



Facultad de Ciencias de la Salud

**Estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería del
área de emergencia en un hospital nacional – 2023**

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

Presentado Por:

Autora: Correa Alvitez, Galdy Karina

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4667-4855>

Asesor: Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6892-7888>

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

Lima – Perú

2023

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

Yo, Correa Alvitez, Galdy Karina, 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 del área de emergencia en un hospital nacional – 2023", Asesorado por el Docente Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio, DNI N° 09542548, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6982-7888>, tiene un índice de similitud de 20 (Veinte) %, con código oid:14912:262116779, 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(a)
 Correa Alvitez, Galdy Karina
 DNI N° 43942321



.....
 Firma del Asesor
 Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio
 DNI N° 09542548

Lima, 17 de Mayo de 2023

DEDICATORIA

A mi mamita Rosa Vidarte Solís que en vida me enseñó a ser perseverante, mi angelito que desde el cielo me sigue cuidando.

A mis pequeños Luna y Gael que son el motor que me impulsan a seguir adelante y que cada día sea mejor.

A mi madre Lina Vidarte A. por estar siempre conmigo apoyándome.

AGRADECIMIENTO

Agradezco principalmente a Dios, por bendecirme e iluminar mi camino cada día.

Agradezco a la universidad Norbert Wiener por haberme permitido formar parte de ella para seguir con mi formación profesional.

A mi asesor Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio, por su capacidad de enseñanza y su conocimiento científico y por su paciencia durante todo el proceso de asesoramiento.

Asesor: Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio
Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6892-7888>

JURADO

Presidente : Dra. Uturnco Vera, Milagros Lizbeth
Secretario : Mg. Fernandez Rengifo, Werther Fernando
Vocal : Mg. Morillo Acasio, Berlina de Rosario

Índice

	Pág.
Dedicatoria	iii
Agradecimiento.....	iv
Jurado.....	v
Índice.....	vi
Resumen.....	Viii
Abstract.....	IX
1. EL PROBLEMA	1
.....	
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	4
1.2.1. Problema general.....	4
1.2.2. Problemas específicos.....	4
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.....	5
1.4.1. Teórica.....	5
1.4.2. Metodológica.....	6
1.4.3. Práctica.....	6
1.5. Delimitación de la investigación.....	7
1.5.1. Temporal.....	7
1.5.2. Espacial.....	7
1.5.3. Población o unidad de análisis.....	7
2. MARCO	8
TEÓRICO	
2.1. Antecedentes.....	8
2.2. Bases teóricas.....	11
2.3. Formulación de hipótesis.....	19
.....	
2.3.1. Hipótesis general.....	19

2.3.2. Hipótesis específicas.....	20
3.	21
METODOLOGÍA.....	
3.1. Método de la investigación.....	21
3.2. Enfoque de la investigación.....	21
3.3. Tipo de investigación.....	21
3.4. Diseño de la investigación.....	21
3.5. Población, muestra y muestreo.....	22
3.6. Variables y operacionalización.....	25
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 del instrumento.....	29
3.7.4. Confiabilidad del instrumento.....	30
3.8. Procesamiento y análisis de datos.....	31
3.9. Aspectos éticos.....	31
4. ASPECTOS	33
ADMINISTRATIVOS.....	
4.1. Cronograma de actividades.....	33
4.2. Presupuesto.....	35
5. REFERENCIAS.....	37
ANEXOS.....	46
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	47
Anexo 2: Instrumentos.....	49
Anexo 3: Consentimiento informado.....	54
Anexo 4: Informe de originalidad.....	57

RESUMEN

Objetivo: “Determinar la relación entre el estrés y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia de un hospital nacional – 2023”. Población: Estará compuesta por las 120 enfermeras que trabajan En el área de emergencia de un hospital nacional. Muestra: Estará conformado por 92 licenciados enfermeros, se usará un muestreo probabilístico según conveniencia de criterios. Diseño metodológico: El tipo de investigación será de aplicado, respecto al método es hipotético- deductivo, tipo observacional, descriptivo y trasversal. El diseño que se empleará será correlacional. Instrumentos: Para la evaluación de la variable “Estrés Laboral”, se utilizará la Escala de Estrés de Enfermería adaptado por Alvarado y Rojas en Lima, confiable con Alfa de Cronbach con resultado de 0,905 y para la evaluación de la variable “Estilo de vida”, se usará un cuestionario modificado y adaptado por palacios en el 2020, que cuenta con confiabilidad con el estadístico Alpha de Cronbach 0,795. Para recolectar la información se utilizará como técnica la encuesta. Procesamiento y análisis de datos: se usará la estadística descriptiva para elaborar las tablas de frecuencia y gráficas y la estadística inferencial para lo cual se aplicará la prueba de correlación que nos permitirá la comprobación de la hipótesis planteadas en el estudio.

Palabras clave: Estrés Laboral, Calidad de Vida, Nutrición, Actividad Física.

ABSTRACT

Objective: "Determine the relationship between stress and the lifestyle of emergency nursing staff of a national hospital - 2023". Population: It will be made up of the 120 nurses who work in the emergency area of a national hospital. Sample: It will be made up of 92 nursing graduates, a probabilistic sampling will be used according to the convenience of criteria. Methodological design: The type of research will be applied. The method is hypothetical-deductive, observational, descriptive and transversal. The design to be used will be correlational. Instruments: For the evaluation of the "Work Stress", the Nursing Stress Scale adapted by Alvarado and Rojas in Lima will be used, reliable with Cronbach's Alpha with a result of 0.905 and for the evaluation of the "Life Style", a questionnaire modified and adapted by palaces will be used in 2020, reliable with Cronbach's Alpha 0.795. The data collection technique will be the survey. Data processing and analysis: descriptive statistics will be used to prepare the frequency tables and graphs and inferential statistics by applying the correlation test to verify the hypothesis raised in the investigation.

Keywords: Work Stress, Quality of Life, Nutrition, Physical Activity.

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema:

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define al estrés como un periodo de preocupación, angustia o presión mental que es ocasionado por un evento complejo; todos los seres humanos estamos expuestos a situaciones estresantes y tenemos diferentes niveles de estrés, ya que es una reacción natural del cuerpo ante algún peligro o estímulo; el cómo reaccionamos tiene un impacto en nuestra salud. En la guía elaborada por la OMS “En tiempos de estrés, haz lo que importa” se enseña prácticas, técnicas y actividades que ayudarán a lidiar con esta reacción (1).

En relación al estilo de vida, la OMS indica que es la interacción de la manera en la que se vive, las condiciones de vida y los modelos conductuales que son originados por elementos sociales, culturales y la personalidad de cada individuo; al respecto indica también que el estilo de vida influencia en el bienestar emocional y físico del ser, un estilo de vida saludable favorece positivamente a la salud de la persona, está relacionado además con la práctica de ejercicios o deportiva, alimentación balanceada, tiempo de ocio, recreación y descanso adecuado y mantener una alta autoestima (2).

La enfermería es una de las profesiones que más está expuesta a eventos que afectan el estilo de vida, esto a su vez originan riesgos en la salud, como por ejemplo la variación de peso, dieta poco adecuada, trabajo sedentario, consumo de tabaco y alcohol. Al respecto, investigaciones realizadas en Iran evidencian que el 25% de las profesionales consideran que su estilo de vida es intermedio y el 8,4% sostienen que es desfavorable (3).

Respecto a los eventos estresantes al que se encuentra expuesto el personal de enfermería en su labor diaria, durante la pandemia del Covid-19, los profesionales afrontaron un alto nivel de contraer la enfermedad, contagiar a su círculo familiar o social y riesgo de mortalidad; lo que además ocasionó problemas psicológicos y sociales en el personal de salud. Estudios relacionados en China muestran que el 32,33% de los profesionales evidencian estrés excesivo y el 49,45% no tienen técnicas que le permitirán responder de manera positiva ante el estrés (4).

Esta situación, hace necesario que las autoridades de las instituciones hospitalarias se enfoquen en implementar intervenciones adecuadas para reducir el estrés laboral en el personal de salud y con esto mejorar la salud mental y física. En EE.UU se evidencia que el grupo etarios, el índice de masa corporal (IMC), experiencia laboral, trabajo en fines de semana , jornadas largas y trabajo por turnos son algunos de los factores que aumentan el stress en el personal de enfermería que labora en emergencia, encontraron que el 93% de este personal presenta stress laboral elevado (5).

En referencia a lo indicado, una de las técnicas que permiten mitigar el estrés tener un estilo saludable, así mismo, esto le permitirá a la persona mantener un buen estado de salud física y mental. Dentro de las prácticas más comunes entre el personal de enfermería de Guatemala se encuentra que el 80% realiza actividades físicas como caminata, baile o correr entre media hora a 2 horas, pero son actividades poco constantes por la sobrecarga laboral, falta de iniciativa o recreación (6).

Por otro lado, en Ecuador, estudios afirman que es necesario que los profesionales de enfermería lleven un estilo de vida saludable porque este influye directamente en el desempeño laboral, minimizan los riesgos de sufrir estrés; los resultados encontrados demuestran que las medias aritméticas de la actividad física fue de 2,02 es decir bajo, en el caso de la recreación se obtuvo 2,69 y hábitos alimenticios 2,73 ambos con nivel moderado (7).

En el contexto nacional, se observa que las enfermedades no transmisibles, degenerativas y cardiovasculares van en aumento, siendo las principales causas el sobrepeso, trabajo sedentario, dieta poco saludable, ansiedad, estrés, consumo de sustancias como alcohol y tabaco, es decir un estilo de vida no saludable; esto queda demostrado en estudios realizados en Lima donde el 41% de las enfermeras indican que su estilo de vida es poco saludable (8).

Al respecto, la Dirección General de Promoción de la Salud , impulsó la promoción de la actividad física en los profesionales de salud con el objetivo de que el personal que trabajan en las instituciones hospitalarias realicen ejercicios o actividades físicas como parte de un estilo de vida saludable; en Chiclayo se evidencia que 43,8% de los profesionales de salud tiene un estilo de vida poco saludable (9).

Vinculado el concepto del estrés, puede ocasionar cuadros intensos de pánico y conductas de tipo obsesivas que influyen la conducta, la facultad de la toma de decisiones y en algunos casos la capacidad de desarrollar su labor y vida diaria, e inclusive llevar al personal de salud a consecuencias más graves como el suicidio. En el Callao se evidencia que el 10% de las enfermeras presentan nivel de estrés entre moderado y muy severo (10).

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

- ¿Cuál es la relación entre el estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia de un hospital nacional - 2023?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión física del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión psicológica del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión social del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia?

1.3 Objetivos de la investigación.

1.3.1 Objetivo general.

- Determinar la relación entre el estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área emergencia de un hospital nacional de Lima – 2023.

1.3.2 Objetivos específicos

- Establecer la relación entre la dimensión física del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia.
- Establecer la relación entre la dimensión psicológica del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia.
- Establecer la relación entre la dimensión social del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

A nivel teórico, nuestro análisis se justifica, debido a que se utilizará información teórica actualizada tanto de artículos de investigación, páginas de organismos internacionales y tesis nacionales e internacionales; de tal manera que nuestro estudio contribuya con el conocimiento relacionados al estrés y a los estilos de vida que afectan a los profesionales de enfermería que trabajan en el área del área del área de emergencia, y que esta información sirva de punto de partida para los líderes desarrollen técnicas y herramientas que permitan abordar los problemas planteados.

Nuestros estudios se sustentan en las teorías de Callista Roy quien desarrolló el modelo de adaptación que le permitirá al enfermero a afrontar el estrés; también se

sutenta en lo descrito en la teoría referente a la promoción de la salud desarrollada por Nola Pender que se enfoca en el mantenimiento de la salud.

1.4.2. Metodológica

Metodológicamente justificamos este estudio, ya que se desarrollará utilizando las directrices de una investigación hipotética- deductiva, para la ejecución utilizaremos instrumentos con confiabilidad estadística, validados en el Perú y que han sido aplicados en poblaciones parecidas a la nuestra.

1.4.3. Practica

Se justifica prácticamente ya que la información recolectada permitirá a los directivos del hospital nacional de Lima a conocer la realidad de las variables estudiadas, que a su vez le permitirán desarrollar estrategias e implementar herramientas que ayuden al personal a afrontar el estrés y que se desarrollen estilos de vida saludables; todo esto repercutirá en una mejor calidad de atención y desempeño.

1.5. Delimitación de la investigación

1.5.1. Temporal

La exploración de los datos del estudio se llevarán a cabo durante el primer semestre del año 2023.

1.5.2. Espacial

La presente investigación se efectuará en un hospital de nacional de la región y departamento de Lima – Perú.

1.5.3. Población

Profesionales de enfermería que trabajan en el área del área del área de emergencia en un hospital nacional de Lima.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Posterior a la revisión de información respecto al problema, así como la identificación de estudios realizados con las mismas variables analizadas, se identifican los indicados a continuación:

2.1.1. Nivel internacional

Chiang et al. (11), quienes en el año 2022 en Taiwan, desarrollaron una pesquisa con el objetivo de “Evaluar las correlaciones de las características del horario de trabajo, los patrones de estilo de vida y el estrés percibido entre las enfermeras del hospital”. Investigación transversal en la que participaron 332 enfermeras de dos centros hospitalarios, para la recolección de datos se utilizando cuestionarios; los resultados evidencian que 4,2% perciben estrés, el 20,4% tienen un estilo de vida poco saludable porque consumen poca fibra y lo que se muestra también en los patrones de sueño en especial en las enfermeras que trabajan en turnos rotativos. Concluyen que es necesario promover un buen estilo de vida en las enfermeras para prevenir y reducir los efectos negativos como el estrés.

Peñacoba et al.(12), los que durante el año 2021, en España, elaboraron un estudio con la finalidad de “Explorar los roles mediadores de la autoeficacia y la resiliencia entre el estrés y los componentes físicos y mentales de la calidad de vida en enfermeras de cuidados intensivos durante la pandemia de COVID-19.”. Investigación correlacional, la muestra fue conformada por 308 licenciados de enfermería, a las que se le aplicó una entrevista y la subescala de estrés, encontrando que el estrés se relaciona negativa baja con la calidad de

vida física $Rho=-0,29$ y negativamente moderado con $Rho=-0,67$. Concluyen que existe un vínculo entre el estrés y los componentes de salud física y mental relacionados con la calidad de vida y para afrontarlos es necesario la autoeficacia y la resiliencia.

Botello et al.(13), quienes durante el 2020, en Colombia, elaboraron una investigación con la finalidad de “Identificar la relación que tiene el estrés con la calidad de vida de los profesionales de la salud en la ciudad de Bogotá”. Estudio cuali-cuantitativo, en el que participaron 45 profesionales de la salud, para recolectar la información se utilizó la observación y la encuesta como técnica; respecto al estrés el 80% considera que afecta su vida personal, el 60% indica que sentir que tienen una mala calidad de vida, respecto al trabajo en turnos el 51% de la muestra indica que trabaja más de 48 horas semanales y el 58% indica que se siente cómodos en su trabajo. Concluyen que el estrés puede afectar la calidad de vida, en especial si existe sobrecarga laboral, turnos mayores a 40 horas semanales, poca asertividad y escasez dotación y materiales.

2.1.2. Nivel Nacional

Jara y García (14), en el 2023 en Trujillo, llevó a cabo una investigación que tuvo como fin el “Determinar la relación entre el estilo de vida con el estrés laboral del personal de enfermería en tiempos de pandemia de la Clínica Fátima de la ciudad de Trujillo, 2022”. Investigación descriptiva y de tipo correlacional, en la que participaron 52 licenciadas enfermeras, quienes completaron un cuestionario, que permitió levantar los datos relacionadas al estudio, los resultados obtenidos evidencian que el 78,8% de los enfermeros presentan estrés laboral moderado y el 38,5% lleva un estilo de vida poco sano. Llegan a la

conclusión que no existe correlación estadística significativa entre las variables estrés y estilos de vida.

León-Reyna et al. (15), en el 2021 en Trujillo realizan un estudio con la finalidad de “ Identificar la relación que existe entre el estilo de vida y el estrés laboral en el personal de enfermería”. Investigación descriptiva correlacional con diseño de corte transversal, la muestra la conformaron 66 licenciadas, a las que se les aplicaron un cuestionario de perfil de estilos de vida y un cuestionario que permitió medir el estrés laboral; encontrándose que el 39,39% presentan un estilo que no era sano y 72,72% presentan un nivel intermedio de estrés. Llegando a la conclusión que se comprueba que existe una relación negativa estadísticamente significativa entre el estilo de vida saludable y el nivel de estrés.

León et al. (16), quienes en el 2020 en la ciudad de Lima, elaboraron una investigación con el objeto de “Determinar el estilo de vida saludable y estrés laboral en Enfermeras (os) que atienden a pacientes con COVID -19, en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, Lima, 2020”. Pesquisa cuantitativa, correlacional, de corte transversal y diseño no experimental, la muestra la conformaron 65 licenciadas de enfermería, para levantar la información se aplicaron 2 cuestionarios, obteniendo como resultados que el 72,3% lleva un estilo de vida no saludable, 72,6% tienen un nivel bajo de nutrición, respecto al estrés el 80% presenta un nivel de estrés alto. Concluyendo que es necesario que se promueva el autocuidado y evitar problemas de salud ocupacional y el estrés.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Estrés Laboral

➤ Definición

Durante los últimos años, debido a la evolución tecnológica los empleados se han que adaptar a cambios rápidos y adquirir conocimientos nuevos y complejos; lo que ha aumentado la demanda y la tensión en el ámbito laboral, especialmente en el trabajo asistencial que realizada las enfermeras, generando en este personal problemas de salud , poca productividad, incremento de errores, alta rotación e incremento de costos (17).

En relación al estrés, este es un problema que se considerado un problema de salud muy crítico, así mismo se considera que perjudica la seguridad de los colaboradores en los diferentes ambientes laborales; entre los factores del estrés laboral se encuentran el apoyo social, demandas de tipo físico, mental o emocional del trabajo y control de decisiones (18).

➤ Teoría de enfermería

La teoría de enfermería que sustenta el estudio es la de Callista Roy , quien sostiene que la persona tiene diversas habilidades que le permiten afrontar el estrés y adaptarse a las situaciones que se le presentan en su vida diaria. Roy considera que las personas deben recibir un trato holístico que le permitan conseguir metas comunes, por lo que el trabajo en equipo es vital para alcanzar los mejores resultados (19).

El modelo de Adaptación de Roy fue implementado y llevado a cabo en el año 1970 y tiene como propósito de especificar que las respuestas de adaptación que ayudan a

mantener integridad de los profesionales de enfermería a nivel físico y mental ante situaciones de estrés que se presentan en las tareas que desarrolla en su turno de trabajo (20).

➤ **Dimensiones de la variable 1**

Dimencion 1: Físico

El personal enfermero en sus labor diaria, se encuentra expuesto a actividades y/o eventos repetitivos, constantes y duraderos, estas labores generan agotamiento manifestado en enfermedades, dolores y trastornos, entre ellos se encuentran mal humor, temblores, pérdida de memoria, asiedad, pérdida de sueño, dolores de cuellos, espalda, cabeza, extremidades, gastritis y otros problemas gastrointestinales, problemas de peso, desordenes alimenticios, falta de seguridad, sensaciones de ahogo, dolor de pecho que simula infarto, entre otros (21).

Al respecto, la respuesta que tiene el estrés a nivel fisiológico es profundo; en especial en el personal enfermero asistencial que posee una carga laboral elevada, ocasionando que el cuerpo se sienta amenazado por las diversas situaciones diarias le ocasiona trastornos fisiológicos debido a la actividad glandular, en especial el hipotálamo, la hipófisis y las glándulas suprarrenales (22).

Dimencion 2: Psicológico

Por otro lado, la labor diaria de la enfermera les genera riesgos psicosociales que les pueden ocasionar estrés psicológico que se manifiesta cognitiva, emocional y conductualmente; esto debido que las situaciones a las que se enfrenta el profesional enfermero superan su nivel de conocimiento, experiencia o detrezas generando un

desbalance entre las demandas psicológicas y el control que tiene el enfermero sobre la tarea que desempeña (23).

Las exigencias aumentan durante brotes pandémicos, en donde se ha observado que los niveles altos de ansiedad, depresión, estrés postraumáticos, y otras enfermedades psiquiátricas en enfermeras, en especial en las profesionales recién egresados y que brindan atención primaria a las personas contagiadas o que laboran en áreas críticas; esto en consecuencia de la falta de información, experiencia y técnicas de afrontamiento ante eventos traumáticos como lo son el miedo al contagio, la muerte o conflictos de tipo ético (24).

dimencion 3: Social

El estrés a nivel social, está en relación a temas culturales y a la relaciones con la comunidad generadores de estrés, ocasionado generalmente por problemas de comunicación, conflictos o de relación con los compañeros del equipo multidisciplinario, relación matrimonial entre otras. El enfermero generalmente trabaja en turnos de manera rotativa, lo que además de alterar el ritmo circadiano, afecta la relación familiar y social alterando el estado de ánimo de los profesionales, que se ve manifestado en aumento de la irritabilidad, angustia o enojo (25).

2.2.2 Estilos de vida

➤ Definición

Los estilos de vida están en relación en la manera en que cada persona manifiesta la forma y las condiciones de vida, los que incluyen hábitos alimenticios, higiene, recreación, relaciones interpersonales y familiares y técnicas de afrontamiento social; es decir es la manera en cómo la persona vive y está relacionada con sus conductas y motivaciones. Existen dentro de estos estilos de vida, conductas que resulta riesgosas como el consumo de sustancias nocivas, así como las consideradas protectoras de salud, las que le permiten protegerse de enfermedades (26).

De acuerdo a lo indicado en las líneas anteriores, tenemos pues que los buenos estilos de vida tienen como consecuencia un menor riesgo de contraer algún tipo de afecciones como las cardiovasculares, diabetes tipo 2, cáncer u otras enfermedades crónicas; para que la persona asuma un estilo de vida saludable es importante que cuente con la capacitación necesaria para que asuma con responsabilidad los cambios que requiera para mejorar su calidad de vida, entre estas actividades se encuentran dieta balanceada, actividad física, no consumir sustancias tóxicas u alcohol, dormir al menos 8 horas, entre otras (27).

En relación a los cambios de estilos de vida, estos son efectivos para mejorar la salud de la persona y/o disminuir los síntomas de enfermedades que padezca, para que estos cambios se lleven a cabo de manera consciente es necesario que se motive a la persona y a su red de apoyo primario, contar con información actualizada y clara al respecto e identificar cuando la persona se encuentre dispuesta a escuchar para que ponga de su parte (28).

➤ **Teoría de enfermería**

La investigación se basa en la teoría desarrollada por Nola Pender y relacionada a la promoción de la salud, que ayuda a la comprensión del comportamiento de la persona en relación a su salud, además sostiene que las personas deben adoptar medidas que le permita mejorar y cuidar su salud tanto física como emocional (29).

➤ Dimensiones de la variable 2

Dimencion 1: Práctica deportiva

Las personas son seres adaptados para estar moviéndose constantemente, esto se observa desde las células que lo conforman, las que necesitan el movimiento para su correcto funcionamiento; sin embargo, en los últimos años, el avance tecnológico ha favorecido al incremento del sedentarismo en todos los rango etarios, en muchos casos las personas no cumplen ni los 60 minutos de actividad física recomendada por las autoridades sanitarias, convirtiendo la inactividad física en el cuarto factor que puede originar la muerte a nivel mundial (30).

Las prácticas físicas además de fomentar los valores de solidaridad, liderazgo, trabajo en equipo, manejo de emociones, empatía, autocontrol, comunicación, entre otros, favorecen a mantener un estilo de vida saludable y es una experiencia positiva para la persona, ayudándoles además la reducir el estrés y la tensión. La práctica deportiva favorece al organismo, reduciendo las enfermedades cardiacas, accidentes cerebrovasculares, diabetes tipo 2, hipertensión, cáncer entre otros; así mismo, el desgaste energético ayuda al equilibrio de la energía y el control del peso (31).

Dimencion 2: Nutrición

Los hábitos alimenticios se forman desde la primera infancia, en el entorno familiar, se les considera un comportamiento consistente, colectivo y continuo en respuesta a las influencias de la sociedad; esto quiere decir que en infancia se integran buenos hábitos y los que condicionan el buen estado de salud a lo largo de la vida de la persona (32).

La nutrición es considerada un desafío en la salud en el siglo en curso, puesto que, la mala alimentación es responsable de enfermedades no transmisibles como el sobrepeso, presión arterial, alta, colesterol alto, malnutrición, anemia, enfermedades cardiovasculares entre otros, lo que deteriora la calidad de vida, afecta el estado de salud de las personas lo que indirectamente aumentan los gastos de atención sanitaria (33).

Dimencion 3: Recreación

La recreación es esencial para que la persona encuentre equilibrio entre su vida personal y laboral, favoreciendo que las emociones, estrés y tensión de su día a día se reduzcan. La recreación en líneas generales está conformado por actividades elegidas por cada persona según su preferencia y que satisfagan sus necesidades, teniendo como propósito el descanso, el bienestar y diversión (34).

La recreación tiene una gran importancia tanto para la persona como la comunidad; es la persona que debe elegir la actividad recreativa de su agrado, la que puede ser de tipo científico, artístico o educativo; estas actividades beneficiarán la salud a nivel físico y mental

de la persona, y le da herramientas de afrontamiento ante situaciones imprevistas y completas que se pueden generar en el día a día (35).

Dimencion 4: Descanso

El descanso y el sueño son fundamental en la vida diaria de la persona, si existen periodos largos sin que se duerma adecuadamente estos generará problemas en las funciones fisiológicas y conductuales; el descanso ayuda a la recuperación de la energía, restablecer los tejidos corporales, mejora la memoria, en líneas generales favorece a un buen estado de salud; cada etapa de la vida se requiere diferentes cantidades de descanso y sueño, en la vida adulta se requiere entre 7 y 8 horas (36).

En relación a la alteración del sueño, esto hace referencia a dormir, está caracterizado por una acción relativa, en donde los movimientos que realiza la persona son involuntarios; en los últimos años se ha visto un aumento de trastornos del sueño que son aquellos que afectan el dormir y descansar de la persona, estos trastornos están relacionadas con estrés, abuso de sustancias, edad y sexo; las personas que sufren estos trastornos están propensas a sufrir accidentes, y un menoscabo de salud (37).

Dimencion 5: Higiene

Ahora bien, el higiene, está en relación a mantener el cuerpo limpio y sano, con lo que se reducen los riesgos de contraer enfermedades como la sarna, micosis, influenza, diarrea, caries, cólera, covid-19 entre otras. Dentro de las medidas de higiene se tiene: lavado de manos con agua y jabón antes de ingerir algún comestible y a continuación de ir a los servicios higiénicos, baño diario, higiene bucal, cortar y limpiar las uñas y el cabello (38).

Dimencion 6: Hábitos Nocivos

Dentro de los hábitos riesgosos y que perturban la salud se encuentran el consumo de sustancias perjudiciales como el consumo alcohol, tabaco o drogas; estas sustancias están presente en la vida diaria en especial el alcohol y el tabaco, que son sustancias consideradas legales y socialmente aceptadas, cuya imagen es fortalecida por la publicidad en los diferentes medios de comunicación y tienen un precio accesible de compra (39).

En relación de las sustancias ilegales, a pesar de las leyes antinarcótics y operativos realizados, la comercialización sigue avanzando afectando a la salud y vida de la seres humanos que las consumen y a su entrono familiar y social. Estos hábitos nocivos representan uno de los principales problemas de la salud pública, que requiere intervención no solo de las instituciones de salud, sino de educación e involucramiento familiar (40).

2.3 Formulación de Hipótesis

2.3.1 Hipótesis General

Hi: Existe relación significativa entre el estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermeria del área de emergencia de un hospital nacional – 2023.

Ho: No existe relación significativa entre el estrés y el estilo de vida del personal de enfermeria del área de emergencia de un hospital nacional – 2023.

2.3.2 Hipótesis Específicas

Hipótesis específica 1

Hi: Existe relación significativa entre la dimensión física del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia.

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión física del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia.

Hipótesis específica 2

Hi: Existe relación significativa entre la dimensión psicológica del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia.

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión psicológica del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia.

Hipótesis específica 3

Hi: Existe relación significativa entre la dimensión social del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia.

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión social del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia.

.

3. METODOLOGÍA

3.1 Metodología de la investigación

En el presente estudio aplicaremos el método hipotético deductivo, puesto que los datos recolectados permitirán identificar las particularidades de población de estudio, y a su vez facilitará que se obtengan resultados fiables y que permitan el planteamiento de las conclusiones relacionadas al tema investigado (41).

3.2 Enfoque de la investigación

Nuestro análisis tiene un enfoque cuantitativo porque cuando se recolecte la información se realizará de forma cuantificada o numérica, lo que nos permite garantizar que sea consistente y fiable, lo que favorecerá para realizar un análisis basado en métodos estadísticos y matemáticos (42).

3.3 Tipo de investigación

El presente análisis es de tipo aplicado, puesto que aplicaremos los conocimientos adquiridos para realizar el análisis y buscar soluciones ante el problema investigado, es decir la relación entre el estrés laboral y estilo de vida (43).

3.4 Diseño de la investigación

El estudio utilizará un diseño descriptivo, es no experimental, es decir que describiremos la realidad tal y como la observamos (44).

Es correlacional puesto que nos permitirá establecer relaciones entre las variables analizadas, además nos ayudará a estimar tendencias de los objetos investigados (45).

Así mismo, la investigación es no experimental debido a que los autores solo tendremos en lo observado en la realidad, y los datos no serán manipulados (46).

Finalmente el estudio tiene corte transversal ya que ambas variables serán analizadas al mismo tiempo en un momento específico (47).

3.5 Población, muestra y muestreo

- **Población:** El presente estudio tendrá como población a los profesionales enfermeros que trabaja en el área de emergencia en un hospital nacional de Lima; se considera a todo el personal sin que su condición laboral (nombradas, contratadas y CAS), sea excluyente, en total son 120 enfermeros.
- **Muestra:** Para calcular el tamaño de la muestra en poblaciones finitas conocidas (48); con un nivel de confianza del 95% y margen de error de 5%, utilizaremos la fórmula:

$$n = \frac{N \cdot Z^2(p \cdot q)}{(N - 1)E^2 + Z^2(p \cdot q)}$$

Dónde:

N = tamaño de la población. (120)

Z = nivel de confianza. (1.96)

p = probabilidad de éxito. (0,5)

q = probabilidad de fracaso. (0,5)

n = tamaño de la muestra.

E = Error estándar (0.05).

Reemplazando los datos en la fórmula, se obtiene la muestra a utilizar en el presente estudio:

$$n = 92 \text{ profesionales enfermeras.}$$

Muestreo: Se utiliza para realizar el cálculo de un parámetro de la población, en nuestro estudio usaremos un muestreo tipo probabilístico según conveniencia de criterios.

Criterios de Inclusión:

- Enfermeras que laboran en emergencia y que cuentan con experiencia mínima de 12 meses.
- Enfermeras que trabajen en todos los turnos programados.
- Enfermeras que desee formar parte de la muestra, para lo cuál deberán firmar voluntariamente consentimiento informado.

Criterios de Exclusión:

- Enfermeras que no deseen formar parte de la muestra.
- Enfermeras que se encuentren de vacaciones, licencias, permisos o que hayan faltado en el momento en el que se llevará a cabo la pesquisa.

- Enfermeras quienes trabajen menos de 1 año en el servicio.

3.6 Variables y operacionalización

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores	Nº ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	ESCALA VALORATIVA (Niveles)
Estrés Laboral	El estrés laboral son las formas en que el ser humano reacciona ante algún evento traumático, responsabilidades laborales o demandantes y que lo lleva a tomar acción de protección como respuesta, causando desequilibrio de la salud del profesional de enfermería (49).	La operacionalización de la variable se realizará midiendo el estrés laboral de las enfermeras para lo cual se ha dimensionado en: físico, psicológico y social (50).	Físico	Carga laboral	1-4	Ordinal	Alto: 72-102 puntos
			Psicológico	Muerte y sufrimiento Preparación insuficiente Falta de apoyo o incertidumbre en el tratamiento	5-24		Moderado: 36-71 puntos
			Social	Problemas con los médicos Problemas con otros enfermeros	25-34		Bajo: 0-35 puntos

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores	Nº ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	ESCALA VALORATIVA (Niveles)
Estilo de Vida	Se consideran como estilos de vida aquellas prácticas y conductas que los individuos llevan a cabo y que pueden influenciar negativa o positivamente su estado de salud (51).	La operacionalización de la variable se realizará midiendo el estilo de vida de las enfermeras para lo cual se ha dimensionado en: actividad física, nutrición, recreación, descanso, higiene, hábitos nocivos (52).	Actividad Física	Práctica deportiva	1-2	Nonimal	Saludable: 76-110 puntos
			Nutrición	Selección alimentos	3-9		
				Conocimiento valor nutritivo			
			Recreación	Actividades de relajación y diversión	10-11		
			Descanso	Cambio de actitud			
				Horas de sueño	12-14		
			Higiene	Limpieza corporal	15-17		
	Ropa cómoda						
	Masajes	18-22					
	Consumo de cigarrillos						
	Consumo de alcohol						
	Consumo energizante, gaseosas						
	Automedicación						

3.7 Técnicas e instrumento de recolección de datos

3.7.1 Técnica

Para recolectar la información de las variables Estrés laboral y Estilo de vida utilizaremos como técnica la encuesta.

3.7.2 Descripción de instrumentos

a) Variable: Estrés laboral

Para medir la variable “Estrés laboral” del personal de enfermería de un hospital nacional, usaremos como instrumento la Escala de Estrés de Enfermería, NSS por sus siglas en inglés, adaptado por Alvarado y Rojas (50), en Lima en el 2020.

Está conformado por 34 preguntas con alternativas múltiples; constituidos por tres dimensiones: “Físico” (4 ítems), “Psicológico” (20 ítems), y “Social” (10 ítems).

Para la valoración de las respuestas del cuestionario se considerará: Siempre: 3 puntos, casi siempre: 2 puntos, a veces: 1 punto y nunca: 0 puntos.

Con el propósito de categorizar la variable utilizaremos la siguiente escala de evaluación:

Estrés alto: 72-102 puntos

Estrés moderado: 36-71 puntos

Estrés bajo: 0-35 puntos

b) Variable: Estilo de Vida

Con el propósito de realizar la medición de la variable “estilo de vida” del personal de enfermería de un hospital nacional, usaremos como instrumento un cuestionario que fue modificado y adaptado por Palacios (52), en Tacna en el 2020.

Está conformado por 22 preguntas con alternativas múltiples; constituidos por seis dimensiones: “Actividad Física” (2 ítems), “Nutrición” (7 ítems), “Recreación” (2 ítems), “Descanso” (3 ítems), “Higiene” (3 ítems) y “ Hábitos Nocivos” (5 ítems).

Ahora bien, para la evaluación de las respuestas incluidas en el cuestionario se tendrán en consideración: Siempre: 5 puntos, casi siempre: 4 puntos, a veces: 3 puntos; casi nunca: 2 puntos y nunca: 1 punto.

Con la finalidad de categorizar la variable utilizaremos la siguiente escala de evaluación:

Saludable: 76-110 puntos

No saludable: 22-75 puntos

3.7.3 Validación del Instrumento**a) Variable: Estrés laboral**

Es importante mencionar que la variable “estrés laboral”, fue medido con un cuestionario, el cuál fue validado por Alvarado y Rojas (50), en la ciudad de Lima desarrollado durante el 2020, para lo cual se utilizó el juicio de 5 profesionales con expertís comprobada, quienes evaluaron la congruencia de los ítems, amplitud del contenido, redacción de los ítems, claridad y precisión y la pertinencia del

instrumento, obteniendo como resultado promedio 86,4%, es decir que es un instrumento bueno para ser aplicado.

b) Variable: Estilo de Vida

Por otro lado, el cuestionario que usaremos para medir el “estilo de vida”, fue validado por Palacios (52), en Tacna en el transcurso del año 2020, utilizando la opinión 5 jueces expertos, quienes validaron el contenido, el criterio y el producto obteniendo como resultado 70,98%, lo que indica que el instrumento tiene una adecuación total y puede ser aplicado

3.7.4 Confiabilidad del Instrumento

a) Variable: Estrés laboral

El instrumento de la variable “estrés laboral” cuenta con confiabilidad estadística la que fue ejecutada por Alvarado y Rojas (50), en Lima en el año 2020, utilizando el estadístico de coeficiente Alfa de Cronbach, se obtuvo un resultado 0,905 es decir alta confiabilidad, y puede ser aplicado.

b) Variable: Estilo de Vida

El instrumento que mide el “estilo de vida” con confiabilidad estadística realizada por Palacios (52), en Tacna en el año 2020, utilizando el estadístico de coeficiente Alfa de Cronbach con resultado obtenido 0,795 lo que es un indicativo que el instrumento cuenta con confiabilidad aceptable y puede ser aplicado.

3.8 Procesamiento y análisis de datos

Esta actividad se llevará a cabo una vez terminada el proceso de aplicación de las encuestas que medirán ambas variables, esta información será ordenada y codificada en un archivo Excel y que permitirá que se valide la calidad de los datos, seguidamente será exportada al software estadístico SPSS versión 26 para la generación tablas y gráficos estadísticos y realizar la estadística descriptiva e inferencial correspondiente.

3.9 Aspectos éticos

Autonomía: En el presente estudio de investigación se respetará la voluntad de los licenciados enfermeros del área del área del área de emergencia, para lo cual le daremos la información completa y clara acerca del estudio, para que tomen la decisión de participar o no en el estudio.

Beneficencia: Nuestra investigación busca fomentar los buenos estilos de vida en el personal de enfermería para ayudar a mejorar su salud física y emocional y afrontar el estrés laboral.

Principio de No Maleficencia: Garantizamos que el presente estudio no causará daño a los participantes, por lo contrario se busca que los enfermeros tengan un estilo de vida saludable y un buen afrontamiento del estrés.

Principio de Justicia: Todos los participantes serán tratados con justicia, sin discriminación de ningún tipo (racial, religiosa, económica, entre otras) ni diferenciación.

4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1 Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2023																							
	ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Reconocimiento del Problema a investigar	■	■																						
Revisión de la bibliografía	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■														
Desarrollo de la situación problema, formular el problema		■	■	■																				
Formulación de los objetivos (general y específicos)			■	■																				
Desarrollo de la Justificación a nivel teórico, metodológico y práctico			■	■																				
Identificación de las limitaciones de la investigación			■	■																				
Desarrollo de marco teórico (estudio previo, base teórica de las variables)					■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■				
Formulación de las hipótesis (general y específicos)					■	■																		
Desarrollo del capítulo metodología (método, enfoque, tipo y diseño de la investigación)					■	■																		
Identificación de la población, muestra y muestreo					■	■																		
Definición conceptual y operacional de las variables de la investigación						■	■	■																
Identificación y desarrollo de técnicas e instrumentos de recolección de datos (validación y confiabilidad)						■	■	■	■															
Planificación del procesamiento y análisis de datos										■														
Desarrollo de los aspectos éticos										■														
Definición de los aspectos administrativos (cronograma y presupuesto)										■														

4.2 Presupuesto Detallado

MATERIALES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	VALOR	
			PRECIO UNITARIO S/.	PRECIO TOTAL S/.
EQUIPOS				
Computador portátil (Nueva)	Unidad	1	2000	2000
Memoria USB	Unidad	1	26.90	26.90
ÚTILES DE ESCRITORIO				
Hojas bond A4	Paquete	2	17	34
Bolígrafos	Cajas	1	20	20
Tampón para huellas	Unidad	2	4.8	9.6
Tableros	Unidad	20	8	160
MATERIAL BIBLIOGRÁFICO				
Textos	Unidad	1	89	89
Impresiones	Hoja	100	0.23	23
Copias fotostáticas	Hoja	100	0.18	18
RECURSOS HUMANOS				
Asesor	Hora	3	250	750
Estadístico	Hora	2	200	400
Digitador	Hora	4	80	320
OTROS				
Movilidad	Unidad	18	15	270
Almuerzos	Unidad	18	15	270
Comunicaciones	Flat/ mensual	1	55	55
Internet	Flat/ mensual	1	120	120
Servicios eléctricos	KWh	200	0.6	120
Imprevistos	Flat/ mensual			468.50
			TOTAL S/	5154.00

Presupuesto Global

N°	ITEMS	COSTO
		S/
1	EQUIPOS	2,027
		S/
2	ÚTILES DE ESCRITORIO	224
	MATERIAL	S/
3	BIBLIOGRÁFICO	130
		S/
4	RECURSOS HUMANOS	1,470
		S/
5	OTROS	1,304
	TOTAL DE GASTOS	S/ 5,154.00

5. REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Estrés [Internet]. OMS. 2023. p. 1. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
2. Gerencia Asistencial de Atención Primaria. Estilos de Vida [Internet]. Comunida de Madrid. 2023. p. 1. Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/hospital/atencionprimaria/ciudadanos/estilos-vida>
3. Nabizadeh-Gharghozar Z, Sharifi K. Lifestyles of Iranian Nurses, Challenges and Solutions: A Systematic Review. *Q J Nurs Manag* [Internet]. 2020;9(1):1–9. Disponible en: <https://ijnv.ir/article-1-705-en.pdf>
4. Cui S, Jiang Y, Shi Q, Zhang L, Kong D, Qian M, et al. Impact of COVID-19 on Anxiety, Stress, and Coping Styles in Nurses in Emergency Departments and Fever Clinics: A Cross-Sectional Survey. *Risk Manag Healthc Policy* [Internet]. 2021;2021(14):585–594. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.2147/RMHP.S289782?needAccess=true&role=button>
5. Bardhan R, Heaton K, Davis M, Chen P, Dickinson DA, Lungu CT. A Cross Sectional Study Evaluating Psychosocial Job Stress and Health Risk in Emergency Department Nurses. *Int J Environ Res Public Heal* [Internet]. 2019;16(18):3243. Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/18/3243>
6. Chun S. Prácticas de estilo de vida saludable en el personal de enfermería, distrito de salud Santa Lucía La Reforma, Totonicapán, Guatemala. Año 2017. [Internet]. Universidad Rafael Landívar; 2017. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/09/02/Chun-Sandy.pdf>
7. Echeverría K, Sierra N, Vásquez G, Encalada G. Alternativas de intervención para

- mejorar el estilo de vida del enfermero y la calidad del cuidado. Polo del Conoc [Internet]. 2022;7(8):577–93. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/download/4410/10489>
8. Vilca A. Estilos de vida en el profesional de enfermería del servicio del área del área de emergencia, Hospital Cayetano Heredia,2017 [Internet]. Universidad San Martín de Porres; 2017. Disponible en: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/3070/vilca_aaa.pdf?sequence=3&isAllowed=y
 9. Díaz E, Falla B. Estilos de vida de los profesionales de salud del Hospital Naylamp, Chiclayo 2017. Rev UNPRG [Internet]. 2019;2(1):20–9. Disponible en: <http://revistas.unprg.edu.pe/openjournal/index.php/RMEDICINA/article/view/631/152>
 10. Obando R, Arévalo-Ipanaqué J, Sánchez RA, Martina O. Ansiedad, estrés y depresión en enfermeros del área del área de emergencia Covid-19. Index de Enfermería [revista en Internet] 2020[acceso 8 de junio 2022]. 29(4):1. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000300008
 11. Chiang S-L, Chiang L-C, Tzeng W-C, Lee M-S, Fang C-C, Lin C-H, et al. Impact of Rotating Shifts on Lifestyle Patterns and Perceived Stress among Nurses: A Cross-Sectional Study. Int J Environ Res Public Heal [Internet]. 2022;19(9):5235. Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/9/5235>
 12. eñacoba C, Catala P, Velasco L, Carmona-Monge F, Garcia-Hedra F, Gil-Almagro F. Stress and quality of life of intensive care nurses during the COVID-19 pandemic: Self-efficacy and resilience as resources. Research [Internet]. 2021;26(6):493–500. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/nicc.12690>

- 13 Botello S, Méndez S, Mora J, Sánchez J. Consecuencias del estrés en la calidad de vida en profesionales de la salud [Internet]. Politécnic Grancolombiano; 2020. Disponible en: <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/2044/Investigación.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Botello S, Méndez S, Mora J, Sánchez J. Consecuencias del estrés en la calidad de vida en profesionales de la salud [Internet]. Politécnic Grancolombiano; 2020. Disponible en: <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/2044/Investigación.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
14. Jara E, García C. Estilo de vida relacionado al estrés laboral del personal de enfermería en tiempos de pandemia de la Clínica Fátima, 2022 [Internet]. Universidad Privada Antenor Orrego; 2023. Disponible en: http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/10331/1/REP_ELIZABETH.JARA_CARLA.GARCÍA_ESTILO.DE.VIDA.pdf
15. Leon-Reyna P, Lora-Loza M, Rodriguez-Vega J. Relación entre estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos de COVID-19. Rev Cubana Enferm [Internet]. 2021;37(2021):1–15. Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4043/682>
16. León F, Orihuela A, Lévano M, Trelles M, Coila G, Quispe Y, et al. Healthy lifestyle and work stress in nurses in time of the COVID -19 pandemic, at the National Institute of Neoplastic Diseases, Lima, 2020. J Glob Heal Med [Internet]. 2021;5(2):31–42. Disponible en: <https://www.journals.cincader.org/index.php/ghmj/article/view/142/131>
17. Jalilian H, Shouroki F, Azmoon H, Rostamabadi A, Choobineh A. Relationship between Job Stress and Fatigue Based on Job Demand-control-support Model in

- Hospital Nurses. *Int J Prev Med* [Internet]. 2019;10(56):1–6. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6528424/pdf/IJPVM-10-56.pdf>
18. Nieuwenhuijsen K, Bruinvels D, Frings-Dresen M. Psychosocial work environment and stress-related disorders, a systematic review. *Occup Med* [Internet]. 2010;60(4):277–86. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20511268/>
 19. Callis A. Application of the Roy Adaptation Theory to a care program for nurses. *Appl Nurs Res* [Internet]. 2020;56(12):151340. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7428709/>
 20. García E, Cusme N. Aplicación del modelo de callista roy como herramienta de adaptación al estrés. *Brazilian J Heal Rev* [Internet]. 2023;6(1):1832–54. Disponible en: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/56678/41578>
 21. Organización Mundial de la Salud. Sensibilizando sobre el estrés laboral en los países en desarrollo: un riesgo moderno en un ambiente tradicional de trabajo: consejos para empleadores y representantes de los trabajadores [Internet]. OMS. 2008. p. 41. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43770>
 22. Ávila J. El estrés un problema de salud del mundo actual. *Rev CON-CIENCIA* [Internet]. 2014;2(1):117–25. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v2n1/v2n1_a13.pdf
 23. Molina-Chailán P, Muñoz-Coloma M, Schlegel-SanMartín G. Estrés laboral del Profesional de Enfermería en Unidades Críticas. *Med Segur Trab (Madr)*. 2019;65(256):177–85.
 24. Danet A. Impacto psicológico de la COVID-19 en profesionales sanitarios de primera línea en el ámbito occidental. Una revisión sistemática. *Med Clin* [Internet]. 2021;156(9):449–458. Disponible en: 10.1016/j.medcli.2020.11.009

25. Meza M, Pollán M, Gabari M. Estrés laboral en enfermería hospitalaria: un estudio sobre evaluación cognoscitiva y afrontamiento. *Psicol y Pedagog* [Internet]. 2006;13(2006):103–20. Disponible en: <https://academica-e.unavarra.es/handle/2454/9461>
26. Lorenzo J, Díaz H. Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo 21. *Rev Ciencias Médicas Pinar del Río* [Internet]. 2019;23(2):170–1. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v23n2/1561-3194-rpr-23-02-170.pdf>
27. Diaz-Carrion E. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo, Perú 2017. *Rev Habanera Ciencias Médicas* [Internet]. 2020;19(5):1–10. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rhcm/v19n5/1729-519X-rhcm-19-05-e2876.pdf>
28. Córdoba R, Camaralles F, Muñoz E, Gómez J, Ramírez J, San José J, et al. Recomendaciones sobre el estilo de vida. *Atención Primaria* [Internet]. 2016;48(1):27–38. Disponible en: <https://repositori.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/155966/559950.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
29. Barreto R, Pereira C, Gomes M, Alfradique P, Ferreira R. Healthy aging promotion model referenced in Nola Pender's theory. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2022;75(1):1–9. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/reben/a/3q4xxH7VBQhg37bRT4ZZP3y/?lang=en&format=pdf>
30. Fernandez-Lazaro C, Fernandez-Lazaro D. Asociación entre la actividad física extraescolar con la condición física, estilo de vida y expediente. *Arch Med Deport* [Internet]. 2023;40(1):9–16. Disponible en: https://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulos/upload/or1_fernandez-lazaro.pdf

31. Lázaro Y, Doistua J, Lazcano I. La práctica deportiva en la educación del ocio como herramienta para el envejecimiento activo. *Rev Española Educ Física y Deport* [Internet]. 2019;426(LXXI):370–6. Disponible en: <https://reefd.es/index.php/reefd/article/download/802/680>
32. Zambrano R, Domínguez J, Macías A. Hábitos alimenticios en estudiantes de la carrera de enfermería. *Rev Salud VIVE* [Internet]. 2019;2(5):92–8. Disponible en: <https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/29/37>
33. Plaza-Torres J, Martínez-Sánchez J, Navarro-Suay R. Hábitos alimenticios, estilos de vida y riesgos para la salud. Estudio en una población militar. *Sanid Mil* [Internet]. 2022;78(2):74–81. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/sm/v78n2/1887-8571-sm-78-02-74.pdf>
34. Echeverría K, Romero H, Sellan G, Mendez E. Estilos de Vida del Profesional Enfermero y su relación en la calidad de atención. *Rev Salud y Bienestar Colect* [Internet]. 2020;4(1):44–58. Disponible en: <https://revistasaludybienestarcolectivo.com/index.php/resbic/article/download/72/47/128>
35. Fuentes R, Bestard A. La recreación física como contenido educativo en el contexto comunitario. *Rev Soc Tecnol* [Internet]. 2021;4(1):47–55. Disponible en: <https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/societec/article/view/st/356>
36. Álvarez-Aguirre A, Blancarte-Fuentes E, Tolentino-Ferrel M. Sueño y descanso en mujeres estudiantes del área de la salud. *Sanus* [Internet]. 2021;6(e193):1–11. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/sanus/v6/2448-6094-sanus-6-e193.pdf>
37. Marín M, Valenzuela J, Sáenz M, Castañeda E. Prevalencia de trastornos de sueño en el personal de Enfermería: un estudio comparativo. *Janaskakua* [Internet]. 2020;5(2020):23–34. Disponible en: <http://www.enfermeria.umich.mx/wp->

- content/uploads/2020/02/Revista-Hanaskakua_No.5_octubre_2020.pdf#page=25
38. Secretaría de Salud. La higiene también es salud [Internet]. Gobierno de México. 2021. p. 1. Disponible en: <https://www.gob.mx/promosalud/es/articulos/la-higiene-tambien-es-salud?idiom=es>
 39. Cruz Roja Española. 03 ABR Cruz Roja apuesta por los hábitos de vida saludables para prevenir enfermedades [Internet]. Cruz Roja Española. 2023. p. 1. Disponible en: <https://www2.cruzroja.es/-/cruz-roja-apuesta-por-los-habitos-de-vida-saludables-para-prevenir-enfermedades>
 40. Ballinas Y. La importancia de un estilo de vida saludable. Rev per med integr [Internet]. 2021;62(2):34–5. Disponible en: <https://rpmj.pe/index.php/RPMI/article/view/45>
 41. Usman M. Hypothetico-deductive mothod: A comparative analysis. Int J Sci Basic Appl Res [Internet]. 2015;7(4):2395–3446. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/275475950_HYPOTHETICO-DEDUCTIVE_METHOD_A_COMPARATIVE_ANALYSIS
 42. Kumar H. Quantitative Research: A Successful Investigation in Natural and Social Sciences. J Econ Dev Environ People [Internet]. 2020;9(4):52–79. Disponible en: https://mpa.ub.uni-muenchen.de/105149/1/MPRA_paper_105149.pdf
 43. Rebollo P, Ábalos E. Metodología de la Investigación/Recopilación. 1era ed. Argentina EA de, editor. Buenos Aires; 2022. 490 p.
 44. Toro I, Parra R. Método y conocimiento metodología de la investigación: investigación cualitativa/investigación cuantitativa. 1era ed. EAFIT U, editor. Medellín; 2006. 387 p.
 45. Ospino J. Metodología de la investigación en ciencias de la salud. 1era ed. U. Cooperativa de Colombia., editor. España; 2004. 233 p.

46. Román P, Rodríguez M, Ropero C. Metodología de la investigación: de lector a divulgador. 1era ed. Universidad de Almería, editor. Almería; 2021. 359 p.
47. Iglesias M. Metodología de la investigación científica Diseño y elaboración de protocolos y proyectos. 2da ed. Ediciones Novedades Educativas, editor. 2021. 172 p.
48. Bernal C. Metodología de la investigación. 4ta. Edici. Colombia; 2016. 392 p.
49. Babapour A-R, Gahassab-Mozaffari N, Fathnezhad-Kazemi A. Nurses' job stress and its impact on quality of life and caring behaviors: a cross-sectional study. BMC Nurs [Internet]. 2022;21(75):1–10. Disponible en: <https://bmcnurs.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12912-022-00852-y>
50. Alvarado C, Rojas J. Estrés en profesionales de enfermería que laboran en el área del área del área de emergencia Covid-19 de un Hospital de Essalud, Callao – 2020 [Internet]. Universidad de Ciencias y Humanidades; 2020. Disponible en: https://repositorio.uich.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/518/Alvarado_CR_Rojas_JD_tesis_enfermeria_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
51. Burke E, Mccarthy B. The lifestyle behaviours and exercise beliefs of undergraduate student nurses: A descriptive study. Health Educ [Internet]. 2011;111(3):230–46. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/235269047_The_lifestyle_behaviours_and_exercise_beliefs_of_undergraduate_student_nurses_A_descriptive_study
52. Palacios H. Estrés laboral y estilos de vida en personal de enfermería del servicio del área del área de emergencia Hospital Regional Mosquegua, años 2018 [Internet]. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2020. Disponible en: http://www.repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/4045/161_2020_palacios_ticona_hr_fac_s_segunda_especialidad_enfermeria.pdf?sequence=1&isAllowed

=y

ANEXOS

ANEXO 1. Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema General ¿Cuál es la relación entre el Estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del servicio del área del área de emergencia de un hospital nacional - 2023?</p> <p>Problemas Específicos PE1: ¿Cuál es la relación entre la dimensión física del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia? PE2: ¿Cuál es la relación entre la dimensión psicológica del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia?</p>	<p>Objetivo General Determinar la relación entre el estrés y el estilo de vida del personal de enfermería del área del área de emergencia de un hospital nacional – 2023</p> <p>Objetivos Específicos OE1: Establecer la relación entre la dimensión física del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia. OE2: Establecer la relación entre la dimensión psicológica del estrés laboral y el estilo de vida de</p>	<p>Hipótesis General Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre el estrés y el estilo de vida del personal de enfermería del área del área de emergencia de un hospital nacional – 2023. Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre el estrés y el estilo de vida del personal de enfermería del área del área de emergencia de un hospital nacional – 2023.</p> <p>Hipótesis Específicas Hi: Existe relación significativa entre la dimensión física del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia. Hi: Existe relación significativa entre la dimensión psicológica del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia. Hi: Existe relación significativa entre la dimensión social del estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área de emergencia.</p>	<p>Variable 1: Estrés Laboral</p> <p>Dimensiones - Físico - Psicológico - Social</p> <p>Variable 2: Estilo de Vida</p> <p>Dimensiones -Actividad Física -Nutrición -Recreación -Descanso -Higiene -Hábitos nocivos</p>	<p>Método: hipotético deductivo Enfoque: cuantitativo Tipo: aplicado Diseño: No experimental Descriptivo Correlacional. Transversal</p> <p>Población: 120 Muestra: 92</p> <p>Técnica: Encuesta Instrumentos: Cuestionario para evaluar el estrés laboral usando la Escala de Estrés de Enfermería y el cuestionario para</p>

<p>PE3:¿Cuál es la relación entre dimensión social del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia?</p>	<p>enfermería del área de emergencia. OE3:Establecer la relación entre dimensión social del estrés laboral y el estilo de vida de enfermería del área de emergencia.</p>			<p>medir el estilo de vida</p>
---	--	--	--	--------------------------------

ANEXO 2. Instrumento de Investigación

ESCALA DE ESTRÉS DE ENFERMERÍA (NSS) (50)

I. Presentación:

Estimados colegas, le saluda la licenciada Galdy Correa , alumna de especialidad de enfermería en emergencias y desastres; estoy realizando una investigación con el objeto de determinar el estrés en profesionales de enfermería; por lo que solicitamos su participación voluntaria completando la información indicada líneas abajo, le garantizamos que su participación será anónima.

II. Datos Generales:

Edad: _____ Sexo: Femenino () Masculino ()

Estado civil: Soltera () Casada () Conviviente () Divorciada () Viuda ()

Años de experiencia en servicio ()

Grado Académico: Licenciado () Especialista () Magister ()

Tipo de familia:

() Nuclear: madre, padre e hijos

() Monoparental: solo uno de los padres e hijos

() Ampliada: abuelos, padres e hijos

() Equivalente: Grupo de amigos o hermanos, pareja del mismo sexo

() Vive sola

En cada ítem indicado línea arriba, marque la alternativa que más se acerque a la realidad

Nunca	A veces	Frecuentemente	Muy frecuentemente
0	1	2	3

Nº	Ítem	0	1	2	3
----	------	---	---	---	---

Físico					
1	Realiza muchas asignaciones no relacionadas con la carrera de enfermera				
2	El tiempo no le alcanza para completar todas las tareas de cuidado como profesional de enfermería				
3	Se le ha cambiado a otro servicio o área porque esta no contaba con la dotación de personal suficiente				
4	El personal no es suficiente para que se ejecuten todas las labores adecuadamente en el área o servicio				
Psicológico					
5	Se siente afectado emocional o psicológicamente cuando conversa con un paciente acerca de su deceso inminente				
6	Se siente conmovido cuando percibe el sufrimiento o dolor de un paciente				
7	Le cuesta superar el deceso de un paciente con quien se había relacionado estrechamente				
8	Se siente triste ante el deceso de un paciente				
9	Se siente insegura o emocionalmente poco estable si debe decidir sobre un paciente cuando el personal médico no se encuentra disponible				
10	Se frustra cuando un paciente le realiza una pregunta que no puede responder de manera satisfactoria				
11	Expresa sus sentimientos negativos a los pacientes a sus colegas de área				
12	Se siente desmoralizado cuando no se siente preparado para brindarle ayuda emocional a los familiares de los pacientes				
13	La incertidumbre de no saber el funcionamiento de un equipo técnico especializado, la confunde				
14	Se siente afectado emocionalmente por la falta de conocimientos para prestar soporte emocional al paciente.				
15	Se siente atemorizado por tener que realizar procedimientos que sabe que serán dolorosos para el paciente.				
16	Le causa mucha molestia desconocer lo que se puede notificar a los pacientes o a sus familiares acerca de su condición médica o terapéutica				
17	Se siente asustado de cometer alguna equivocación u error cuando le administra la terapéutica a los pacientes.				
18	Se siente culpable de no tener una preparación técnica adecuada que le permita cubrir las necesidades del paciente a nivel emocional				
19	Considera que las oportunidades para expresar abiertamente su opinión acerca de los problemas de los pacientes no son las suficientes				

20	Se siente impotente en caso que alguno de los usuarios no presente mejoría en su condición				
21	Se siente irritado cuando los equipo como ordenadores, instrumentos y equipos electrónicos, entre otros se dañan, se encuentran en mal estado o se rompen				
22	Siente que pierde la cordura por la falta de personal y atender fuera del horario establecido a los pacientes				
23	Siente mucho miedo cuando el profesional médico no se encuentra presente cuando uno de los pacientes fallece.				
24	Siente pánico en caso que el personal médico no se encuentre en caso que se produzca alguna emergencia				
Social					
25	Tiene relación conflictiva con alguno de los profesionales médicos				
26	Se siente irritada, molesta o enfurecida si alguno de los médicos la critica				
27	Siente estrés si no se encuentra de acuerdo con la terapéutica que el médico le ha mandado al paciente.				
28	Contradice a los médicos si considera que alguna de la terapéutica ordenada no es la más adecuada para el paciente.				
29	Es muy crítica ante alguna información poco adecuada que da el médico sobre la situación del usuario				
30	La relación con su supervisor es conflictiva				
31	Siente que su eficiencia baja si le toca trabajar con algún licenciado de enfermería en específico				
32	Siente que las oportunidades que tienen para que exprese sus experiencia y sentimientos hacia otros profesionales son muy limitadas.				
33	Tiene problemas para laborar con algún profesional enfermero específico de su área				
34	Desteta u odia recibir críticas de su superior o supervisor				

CUESTIONARIO PARA MEDIR LOS ESTILOS DE VIDA(52)

Nunca	Casi Nunca	Algunas Veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

N°	Ítem	1	2	3	4	5
Actividad Física						
1	Practica alguna actividad deportiva					
2	Realiza gimnasia en casa: baile, aeróbicos, etc					
Nutrición						
3	Dentro de mi dieta diaria se encuentran cereales como aves, cebada u otros similares					
4	Dentro de los alimentos que consumo a diario incluyo proteínas (carnes): pescados, pollos, huevos, res magra entre otras					
5	Normalmente como frutos que contienen vitamina C como toronjas, naranjas, camu-camu, aguaymanto, entre otros					
6	Normalmente me alimentos con productos que contengan antioxidantes como brócoli, espinacas, acelga, apio, yema de huevo, entre otros.					
7	Mi dieta diaria contiene azúcar o productos refinados como pan blanco, pizza, pasteles, galletas, entre otros.					
8	Todos los días respeto mi hora de tomar alimentos, y trato de que sea siempre a la misma hora.					
9	Diariamente tomo todos mis alimentos: desayuno, media mañana, cena, media tarde.					
Recreación						
10	Diariamente asisto eventos sociales como salidas familiares, con amistades o acudo a fiestas/ reuniones					
11	Diariamente asisto a eventos culturales, como asistir a muesos, funciones de teatro, ver películas en cine, exposiciones de artes entre otras .					
Descanso						
12	Frecuentemente duermo al menos 8 horas al día					
13	Durante el día tomo siestas cortas					
14	Al salir de un turno nocturno descanso lo suficiente para recuperar las energías.					
Higiene						
15	Tomo el tiempo necesario para mi ducha diaria					
16	Masajeo mis pies para mantenerlos relajados, humectados y en buen estado.					
17	Durante el día uso ropa prendas ceñidas o apretadas.					

Hábitos Nocivos					
18	Frecuentemente fumo cigarros				
19	Frecuentemente tomo bebida alcohólicas con diferentes grados de alcohol, como por ejemplo cervezas, tequila, coctales entre otros				
20	Frecuentemente bebo energizantes (Redbul, Gatorade, electrolite)				
21	Diariamente tomo café, gaseosa oscura				
22	Si siento que me estoy enfermando me automedico				

Gracias por su participación

ANEXO 3. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Instituciones: Universidad Privada Norbert Wiener

Investigadores: Correa Albites, Galdy Karina

Título: Estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería del área del área del área de emergencia en un hospital nacional – 2023

Propósito del estudio

Lo solicitamos su participación en la investigación denominada “Estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería del área del área del área de emergencia en un hospital nacional – 2023”, cuyo propósito fue: “Determinar la relación entre el estrés laboral y el estilo de vida del personal de enfermería del área emergencia de un hospital nacional de Lima – 2023”. Esta investigación fue elaborado por estudiosos de la Universidad Privada Norbert Wiener, Correa Alvites, Galdy Karina. Esta realización facilitará al establecimiento de estrategias y técnicas de afrontamiento del estrés y mejora de los estilos de vida que asu vez mejorarán la calidad de cuidado que le brindan las profesionales de enfermería a los pacientes a los que atienden.

Procedimientos

Si usted decide participar en este estudio, se le realizará lo siguiente:

- Solicitarle que complete la encuesta de estrés laboral
- Solicitarle que complete la encuesta de estilos de vida

Aproximadamente completar ambas encuestas le tomara 35 a 40 minutos. Los resultados serán entregados a cada participantes individualmente y/o se guardarán la debida confidencialidad.

Riesgos:

La investigadora le garantiza que su colaboración en el procedimiento de recolección de datos utilizando dos encuestas para medir el estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería del área del área del área de emergencia en un hospital nacional – 2023:, lo que no perjudicar, dañar o arriesgará su bienestar física, mental o laboral, debido a que, los instrumentos usados no implicaran actos o situaciones que puedan perturbar su integridad; y la investigadora se compromete a avisarles seguidamente si al efectuar la ejecución de la pesquisa se reconociera algún un peligro sin tener en cuenta su probabilidad de ocurrencia y su nivel de gravedad.

Beneficios:

Consideramos que se beneficiará participando en esta investigación Usted se beneficiará con su participación en el estudio, Estrés laboral y estilo de vida del personal de enfermería del área del área del área de emergencia en un hospital nacional – 2023, puesto que facilitar a que conoceremos como los estilos de vida influyen en el nivel de estrés de los profesionales de enfermería y como la variación de alguno de estos estilos de vida favorecen a disminuir el nivel de estrés de los licenciados enfermeros, como por ejemplo la buena nutrición, la higiene correcta y diaria, la práctica de deportes o ejercicios diarios, un buen descanso y actividades sociales.

Costos e incentivos Los participantes no deben abonar ningún pago por su participación. Le recordamos que tampoco recibirá ningún incentivo económico u otros a cambio de su colaboración. Confidencialidad La investigadora guardará la información codificada y no colocará los nombres de los participantes. En caso de que los resultados de la presente investigación sean publicados, no se mostrarán de ninguna manera información que facilite

su identificación. Sus archivos no serán exhibidos a ninguna persona que no pertenezca al estudio. Derechos del paciente Si usted no siente la comodidad de realizar las encuestas, podrá dejar la participación en cualquier momento, o no participar sin que esto implique algún perjuicio. De existir alguna inquietud o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con el Galdy Karina Correa Alvites, al teléfono+51 918 985 441 o al comité que validó el presente estudio, Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, tel. +51 924 569 790. E-mail: comite.etica@uwiener.edu.pe CONSENTIMIENTO Acepto voluntariamente participar en este estudio. Comprendo qué cosas pueden pasar si participo en el proyecto. También entiendo que puedo decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Participante

Investigador

Nombres:

Nombres:

DNI:

DNI: