partir de ello se realice planes de mejora. En la que se solicita la veracidad en la información y se garantiza la confidencialidad de los datos.

I DATOS GENERALES

Edad:..... Sexo: F.... M....

Condición laboral: Nombrado..... Contrado.....

Estado civil: Casada(o)..... Soltera(o)..... Separada(o)

Instrucción: coloque el número que corresponde a su respuesta correcta 0 = nunca 1 = pocas veces al año o menos 2 = una vez al mes o menos 3 = unas pocas veces al mes 4 = una vez a la semana 5 = pocas veces a la semana 6 = todos los días. MARQUE CON UNA (X) LA RESPUESTA QUE CREE

CONVENIENTE

No		0	1	2	3	4	5	6
1	Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo							
2	Cunado termino mi jornada de trabajo me siento vacío							

3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado								
4	Siento que puedo entender fácilmente a los pacientes								
5	Siento que estoy tratando a algunos pacientes como si fueran objetos impersonales								
6	Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa								
7	Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis pacientes								
8	Siento que mi trabajo me está desgastando								
9	Siento que estoy influyendo positivamente la vida de otras personas a través de mi trabajo								
10	Siento que me he hecho más duro con la gente								
11	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente								
12	Me siento con mucha energía en mi trabajo								
13	Me siento frustrada(o) en mi trabajo								
14	Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo								
15	Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis pacientes								
16	Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa								
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis pacientes								
18	Me siento estimado después de haber trabajado íntimamente con mis pacientes								
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo								
20	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades								
21	Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada								
22	Me parece que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas								

CUESTIONARIO DE PERFIL DE ESTILO DE VIDA (PEPS-I) PENDER (1996)

Estimado (a) enfermero (a), buenos días, soy la Lic. En Enfermería Evelyn Estephany Silva Cabezas, de la de la UNIVERSIDAD NORBERT WIENER, en este presente cuestionario está dirigido a los enfermeros que laboran en el servicio de emergencia del Hospital Nacional. Espero que su respuesta sea sincera y veras por tratarse de un estudio de investigación.

INSTRUCCIONES: a) En este cuestionario se pregunta sobre el modo en que vives en relación a tus hábitos personales actuales. b) No hay respuesta correcta o incorrecta, solo es tu forma de vivir. Favor de no dejar preguntas sin responder. c) Marca con una X el número que corresponda a la respuesta que refleje mejor tu forma de vivir. 1 = Nunca 2 = A veces 3 = Frecuentemente 4 = Rutinariamente

No		1	2	3	4
1	Tomas algún alimento al levantarse por las mañanas				
2	Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud				
3	Te quieres a ti misma(o)				
4	Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al día o por semana				
5	Tomas tiempo cada día para el relajamiento				
6	Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (miligramos en sangre)				
7	Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida				
8	Creces que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas				
9	Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales				
10	Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida				
11	Te sientes feliz y contenta(o)				
12	Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana				
13	Comes tres comidas al día				

14	Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud				
15	Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales				
16	Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida e				
17	Logias fácilmente a otras personas por sus éxitos				
18	Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores)				
19	Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estas de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda para cuidar tu salud				
20	Miras hacia el futuro				
21	Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión				
22	Eres consciente de lo que te importa en la vida				
23	Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti				
24	Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción				
25	Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)				
26	Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación				
27	Discutes con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud				
28	Respetas tus propios éxitos				
29	Checas tu pulso durante el ejercicio físico				
30	Pasas tiempo con amigos cercanos				
31	Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado				
32	Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives				
33	Ves cada día como interesante y desafiante				
34	Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas)				
35	Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir				

36	Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida				
37	Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo				
38	Expresas fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros				
39	Te concentras en pensamientos agradables al a hora de dormir				
40	Pides información a los profesionales para cuidar de tu salud				
41	Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos				
42	Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro				
43	Eres realista en las metas que te propones				
44	Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios)				
45	Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal				
46	Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)				
47	Creer que tu vida tiene un propósito				

Anexo 3: Consentimiento informado para participar en proyecto de investigación

Universidad Privada Norbert Wiener

Escuela Académico Profesional de Enfermería (EAPE)

Este consentimiento informado tiene información que lo ayudará a decidir si desea participaren este estudio. La aplicación del cuestionario tendrá un tiempo aproximado de 30 min. Si tiene alguna pregunta o desea más información sobre este trabajo de investigación, por favor comunicarse con la Lic. En enfermería Evelyn Estephany Silva Cabezas; investigadora principal, (evelynsilvacabezas@gmail.com) / cel. 950155577.

Título del proyecto: Estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería que labora en emergencia en un hospital nacional 2022.

Propósito del estudio: Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería que labora en emergencia en un hospital nacional 2022.

Beneficios por participar: Puede llevar acabo conocer los resultados de la investigación por losmedios más convenientes (de forma personal o grupal) que le podría ser de profusa utilidad en su acción profesional.

Inconvenientes y riesgos: Ninguno, solo se pedirá responder el cuestionario.

Renuncia: Usted puede retirarse del estudio en cualquier instante, sin sanción o pérdida de las ventajas a los que tiene derecho.

Consultas posteriores: Si usted tuviese cuestiones extras a lo largo del desarrollo de este estudioo se avecina de la investigación, puede realizarlas en cualquier instante.

Participación voluntaria:

Su cooperación en este estudio es consumadamente voluntaria y puede retirarse en cualquier instante.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve momento y posibilidad de hacer cuestiones, las cuales fueron reveladas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o seguir participando en el estudio y que al final acepto participar buenamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante

DNI _____
firma

Nombres y apellidos de la investigadora

DNI _____
firma

Anexo 4: Informe de turnitin

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

TESIS EVELYN SILVA 2022 (2).docx

RECUENTO DE PALABRAS

11015 Words

RECUENTO DE CARACTERES

62113 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

54 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

188.3KB

FECHA DE ENTREGA

Oct 12, 2022 7:50 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Oct 12, 2022 7:54 PM GMT-5

● 20% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base

- 18% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 12% Base de datos de trabajos entregados
- 5% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Cross

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Fuentes excluidas manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)