



**Facultad de Ciencias de la Salud**

“Nivel de conocimiento sobre la mecánica corporal y su relación con la aplicación en enfermeras (os) emergencistas de un Hospital Nacional”

Trabajo Académico para optar el Título de Especialista en  
Cuidado enfermero en Emergencias y Desastres

Presentado por:

**AUTOAR: Peralta Pacheco, Eva Lizbeth**


ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-5803-7619>

**ASESORA: MG. MORILLO ACASIO, BERLINA DEL ROSARIO**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8303-2910>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: SALUD Y BIENESTAR**

**Lima – Perú, 2023**

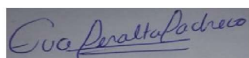
 Universidad Norbert Wiener	<b>DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN</b>		
	<b>CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033</b>	<b>VERSIÓN: 01</b> REVISIÓN: 01	<b>FECHA: 08/11/2022</b>

Yo, ... **PERALTA PACHECO EVA LIZBETH** egresado de la Facultad de ..... Ciencias de la Salud..... y  Escuela Académica Profesional de ...Enfermería..... /  Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico "....."**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA MECÁNICA CORPORAL Y SU RELACIÓN CON LA APLICACIÓN EN ENFERMERAS (OS) EMERGENCISTAS DE UN HOSPITAL NACIONAL**" Asesorado por el docente: Mg. Berlina Del Rosario Morillo Acasio.

DNI ...002865014 ORCID... <https://orcid.org/0000-0001-8303-2910>..... tiene un índice de similitud de (20 ) (veinte) % con código \_\_oid:\_\_ oid:14912:268278993 \_\_\_\_\_ verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

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



Firma de autor 1

**PERALTA PACHECO EVA LIZBETH**

Egresado

DNI: .....74655886

Firma de autor 2

Nombres y apellidos del

DNI: .....



Firma

Mg. Berlina Del Rosario Morillo Acasio

DNI: .....002865014

Lima, ...24...de.....septiembre..... de.....2023.....

“Nivel de conocimiento sobre mecánica corporal y su relación con la aplicación en enfermeras(os) Emergencistas de un Hospital Nacional, Lima 2023”

**Dedicatoria**

A Dios por hacer todo posible, a mi familia, en especial a mi hijo y a mi madre, que me demuestra la lucha constante en la vida a pesar de las adversidades.

**Agradecimiento**

A mi familia por su apoyo

A mi profesora por su asesoría

A mis colegas por compartir sus

Experiencias y conocimientos

## Índice de contenido

Dedicatoria .....	iii
Agradecimiento .....	iv
Índice de contenido.....	v
Resumen.....	ix
ABSTRACT.....	x
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. Practica .....	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 Teórico .....	8
2.1. Antecedentes de la investigación .....	8
2.2. Bases Teóricas.....	12
2.2.1. Conocimiento.....	12
2.2.1.1. Definiciones conceptuales y teóricas relacionadas.....	12
2.2.2. Mecánica corporal.....	13
DIMENSIONES DE V1 .....	13
Principios Generales De La Mecánica Corporal:.....	14
Dimensiones de V2. ....	16
Teoría de Enfermería de Dorotea Orem: .....	17

2.3 Formulación de hipótesis .....	18
2.3.1. Hipótesis general.....	18
2.3.2. Hipótesis específicas .....	19
3. METODOLOGIA:.....	20
3.1. Método de la investigación: .....	20
3.2 Enfoque de la investigación: .....	20
3.3 TIPO DE INVESTIGACION: .....	20
3.4 Diseño de la investigación: .....	20
3.5 Población, muestra y muestreo: .....	20
Criterios de inclusión: .....	20
3.6 Operacionalización De Variables.....	21
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	24
3.7.1. Técnica .....	24
3.7.2. Descripción de instrumentos.....	24
3.7.3. Validación .....	25
3.7.4. Confiabilidad.....	25
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos .....	25
3.9. Aspectos éticos.....	25
Referencia bibliográfica.....	27
ANEXOS.....	33
Anexo 1. Matriz de consistencia:.....	34
Anexo 2. Instrumento N° 1 .....	36
Anexo 3. Instrumento N° 2.....	39
Anexo 4. Consentimiento informado .....	41

### **Resumen**

**Introducción:** la mecánica corporal es indispensable en el ejercicio diario de enfermería, así evitaríamos problemas osteomusculares a futuro, sumado a ellos otros problemas que afectan directamente al personal enfermero, como a la institución donde trabaja (el ausentismo laboral, descansos médicos y sobre carga laboral). **Métodos:** El presente estudio tiene como título "Nivel de conocimiento sobre Mecánica corporal y aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un Hospital Nacional" Se realizó bajo el enfoque investigativo cuantitativo de estudio no experimental, descriptivo simple de corte transversal. **Objetivo:** Tiene como objetivo general "Determinar como el nivel de conocimiento se relaciona con la aplicación sobre mecánica corporal en enfermeras(os) emergencistas del hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen del Seguro Social de Salud (Es Salud). La población estuvo conformada por 60 enfermeras del servicio de emergencia del HNGAI, en visto que la población es pequeña se realizó la muestra censal, donde se aplicó como instrumento un cuestionario y una guía de observación, el análisis estadístico se realizó con el programa SPSS versión 26.

**Palabras claves:** conocimiento, aplicación, mecánica corporal y enfermeras emergencistas.



## ABSTRACT

**Introduction:** body mechanics is essential in the daily practice of nursing, thus we would avoid musculoskeletal problems in the future, added to them other problems that would fall directly to the nursing staff, such as the institution where they work (absenteeism, medical breaks and workload overload). **Methods:** The title of this study is "Level of knowledge and application of body mechanics in emergency nurses at the Guillermo Almenara Irigoyen National Hospital of the Social Security of Health (Es Salud), Lima 2023". It was carried out under the quantitative research approach of a study not experimental, simple descriptive cross-sectional. **Objective:** Its general objective is "To determine how the level of knowledge is related to the application of body mechanics in emergency nurses at the Guillermo Almenara Irigoyen National Hospital of the Social Security of Health (Es Salud). The population was made up of 60 nurses from the emergency service of the HNGAI, since the population is small, the census sample was carried out, where a questionnaire and an observation guide were applied as an instrument, the statistical analysis was carried out with the SPSS program version 26.

**Keywords:** knowledge, application, body mechanics and emergency nurses.

## **1. EL PROBLEMA**

### **1.1 Planteamiento del problema**

En nuestro largo ejercicio como profesional de enfermería estamos expuestos a adquirir diversas patologías propias del trabajo y una de ellas está relacionada con el constante movimiento que efectuamos al ejercer nuestra labor; las malas posturas posicionales, la inadecuada mecánica corporal al movilizar a los pacientes; sumado a ello los factores estresores que al pasar del tiempo resulta de manera acumulada en problemas en la columna mayormente a nivel cérico lumbar (1).

La pandemia nos ha hecho reflexionar el rol fundamental que desempeñan los trabajadores de la salud para aliviar y disipar el sufrimiento de nuestros pacientes. Es un derecho fundamental de los trabajadores laborar en un ambiente con las condiciones de trabajo seguras y saludables, que le proporcionen las capacitaciones pertinentes, la remuneración y el respeto que se merecen. Ya que a nivel mundial ningún establecimiento de la salud puede mantener a salvo a los pacientes a menos que se conserve la seguridad de su equipo profesional de salud (2).

Estudios epidemiológicos refieren que el personal de enfermería es considerado como un grupo vulnerable ya que está expuesto mayormente a riesgos laborales, condición que se agrava al no aplicar correctamente el manejo corporal al ejercer cualquier tipo de esfuerzo y muchas veces también por desconocimiento sobre la aplicación de la mecánica corporal durante los procedimientos frente al paciente, predisponiéndolos a trastornos musculo esqueléticos como lumbalgias, cervicalgia, dorsalgias, trastornos neurológicos, etc. (3).

Según la OMS y la OIT “casi 2 millones de personas mueren cada año por causas relacionadas al trabajo”. En un estudio se tuvieron en cuenta 19 factores de riesgo ocupacional, siendo el principal riesgo la exposición a largas jornadas laborales dando como resultado a un aproximado de 750 mil muertes. Advirtiéndose que las patologías y traumatismos relacionados con el trabajo sobrecargan los sistemas de salud, además reducen la productividad y causan un impacto relevante en los ingresos de los hogares (4).

En una investigación en el año 2011 sobre problemas cervico - lumbares en el personal de enfermería en un hospital en Argentina se obtuvo que el 68% de enfermeras(os) encuestados presentaron dichos problemas por la práctica inadecuada de la técnica de mecánica corporal (por desconocimiento o que tienen el conocimiento, pero no lo llevan a la práctica, la falta de elementos que hacen más difícil la movilización de pacientes), sumado a ello que en los hospitales no existe un protocolo o normas que estipulan la correcta técnica de mecánica corporal (5).

En el servicio de emergencia de los hospitales, requieren del personal de salud que brinden las 24 horas, atenciones a personas que demandan una atención inmediata, entre las cuales se pueden encontrar pacientes adultos mayores que están desorientados, psiquiátricos, pacientes obesos, con sobre peso, pacientes con deterioro del sensorio, que no pueden moverse o realizar por sí mismo actividades necesarias para la vida, por lo que es indispensable nuestra intervención (6).

La gran demanda de atenciones en el servicio de emergencia genera que se ubique a los pacientes en sillas de ruedas y cuando se le brinda cuidados, el personal de enfermería adopta una postura inadecuada, no aplicando los principios de la mecánica

corporal con o sin conocimiento de estas técnicas, puesto que en su pensamiento es primordial el salvar la vida de su paciente, dejando de lado su autocuidado (7).

La pandemia trajo consigo muchas muertes, pero también dejó secuelas, la exacerbación de algunas enfermedades, la etapa de cuarentena en donde nadie podía salir, solo para comprar cosas básicas (alimentos, medicamentos, útiles de aseo, etc.), se paralizó todo el mundo, la gente no se iba a trabajar, luego pasó a un periodo en donde de acuerdo al día de la semana salía solo un sexo de la población, después de un tiempo comenzó todo a funcionar, transporte, comercio, negocio, etc. (8).

Las personas aun con temor se mantenían en casa cuidándose, cubriéndose con mascarillas, usando el alcohol, evitando salir a exponerse a lugares muy concurridos, uno de ellos los hospitales, a consecuencia de ello es que hoy en día vemos los servicios de emergencia abarrotados de personas, si ya por ende existía una gran demanda de pacientes, después de la pandemia acentuó más este hacinamiento, aumento el número de sillas de ruedas para la atención, más personal de salud más carga laboral, más estrés, etc.(9).

Por consiguiente, ésta sobre carga laboral, el trajín del día a día conlleva a que el personal de enfermería adopte mala postura durante la movilización de los pacientes, al realizar una serie de procedimientos o los movimientos repetitivos, conllevándolos a problemas osteomusculares, ocasionando a la larga ausentismo laboral, descansos médicos, perjudicando tanto al hospital como al personal enfermería afectado (10).

En una investigación realizada en un hospital de Trujillo - Perú se obtuvo que el 86% de enfermeras aplican incorrectamente la mecánica corporal y el 95% hacen una mala técnica cuando trasladan a sus pacientes. Predisponiéndolas en un futuro a lesiones

musculo esqueléticas, a riesgos laborales existentes en todo trabajo. Cabe recalcar que el personal enfermero abarca el mayor porcentaje de todo el personal sanitario (60% de recurso humano) en instituciones hospitalarias constituyendo la columna vertebral de los servicios asistenciales (11).

Finalmente, el personal de enfermería constituye un grupo profesional en riesgo en los hospitales y la enfermera emergencistas realiza su labor obligada a actuar rápidamente olvidándose de adoptar posturas correctas, dañando su salud, por lo que es importante intervenir (12).

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cómo el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional?

### **1.2.2. Problemas específicos**

¿Cómo el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión alienación corporal (postura) se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional?

¿Cómo el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión equilibrio se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional?

¿Cómo el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión movimiento coordinado del cuerpo se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional?

### **1.3. Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general**

- Determinar el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la dimensión alienación corporal postura se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.
- Identificar el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la dimensión equilibrio se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.
- Identificar el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la dimensión movimiento coordinado del cuerpo se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.

### **1.4 Justificación de la investigación**

#### **1.4.1. Teórica**

La presente investigación expone su justificación teórica en el aporte que elabora a la comprensión de las teorías sobre el conocimiento de la mecánica corporal en enfermería, debido a que se observa, se simplifica y se estructura las diferentes concepciones sobre este fenómeno dado que tiene diversos significados para los autores. Por otro lado también, se enfoca en las diversas teorías que abarca los diversos procedimientos que ejerce la enfermera en relación a la postura corporal que adopta y puede ocasionar lesiones musculoesqueléticas a futuro.

Asimismo, se soporta en teorías de enfermería vinculadas con estas variables de estudio y que están representadas en la teoría de Dorotea Orem con su teoría “El Autocuidado” y Hildegart Peplau, con su teoría sobre” la relación interpersonal”. Por tanto, este estudio busca determinar como el nivel de conocimiento se relaciona con la aplicación sobre mecánica corporal en enfermeras(os) emergencistas. A fin de poder abordar la problemática desde una posición científica.

#### **1.4.2. Metodológica**

Este constructo investigativo se justifica metodológicamente, ya que para su desarrollo hace uso de un método científico, bajo un enfoque cuantitativo no experimental, puesto que se recolecta datos a través de la aplicación de instrumentos válidos y confiables de investigadores representativos con el objeto de medir las variables de estudio de una población de estudio determinado. Y es correlacional porque se busca encontrar científicamente la relación entre el nivel de conocimiento con la aplicación sobre mecánica corporal en enfermeras(os) emergencistas en un hospital nacional, lo cual permitirá comparar con otras investigaciones existentes, así como también para futuros estudios que desean aportar en el conocimiento sobre la problemática descrita.

#### **1.4.3. Practica**

Se justifica en el aspecto práctico, ya que el estudio está dirigido a una población de estudio aun no explorada, que insta de una información y evidencia científica y real que permita instaurar un plan de mejora acerca de la incorporación de la mecánica corporal en los hospitales así mismo realizar capacitaciones sobre la correcta técnica de la mecánica corporal de acuerdo a las actividades que realizan el personal de enfermería evitando más la carga laboral, el ausentismo en el trabajo por faltas relacionadas a lesiones

causadas por adoptar una incorrecta postura a lo largo del tiempo, evitando así pérdidas monetarias en los hogares de los profesionales afectados.

## **1.5 Delimitación de la Investigación**

### **1.5.1 Temporal**

La delimitación temporal de la investigación se delimita a los meses de enero a marzo del año 2023, por ello, el estudio consiste en analizar el fenómeno en ese rango de tiempo, ya que los datos serán recolectados en el periodo de procedencia establecido.

### **1.5.2. Espacial**

La delimitación espacial está centrada en la red Asistencial Almenara ubicada en Lima.

### **1.5.3. Población o unidad de análisis**

La población o unidad de análisis o sujeto de estudio serán las (os) enfermeras(os) emergencistas que trabajan en un Hospital nacional perteneciente a la red asistencial Almenara.



## **2. Marco Teórico**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **Antecedentes Internacionales**

**Mamani (13) en el año 2021 en Bolivia**, tuvo como objetivo “Determinar las competencias cognitivas de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de enfermería en la unidad de terapia intensiva adultos Hospital La Mujer, La Paz”. Se aplicó la metodología de tipo descriptivo, prospectivo, cuantitativo y transversal, también se utilizó la técnica de encuesta y el instrumento que se utilizara es el cuestionario a base de 11 preguntas a elección múltiple. Se obtuvo como resultado que el 50% del personal de enfermería conoce sobre mecánica corporal en la movilización de pacientes en la unidad de terapia intensiva, con un nivel regular con 50% y el 86% del personal de enfermería no recibió capacitación sobre técnicas de movilización al paciente. En conclusión, en un porcentaje alto indican que no cuentan con un protocolo de técnicas de movilización de pacientes y por último el personal de enfermería afirmó que alguna vez al movilizar a los pacientes sufrieron alguna lesión o molestia en la región lumbar u otra región de su cuerpo.

**Cisneros (14) en el 2021 en Ecuador**, tuvo como objetivo “Implementar estrategias educativas para el adecuado manejo de la mecánica corporal del personal de salud en la Unidad de Cuidados Intensivos, Hospital Luis Gabriel Dávila, para disminuir las lesiones musculoesqueléticas”. El estudio fue cuantitativo, descriptivo, exploratorio de corte transversal y correlacional, trabajó con un universo finito de 20 profesionales de enfermería. Obtuvo como resultado que solo el 40% conocen el concepto sobre mecánica corporal. Sobre las molestias o dolores musculoesqueléticos presentan alrededor del 90%, siendo la zona más, la región dorso- lumbar en un 47%, seguido por el cuello con un 25%

y el hombro con el 13%. Llegando finalmente con los datos obtenidos a implementar estrategias educativas viables que ayudaran a solventar y disminuir la problemática identificada.

**Zanzz (15) en el 2019 en Ecuador**, tuvo como propósito “Determinar la aplicación de la mecánica corporal del personal de enfermería en la movilización de pacientes, área Emergencia Del Hospital General Norte Ceibos”. Se aplicó la metodología enfoque cuantitativo, descriptivo, no experimental, transversal, con una población estudio de 80 licenciados en enfermería y 25 auxiliares de enfermería que laboran en el área de emergencias del Hospital General Norte Ceibos. Se obtuvo como resultado que el 65% de las lesiones musculoesqueléticas por parte del personal de enfermería se debe al desconocimiento y la no aplicación de las técnicas de la mecánica corporal en la movilización de los pacientes. Concluyéndose que el entorno laboral se ve afectado debido a la reducción de la productividad del personal de enfermería y al ausentismo laboral.

### **Antecedentes Nacionales**

**Blancas et al. (16) en 2021 en Lima**, su constructo investigativo tuvo el objetivo de “Determinar la relación que existe entre el conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería en el servicio de emergencia del hospital Nacional Hipólito Unanue”. Estudio de tipo analítico, descriptivo, correlacional en una población de 30 enfermeras, aplicando un cuestionario de conocimiento y una guía de observación sobre la aplicación de la mecánica corporal. Obteniendo como resultado que el 46.7% tienen un conocimiento alto de mecánica corporal y el 63.3% de enfermeras aplican

correctamente la mecánica corporal así mismo se identificó la relación significativa que hay entre las dos variables con un nivel de significancia  $p=0,010$ ;  $< a 0,05$ .

**Bustamante (17), en 2020 en Trujillo** tubo el propósito de “Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de la enfermera y la aplicación de la mecánica corporal al movilizar pacientes según las dimensiones: usa la mecánica corporal al levantar objetos, al adoptar la posición de pie, al adoptar la posición sentada, al trasladar pacientes, al transportar pacientes en la unidad de cuidados críticos del Hospital Belén de Trujillo”. Estudio de tipo cuantitativo, no experimental, descriptivo, correlacional de corte transversal, con una muestra de 47 enfermeras a quienes se le aplico un cuestionario y una lista de cotejo para medir el conocimiento y la aplicación sobre la mecánica corporal, consiguiendo los siguientes resultados; El 91.5 % de enfermeras tiene un nivel de conocimiento alto sobre mecánica corporal por otro lado el 8.5% de la muestra aplica de forma inadecuada la mecánica corporal al movilizar a los pacientes. Concluyendo que existe una elocuente relación entre el nivel de conocimiento de la enfermera y la aplicación de la mecánica corporal al movilizar pacientes, alcanzando un Tau c de Kendall = 0.311, probabilidad = 0.021.

**Acosta et al. (18) en 2020 en Cajamarca**, cuyo propósito fue “Determinar la relación que existe entre el conocimiento sobre mecánica corporal y aplicabilidad en el ejercicio profesional de enfermería del servicio de emergencia del Hospital Regional Docente de Cajamarca”. Investigación de tipo descriptivo, correlacional de corte transversal y prospectivo, con una población de 24 enfermeras; a quienes se les aplico un cuestionario y una guía de observación. Concluyendo que el 88% tienen un conocimiento alto acerca de mecánica corporal, sin embargo, por otro lado el 92% de enfermeras aplica

de manera incorrecta la mecánica corporal. Y que existe una relación significativa entre las variables mediante la prueba estadística de Pearson, con un  $r= 0.114$ .

**López et al. (19) en 2019 en Huancayo**, cuyo objetivo fue “Determinar la relación existente entre el nivel de conocimiento de la mecánica corporal y su aplicación en el cuidado del paciente en enfermeras del servicio de medicina del Hospital Nacional Ramiro Prialé Prialé, Huancayo 2019”. EL método de estudio utilizado fue descriptivo, correlacional, de corte transversal, con una muestra de 20 enfermeras del servicio de medicina de dicho Hospital y se aplicó dos instrumentos: cuestionario y guía de observación. Con respecto a la variable Conocimiento se usó un cuestionario; que consta de 15 preguntas cerradas de 4 alternativas, dicho instrumento fue validado a través del juicio de expertos y la confiabilidad a través de una prueba piloto aplicando el Coeficiente de Kuder-Richardson con una Confiabilidad de 0.61, Alcanzando como resultado que del total de enfermeras, el 50% de la muestra presenta un nivel de conocimiento medio sobre mecánica corporal y el 85% aplican de forma correcta la técnica de mecánica corporal.

**Gómez et al. (20) En 2018 en Loreto**, cuyo propósito fue “Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería, unidades críticas – Es salud, 2018”. Utilizo el método cuantitativo, de tipo descriptivo, correlacional y transversal, con una población objetivo fue de 25 profesionales de enfermería. Aplico un cuestionario y una guía de observación, obteniendo los siguientes resultados; solo un 7% del personal de enfermería tiene un alto nivel de conocimiento en mecánica corporal y el 84% posee un nivel medio con respecto a su aplicación.

**Godoy et al. (21) el 2018 en Huánuco**, tuvo como objetivo “Determinar la relación que existe entre el conocimiento y la práctica de mecánica corporal en el personal de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, 2018”. Estudio analítico, con diseño correlacional en 143 enfermeras, aplicando como instrumento un cuestionario y una guía de observación de aplicación sobre la mecánica corporal para la obtención de datos. Con un resultado del 58.7% de trabajadoras obtuvieron un conocimiento bueno y el 41.3 % presentaron conocimientos deficientes sobre la mecánica corporal; en relación a su aplicación se obtuvo que el 56% realizaron practicas inadecuadas y el 44% tuvieron practicas adecuadas de mecánica corporal. Así mismo se identificó que hay una relación significativa entre el conocimiento con la práctica de la mecánica corporal en el personal de enfermería, donde se obtuvo  $p= 0.017$ .

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. Conocimiento**

#### **2.2.1.1. Definiciones conceptuales y teóricas relacionadas**

El vocablo conocimiento, Bunge lo define como un grupo de ideas, pensamientos, nociones, enunciados que son expresados de manera concreta y clara, lo cual lo clasifica en: conocimiento vulgar, lo cual se adquiere en la vida cotidiana (simple y natural); conocimiento científico, explica la realidad de manera objetiva (metódico, racional, sistemático y verificable), a través de la experiencia (22).

Por otro lado, Aristóteles menciona que es algo natural que el hombre desee conocer, ya que desde niños sentimos la curiosidad por las cosas que están a nuestro alrededor y queremos saber más sobre ellas, sintiendo la necesidad a medida que crecemos ampliar más nuestros conocimientos, puesto que nos aproxima a la sabiduría (23).

### **2.2.2. Mecánica corporal**

La Mecánica corporal es el empleo adecuado del cuerpo humano, en general abarca en respetar la práctica de ciertas normas esenciales al realizar la movilización o transporte de un peso, utilizando el sistema osteomuscular de manera eficaz, evitando un cansancio innecesario y posteriormente para prevenir a futuro tensión, lesión y fatiga en el profesional (24).

Así mismo Kozier y colaboradores, definen mecánica corporal como “el uso eficiente, coordinado y seguro del cuerpo, con el objetivo de ejercer movimientos y mantener el equilibrio durante la actividad realizada. El movimiento apropiado promueve el funcionamiento corporal, reduce la cantidad de energía necesaria para moverse manteniéndose en equilibrio y por tanto reduce la fatiga y el riesgo de padecer lesiones (25).

### **DIMENSIONES DE V1**

Elementos básicos de la mecánica corporal

Los elementos de la mecánica corporal son los siguientes:

#### **Dimensión 1: Alineación corporal (postura):**

Es la organización geométrica de las partes del cuerpo relacionadas entre sí. Es decir, cuando nuestro organismo se encuentra bien alineado alcanza el equilibrio sin generar tensiones en las articulaciones, tendones o ligamentos y sin forzar los músculos. Esta situación genera que el sistema muscular tenga un mínimo requerimiento de energía y sin embargo es capaz de sostener toda la arquitectura y los órganos internos (24).

#### **Dimensión 2: Equilibrio (estabilidad):**

Es el producto de una correcta postura, un estado de nivelación entre fuerzas opuestas que se contraponen mutuamente para obtener una estabilidad (24).

### **Dimensión 3: Movimiento coordinado del cuerpo:**

Implica el funcionamiento integrado de los sistemas osteomuscular y nervioso. El tono muscular, los reflejos neuromusculares, incluidos los reflejos visuales y propioceptivos, y los movimientos coordinados de los grupos musculares voluntarios opuestos desempeñando un papel muy importante a la hora de conseguir un movimiento equilibrado, suave e intencionado (24).

Principios Generales De La Mecánica Corporal:

Los principios son los siguientes: (26)

- Se facilita el movimiento cuando se trabaja a favor de la gravedad.
- Los músculos constantemente se encuentran en ligera contracción.
- El trabajo, esfuerzo que se necesita para mover un cuerpo depende de la fuerza de gravedad y de la resistencia del propio cuerpo que se quiere mover.
- Es relevante mantener el centro de gravedad bajo, flexionando las rodillas y cadera, procurando no doblar la cintura. De esta manera se distribuye el peso del cuerpo de forma uniforme entre la mitad superior e inferior de este, obteniendo mejor el equilibrio.
- Sostenerse sobre un cimiento amplio, separando los pies, facilitando estabilidad lateral, descendiendo el centro de gravedad.

Por otro lado, se hace mención estos 3 principios de la mecánica corporal las cuales se describen a continuación: (27).

- a. Levantamiento: Cuando una persona levanta un cuerpo u objeto, el peso del objeto forma parte inmediatamente del peso corporal de la persona que levanta el cuerpo. El peso del objeto siempre afecta al centro de gravedad, desplazando a la persona hacia la dirección del peso añadido, por lo tanto, el cuerpo corporal debe

contrarrestar ese peso y moverse en dirección contraria para lograr que el centro de gravedad se mantenga sobre la base de apoyo. En Resumen, para lograr un levantamiento adecuado, hay que acercar el objeto lo más cerca posible del centro de gravedad, para tener una mayor estabilidad. En el cuerpo las articulaciones son el punto de apoyo y los huesos del esqueleto actúan como palancas.

- b. Tirar y empujar: Para empujar o tirar el objeto deseado, la persona debe mantener el equilibrio corporal, y este se consigue ampliando la base de apoyo en dirección a donde se va producir el movimiento o viceversa en caso de que se tire un cuerpo. Cuando se empuja un objeto la persona debe adelantar uno de sus pies para agrandar su base de apoyo.
- c. Pivotear o girar: Consiste en una técnica donde la persona gira su cuerpo evitando la rotación de la columna. Se debe colocar un pie delante del otro, elevar ligeramente los talones y apoyar el peso sobre la porción del pie metatarso falángica. Así se evita la fricción con la superficie y las rodillas no se giran.

## **V2. Aplicación de la mecánica Corporal En El Profesional de enfermería en el servicio de emergencia**

El servicio de Emergencia es la unidad orgánica con más demanda de atención permanente y oportuna de la salud del paciente que está en riesgo su vida, o que ha sido severamente alterado; es por ello que es un servicio donde hay mayor movimiento del personal sanitario ante cualquier evento que se presente, requiriendo así gran recurso humano, entre ellos el profesional de enfermería que vela por mantener la salud netamente globalizado, enfocándose directamente al paciente (28).

Es ahí que el personal de enfermería debe desarrollar prácticas adecuadas y aplicar la correcta técnica de mecánica corporal a la hora de ejercer su labor con los pacientes, desde la canalización de una vía periférica, baño al paciente, al realizar procedimientos invasivos, etc., hasta cuando se moviliza o se traslada un paciente, la postura, el equilibrio y movimiento coordinado, que debe adoptar es tan importante como saber en qué



momento lo va a ejecutar y sobre todo ayudarse con el paciente para disminuir la carga, acomodándolo para que pueda realizar menos fuerza evitando futuras lesiones (29).

Aplicación de la mecánica corporal en la enfermera en el servicio de emergencia:  
(28).

## **Dimensiones de V2.**

### **Dimensión 1. Al levantar objetos:**

Al levantar un objeto, no debe doblarse la cintura, sino flexionar las piernas y elevar el cuerpo, manteniendo recta la espalda. De esta forma, el levantamiento lo realizan los músculos de las piernas y no los de la espalda. Causa menos riesgos al deslizar, girar, empujar, que intentar levantar un objeto (28).

### **Dimensión 2. Al adoptar la posición de pie:**

La postura de pie ofrece como ventaja una mayor movilización y el mejor uso de los músculos de fuerza, pero tiene como desventaja el mayor consumo de energía y sobrecarga en los miembros inferiores cuando ésta se hace estática. Por consiguiente, la postura incide notablemente en los trastornos de la espalda, para evitar esto se debe aumentar la estabilidad corporal ampliando la base de sustentación (28).

### **Dimensión 3. Al adoptar la posición sentada:**

La mecánica del sentarse, está determinada por el cambio de postura periódica, incluso se puede decir que la posición de sentado es una situación dinámica y no estática; estas curvas normales o fisiológicas tienden a modificarse, y como consecuencia de esto, pueden sobrevenir sobrecargas en la estructura de la columna. Es por esto que la zona más eficiente para dar apoyo al tronco es la zona lumbar, de esta manera forzamos a la espalda a corregir la posición de la columna, pero con libertad de movimiento (28).

#### **Dimensión 4. Al trasladar paciente:**

Para mover objetos por debajo del centro de gravedad, debe comenzar con la espalda y las rodillas flexionadas. Utilizar los músculos glúteos y de las piernas mejor que los sacros espinales o la espalda para ejercer el impulso ascendente al levantar el peso, también se debe distribuir la carga de trabajo entre ambos brazos y piernas para evitar lesiones de espalda (28).

#### **Dimensión 5. Al transporte de paciente:**

Es el desplazamiento del paciente de un lugar a otro en la sala de hospitalización o de un servicio a otro del hospital, puede realizarse en la cama, en camilla o en silla de ruedas. Para empujar, se debe apoyar las manos sobre el objeto y flexionar los codos, inclinándose sobre él, trasladando el peso del miembro inferior colocado atrás, al que está adelante y aplicar presión continua y suave. Una vez que se empieza a mover el objeto, mantenerlo en movimiento, ya que gastará más energía si se detiene y vuelve a empezar (28).

### **Teoría de Enfermería de Dorotea Orem:**

#### **Teoría del déficit de autocuidado**

Hace referencia a la relación entre la demanda del cuidado terapéutico y la acción de autocuidado del ser, en que las aptitudes con las que se desarrolla no son adecuadas para identificar los componentes a la demanda de autocuidado terapéutico existente. En esta situación la persona requiere de ayuda procediendo de muchas fuentes, como las intervenciones de familiares, amigos, y profesionales de enfermería.

Por otro lado, se menciona que la persona con la capacidad de proporcionar los cuidados y así llegar a satisfacer sus propias necesidades de salud se denominan agentes de autocuidado (30).

#### **El cuidado de uno mismo**

El desarrollo del autocuidado se inicia con la toma de conciencia de nuestra propia salud. Lo cual requiere de un juicio racional con el fin de tomar con firmeza una decisión

sobre el estado de salud, en el que debe reflejar la iniciativa y el compromiso de continuar con el plan de terapéutica establecida. (31).

### **Limitaciones del autocuidado**

Son los obstáculos o inconvenientes para que sea posible el autocuidado, esto ocurre cuando la persona no tiene conocimiento suficiente sobre sí mismo y tampoco tiene la iniciativa de poder adquirirlo, por lo que presentaría dificultad para tomar una decisión con respecto a su estado de salud y saber en qué momento debería de pedir ayuda. (31).

### **El aprendizaje del autocuidado**

Son funciones humanas que pueden orientarse interna como externamente a través de acciones: (32).

Acciones de autocuidado orientadas externamente

1. Secuencia de acción de búsqueda de conocimientos
2. Secuencia de acción de búsqueda de ayuda y de recursos
3. Acciones expresivas interpersonales
4. Secuencia de acción para controlar factores externos

Acciones de autocuidado orientadas internamente

1. Secuencia de acción de recursos para controlar los factores internos
2. Secuencia de acción para controlarse unos mismo (pensamientos, sentimientos, orientación) y por tanto regular los factores internos o las orientaciones externas de uno mismo (32).

## **2.3 Formulación de hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

**Hi=** Si existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.

**H<sub>0</sub>**= No existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

**H<sub>i</sub>**: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión alineación corporal (postura) con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.

**H<sub>i</sub>**: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión equilibrio (estabilidad) con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.

**H<sub>i</sub>**: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión movimiento coordinado del cuerpo con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.

### **3. METODOLOGIA:**

#### **3.1. Método de la investigación:**

La gestación de este producto científico e investigativo estará bajo el amparo del método hipotético – deductivo, puesto que se suscita una hipótesis que deberá ser probada y contrastada para inferir y deducir el conocimiento de un fenómeno desde un ámbito particular hacia lo general (33).

#### **3.2 Enfoque de la investigación:**

El estudio es de enfoque cuantitativo puesto que los resultados se analizarán en base a métodos estadísticos. Es no experimental porque no se va a manipular ninguna variable, solo se va a definir (34).

#### **3.3 Tipo De Investigación:**

La presente investigación es aplicada ya que busca la concepción del conocimiento con la atención, manejo directo a los problemas de la sociedad o el sector productivo (35).

#### **3.4 Diseño de la investigación:**

No experimental de alcance correlacional con corte transversal porque la investigación se realizará en un periodo de tiempo definido (36).

#### **3.5 Población, muestra y muestreo:**

La población estará conformada por 60 enfermeras emergencistas de un hospital nacional perteneciente a la red asistencial Almenara y la muestra será censal porque se tomará la totalidad de la población.

Criterios de inclusión:

Cada una de las(os) enfermeras (os) que laboran en el servicio de emergencia del Hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen.

Cada una de las(os) enfermeras con la especialidad en emergencias y desastres.

Cada una de las enfermeras (os) que deseen participar voluntariamente en esta investigación.

Cada una de las enfermeras (os) que se encuentren laborando bajo el régimen de locadores, cas, 728 y nombrados.

**Criterios de exclusión:**

Cada una de las(os) enfermeras (os) que no laboran en el servicio de emergencia del Hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen.

Cada una de las(os) enfermeras con la especialidad en emergencias y desastres.

Cada una de las enfermeras (os) que no deseen participar voluntariamente en esta investigación.

Cada una de las enfermeras (os) que no se encuentren laborando bajo el régimen de locadores, cas, 728 y nombrados.

**3.6 Operacionalización De Variables**

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
NIVEL DE CONOCIMIENTO O SOBRE MECÁNICA CORPORAL	Se define como un grupo de ideas, pensamientos, nociones que en general abarca en respetar la práctica de ciertas normas esenciales al realizar la movilización o transporte de un peso, utilizando el sistema osteomuscular de manera eficaz, evitando un cansancio innecesario y posteriormente lesiones en el profesional (37).	El nivel de conocimiento que posee la enfermera emergencista sobre mecánica corporal	Alineación corporal (postura)  Equilibrio  Movimiento coordinado del cuerpo	Definición  Conocimiento o sobre alineación corporal  Conocimiento o sobre equilibrio (estabilidad)  Conocimiento o sobre	Ordinal	-Bajo: (0-7)  -Alto: conoce sobre la mecánica corporal. (8-15)

<p>NIVEL DE APLICACIÓN DE LA MECÁNICA CORPORAL</p>	<p>Es la práctica de forma adecuada y apropiada del cuerpo humano con respecto al uso de normas sobre mecánica corporal que deben respetarse al realizar la movilización y transporte de un objeto o cuerpo (38).</p>	<p>Es la forma como aplica la mecánica corporal la enfermera emergencista al realizar procedimientos de enfermería.</p>	<p>Aplicación de mecánica corporal</p>	<p>movimiento corporal coordinado</p> <p>Al levantar objetos</p> <p>Al adoptar la posición de pie</p> <p>Al adoptar la posición sentada</p> <p>Al trasladar objetos</p> <p>Al transporte de pacientes</p>	<p>Nominal</p>	<p>Correcto :8-15 puntos Incorrecto: 0-7 puntos</p>
--	---	---	--	---	----------------	---



### **3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.7.1. Técnica**

La técnica para recolección de información será la encuesta para las 2 variables en estudio

#### **3.7.2. Descripción de instrumentos**

**Instrumento 1:** Se utilizará el cuestionario de nivel de conocimiento adaptada en Cajamarca – Perú en el 2020 por Acosta y Huamán en la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Dicho instrumento consta de 15 preguntas cerradas, reflejadas en 3 dimensiones: alineación corporal (postura), equilibrio (estabilidad) y movimiento coordinado del cuerpo; los cuales las 4 primeras preguntas hace referencia a mecánica corporal y el resto de 11 preguntas sobre las 3 dimensiones mencionadas anteriormente, lo cual cada respuesta acertada vale un punto cada una, lo cual se consideró 2 categorías de evaluación: (18).

Alto: 8-15 puntos

Bajo: 0-7 puntos

**El instrumento 2:** Se utilizará la guía de observación sobre la aplicabilidad de la mecánica corporal adaptada en Cajamarca- Perú en el 2020 por Acosta y Huamán en la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Dicho instrumento está compuesto por cinco dimensiones: Al levantar los objetos correspondientes al 1-3 ítems, al adoptar la posición de pie (4-6 ítems), al adoptar la posición sentada (7-9 ítems), al trasladar paciente (10-12 ítems), al transporte del paciente (13-15 ítems); lo cual evalúa en total 15 ítems para esta variable; los puntajes son de 0-1 en cada ítem (correcto e incorrecto). Se consideró 2 categorías de evaluación: (18).

Correcto: 8-15 puntos

Incorrecto: 0-7 puntos

### 3.7.3. Validación

**Instrumento 1:** La validación para el cuestionario del nivel de conocimiento sobre mecánica corporal, se dio a través del juicio de expertos, para lo cual se aplicó la  $P < 0.05$ , lo cual es aceptable, siendo ello el grado de concordancia significativa referente a todos los ítems. (18)

**Instrumento 2:** La validación para la guía de observación de la aplicación sobre mecánica corporal, se dio a través del juicio de expertos, para lo cual se aplicó la  $P < 0.05$ , lo cual es aceptable, siendo ello el grado de concordancia significativa referente a todos los ítems. (18)

### 3.7.4. Confiabilidad

Ambos instrumentos igualmente fueron medidos en su confiabilidad a través de los dos estadísticos correspondientes a sus ítems con valores para el primer instrumento obtuvo una confiabilidad de 0.8934 a través de Kuder Richardson. Para el segundo instrumento una Confiabilidad de 0.622 a través del Alfa de Crombach (18).

### 3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Una vez terminada la encuesta, se utilizará la hoja de cálculo Excel para crear la base de datos. Para realizar el análisis descriptivo se utilizará el paquete estadístico SPSS versión 26. Para la presentación de resultados se hará de forma de tablas simples y gráficos así mismo y para constatar que existe una relación entre las variables propuestas y la hipótesis de estudio se efectuó el cruce de variables.

### 3.9. Aspectos éticos

En el presente estudio se aplicará los 4 principios éticos ya que todo el que este participando debe dar su consentimiento para su estudio (39).

**Principio de la autonomía**

Se obtendrá el consentimiento informado a través de encuestas vía web de los licenciados en enfermería estudiados (39)

**El principio de beneficencia:**

El estudio beneficiara a los profesionales licenciados en enfermería investigados para soluciones presentes y futuras (39)

**El principio de no maleficencia:**

No se expondrán a daños ni perjuicios físicos, psicológicos y se mantendrá la imagen de la institución siempre (40).

**El principio de justicia**

Se trabajará con respeto, y de manera equitativa sin discriminación con los profesionales de la salud (40).

## Referencia bibliográfica

1. Aguiar Z, Ghizoni D, De Oliveira M, Ramos R. Dolor lumbar inespecífico y su relación con el proceso de trabajo de enfermería. Rev. Latino – Am. Enfermagem [Internet] 2019; 27(3):1-10. Disponible en:  
<https://www.scielo.br/j/rlae/a/YjzBxnvXmQrnB6jGQRGrqtp/?format=pdf&lang=es>
2. Organización mundial de la Salud. Garantizar la seguridad de los trabajadores de la salud para preservar la de los pacientes. [Internet]. Who, 17 de setiembre 2020. [Consultado: 11 de mayo 2023]. Disponible en:  
<https://www.who.int/es/news/item/17-09-2020-keep-health-workers-safe-to-keep-patients-safe-who>
3. Zanzzi J. Fundamentos teóricos de la mecánica corporal en la movilización en la movilización de pacientes en el ámbito de enfermería. Rev. Cienc. Salud [Internet] 2020; 2(1): 8-15. Disponible en:  
<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/08/1255331/58-texto-del-articulo-172-1-10-20200430.pdf>
4. Organización Internacional del Trabajo. Salud y seguridad en el trabajo. [Internet]. Who/Oit, 17 de setiembre 2021. [Consultado: 11 de mayo 2023]. Disponible en:  
[https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS\\_819802/lang--es/index.htm](https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_819802/lang-es/index.htm)
5. Cadiez F, Ibañez F. Problemas cervicolumbares en el personal de enfermería del servicio de traumatología, cirugía y terapia intensiva en el Hospital Perrupato de General San Martín, Mendoza, 2010. [Tesis para optar el grado de Licenciada en enfermería]. Argentina: Universidad Nacional de Cuyo; 2011. Disponible en:  
[https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos\\_digitales/5871/cadiez-francisca.pdf](https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/5871/cadiez-francisca.pdf)
6. Mora J, Pincay M. Aplicación de la mecánica corporal en el personal de enfermería durante la atención a pacientes ingresados en traumatología del área de emergencia en un Hospital General de la ciudad de Guayaquil, 2017. [Tesis para optar el grado de Licenciada de enfermería]. Ecuador: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2017. Disponible en:  
<http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/8981/1/T-UCSG-PRE-MED-ENF-388.pdf>
7. Mentanza E. Nivel de conocimiento y aplicabilidad de mecánica corporal de las enfermeras que laboran en emergencia – Hospital Regional Lambayeque, 2015. [Tesis para optar el grado de Maestra en enfermería]. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2017. Disponible en:  
[https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1158/1/TM\\_MestanzaAricaEsther.pdf.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1158/1/TM_MestanzaAricaEsther.pdf.pdf)
8. Castro X, Cagueñas D, Quintero D, Fernandez J, Silva R. Ensayos sobre la pandemia [Internet]. Colombia: Universidad Icesi; 2020 [Consultado: 14 mayo de 2023]. Disponible en:

[https://repository.icesi.edu.co/biblioteca\\_digital/bitstream/10906/86919/6/londono\\_en\\_sayos\\_pandemia\\_2020.pdf](https://repository.icesi.edu.co/biblioteca_digital/bitstream/10906/86919/6/londono_en_sayos_pandemia_2020.pdf)

9. Mendoza C, Suarez M. Reconversión hospitalaria ante la pandemia covid – 19. Rev. Mex. Anestesiol. [Internet] 2020; 43 (2): 151-156. Disponible en:  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0484-79032020000200151&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0484-79032020000200151&script=sci_arttext)
10. Saucedo P, Tapia D. Dolor musculoesqueléticos y aplicación de técnicas de mecánica corporal en enfermeras de emergencia, Hospital Nacional Carlos Alberto Seguí Escobedo – Essalud Arequipa, 2016. [Tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2016. Disponible en:  
<https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/861f5b10-7ee8-406b-8baf-823e5add3a0e/content>
11. Frontado K, Rodríguez M. Uso de la mecánica corporal en enfermeras del servicio de emergencia del Hospital Belén de Trujillo, 2015. [Tesis para optar el grado de profesional de enfermería]. Perú: Universidad Privada Antenor Orrego; 2015. Disponible en:  
[http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/1694/1/RE\\_ENFER\\_MECANICA-CORPORAL\\_TESIS.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/1694/1/RE_ENFER_MECANICA-CORPORAL_TESIS.pdf)
12. Patiño S, Rojas J. Aplicación de la mecánica corporal y riesgos ergonómicos en el personal de enfermería, Azogues, 2017. [Tesis para optar el grado de profesional de enfermería]. Ecuador: Universidad de Cuenca; 2017. Disponible en:  
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/28326/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION.pdf>
13. Mamani J. Competencias cognitivas de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de enfermería en la unidad de terapia intensiva adultos, Hospital de la mujer, La Paz - Bolivia, 2021. [Tesis para optar el grado de especialista en enfermería con mención en medicina crítica y terapia intensiva]. Bolivia: Universidad Mayor de San Andrés; 2021. Disponible en:  
<https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/28945/TE-1902.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
14. Cisneros J. Mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados Intensivos Hospital Luis Gabriel Dávila –Tulcán, 2021. [Tesis para optar el grado de Licenciada en enfermería]. Ecuador: Universidad Regional Autónoma de los Andes; 2021. Disponible en:  
<https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/12255/1/UTPIENF009-2021.pdf>
15. Zanzzi J. Aplicación de la mecánica corporal del personal de enfermería en movilización de pacientes, área emergencia del Hospital General Norte Ceibos, periodo 2019. [Tesis para optar el grado de Magister en Salud Pública]. Ecuador: Universidad Estatal de Milagro; 2019. Disponible en:  
<https://repositorio.unemedu.ec/handle/123456789/5265>

16. Blancas M, Espiritu Y. Conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unanue – Lima, 2021. [tesis para optar el grado de Licenciada en enfermería]. Huancayo: Universidad Privada Franklin Roosevelt; 2021. Disponible en: <https://repositorio.uoosevelt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14140/673/TESIS%20BLANCAS%20-%20ESPIRITU.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Bustamante Y. Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal al movilizar pacientes - Hospital Belén de Trujillo, 2021. [Tesis para optar el grado de Licenciada en enfermería]. Perú: Universidad Nacional de Trujillo; 2021. Disponible en: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/4751515?show=full>
18. Acosta M, Huamán D. Conocimiento sobre mecánica corporal y aplicabilidad en el ejercicio profesional de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital Regional Docente de Cajamarca, 2020. [Tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. Perú: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2021. Disponible en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1456/INFORME%20final%20de%20tesis%20mecanica%20corporal%20Huaman%20-%20Acosta.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. López C, Cotera M. Nivel de conocimiento de mecánica corporal y aplicación en el cuidado del paciente en enfermeras del servicio de medicina del Hospital Nacional Ramiro Prialé Prialé – Huancayo, 2019. [Tesis para optar el grado de Licenciada en enfermería]. Perú: Universidad Privada Franklin Roosevelt; 2019. Disponible en: <https://repositorio.uoosevelt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14140/196/NIVEL%20DE%20CONOCIMIENTO%20DE%20MECANICA%20CORPORAL%20Y%20APLICACION%20EN%20EL%20CUIDADO%20DEL%20PACIENTE%20EN%20ENFERMERAS%20DEL%20SERVICIO%20DE%20MEDICINA%20DEL%20HOSPITAL%20NACIONAL%20RAMIRO%20PRIAL%C3%89%20PRIAL%C3%89%20HUANCAYO%202019.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
20. Gómez C, Macedo K. Conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería, unidades crítica – Essalud, 2018. [Tesis para optar el grado de Licenciada en enfermería]. Loreto: Universidad Científica del Perú; 2018. Disponible en: <http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/598/GOMEZ-MACEDO-1-Trabajo-Conocimiento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Godoy A, Espinoza W. Conocimiento y práctica de la mecánica corporal en el personal de enfermería del Hospital Nacional Hermilio Valdizán Medrano, 2018. [Tesis para optar el grado de Licenciada en enfermería]. Perú: Universidad de Huánuco; 2019. Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2267/GODOY%20FRANCISCO%20Angela%20del%20Pilar.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
22. Arone L, Becerra G, Jorge C, Zamalloa S. Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal de la enfermera en centro quirúrgico de un Hospital de lima, Agosto 2016-Marzo2017. [Tesis para optar el grado de segunda especialidad en enfermería en centro

quirúrgico especializado]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2017. Disponible en:

<https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/675/Conocimiento%20y%20aplicaci%C3%B3n%20de%20la%20mec%C3%A1nica%20corporal%20de%20la%20enfermera%20en%20centro%20quir%C3%BArgico%20de%20un%20hospital%20de%20Lima%2C%20agosto%202016%20-%20marzo%202017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

23. Calvente S. La experiencia en la concepción del conocimiento de David Hume. Niveles personales y sociales, sentidos y funciones – La plata, 2017 [Tesis para optar el grado de Doctora con mención en Filosofía]. Argentina: Universidad Nacional de La Plata; 2017. Disponible en:  
<https://memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1364/te.1364.pdf>
24. Rivera G. Conocimiento y aplicación de mecánica corporal de enfermeras del centro quirúrgico del Hospital de Tingo María, 2017. [Tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. Perú: Universidad A las Peruanas; 2018. Disponible en:  
[https://repositorio.uap.edu.pe/jspui/bitstream/20.500.12990/6547/1/Tesis\\_Conocimiento\\_Aplicacion\\_Mecanica\\_Corporal.pdf](https://repositorio.uap.edu.pe/jspui/bitstream/20.500.12990/6547/1/Tesis_Conocimiento_Aplicacion_Mecanica_Corporal.pdf)
25. García J, Rojas K. Nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en los estudiantes del VI semestre de enfermería en la UPH –FR, julio 2015. [Tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. Huancayo: Universidad Privada Franklin Roosevelt; 2015. Disponible en:  
[https://repositorio.uroosevelt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14140/82/T105\\_48150218\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uroosevelt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14140/82/T105_48150218_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
26. Sanz N. Principios de la mecánica corporal. [Internet]. México: Ilustre Colegio Oficial de Médicos, 22 Diciembre de 2014 [Consultado 11 mayo de 2023]. Disponible en:  
<http://www.comguada.es/principios-de-mecanica-corporal/>
27. Pozo C, Villarreal M, Nazate Z. Valoración de las medidas educativas en la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos. Rev Conrado [Internet].2022; 18(1): 425-431. Disponible en:  
<file:///C:/Users/USER/Downloads/2356-Texto%20del%20art%C3%ADculo-4744-2-10-20220408.pdf>
28. Zavala J, Arenas L, Marcelo A. Mecánica corporal y problemas cervicolumbares en enfermeras (os) emergencistas del Instituto Regional de enfermedades Neoplásicas del Centro, Agosto- 2020. [Tesis para optar el grado de segunda especialidad profesional de enfermería con mención en emergencias y desastres]. Callao: Universidad Nacional del Callao; 2020. Disponible en:  
[http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/6283/TESIS\\_PREGRA DO\\_ZAVALA\\_ARENAS\\_MARCELO\\_FCS\\_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/6283/TESIS_PREGRA DO_ZAVALA_ARENAS_MARCELO_FCS_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
29. Universidad de California de San Diego. Técnicas de mecánica corporal para profesionales de la salud. [Internet]. San diego: Universidad de California, 1 Agosto de 2021[Consultado 11 mayo de 2023]. Disponible en:

<https://myhealth.ucsd.edu/Spanish/RelatedItems/3,82742>

30. Montesinos K. Intervención educativa en el manejo de prácticas de mecánica corporal en enfermeras del centro quirúrgico Hospital Regional Cusco, 2017. [Tesis para optar el grado de segunda especialidad en enfermería con mención en centro quirúrgico]. Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2019. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f537d779-4591-40d2-a398-5d2b7e74ac5b/content>
  
31. Naranjo Y, Concepción J, Rodríguez M. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Rev Gaceta Médica Espirituana [Internet]. 2017; 19(3). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/espirtuana/gme-2017/gme173i.pdf>
  
32. Vega O, Gonzales D. Teoría del déficit de Autocuidado: interpretación desde los elementos conceptuales. Rev. Cienc y cuidado [Internet.]. 4(4):28-35. Disponible en: <file:///C:/Users/USER/Downloads/Dialnet-TeoriaDelDeficitDeAutocuidado-2534034.pdf>
  
33. Ruiz J. Glosario de términos de uso frecuente en la investigación. [Internet]. México: Universidad de Colima, 2023 [Consultado 11 mayo de 2023]. Disponible en: [https://recursos.uco.mx/tesis/glosario\\_terminos\\_investigacion.php?letter=M#:~:text=M%C3%89TODO%20HIPOT%C3%89TICO%20DEDUCTIVO%3A,vez%20son%20sometidas%20a%20verificaci%C3%B3n.](https://recursos.uco.mx/tesis/glosario_terminos_investigacion.php?letter=M#:~:text=M%C3%89TODO%20HIPOT%C3%89TICO%20DEDUCTIVO%3A,vez%20son%20sometidas%20a%20verificaci%C3%B3n.)
  
34. Abalde E, Muñoz J. Metodología cuantitativa vs. Cualitativa [Internet]. España: Universidad da Coruña; 1992 [Consultado 11 mayo de 2023]. Disponible en: <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/8536>
  
35. Esteban N. Tipos de investigación [Internet]. Lima: Universidad Santo Domingo de Guzmán, 25 junio de 2018 [Consultado 11 mayo 2023]. Disponible en: <http://190.117.99.173/handle/USDG/34>
  
36. Vallejo M. El diseño de investigación: una breve revisión metodológica. Rev. Scielo Arch. Cardiol. Mex [Internet] 28 enero de 2002; 2(1): 08-12. Disponible en: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-99402002000100002](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-99402002000100002)
  
37. Huisacayna F, Aguilar Y, Pacheco L. Relación entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal y aplicación práctica en estudiantes de pre- grado de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" de Ica – Hospital Santa María del Socorro de Ica. Rev. Enferm. Vanguard. [Internet] 2017; 5(1): 03-09. Disponible en: <file:///C:/Users/USER/Downloads/222-Texto%20de%20art%C3%ADculo-871-1-10-20200129.pdf>
  
38. Asencios I. Aplicación de la mecánica corporal del personal de enfermería del servicio de emergencia del Hospital III Emergencias Grau. Lima, agosto- octubre 2020. [Tesis



para optar el grado de segunda especialidad en enfermería con mención en emergencias y desastres]. Perú: Universidad de San Martín de Porres; 2021. Disponible en: [https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8802/Asencios\\_DIS.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8802/Asencios_DIS.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

39. Torres J. Relación entre Calidad de Vida Relacionada con la Salud y Soporte Social en Pacientes con cáncer de mama. [Tesis para optar el título de licenciada en Psicología]. Lima: Universidad Católica del Perú; 2011. Disponible en: [tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/717](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/717)
  
40. Macalopú S. Accidentes de trabajo y elementos de protección personal en trabajadores de limpieza pública del Distrito de José Leonardo Ortiz - Chiclayo, Perú. [Tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2013. Disponible en: [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/421/1/TL\\_Macalopu\\_Torres\\_Sandra\\_Ines.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/421/1/TL_Macalopu_Torres_Sandra_Ines.pdf)

**ANEXOS**

**Anexo 1. Matriz de consistencia:**

**Título de la Investigación:** Nivel de conocimiento sobre la mecánica corporal y aplicación en enfermeras (os) emergencistas de un Hospital Nacional

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p><b>Problema general</b> ¿Cómo el nivel de conocimiento sobre la mecánica corporal se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un Hospital Nacional?</p> <p><b>Problemas específicos</b> -¿Cómo el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la dimensión alienación corporal (postura) se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional? -¿Cómo el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la dimensión equilibrio se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional? -¿Cómo el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la dimensión movimiento coordinado</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar como el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional</p> <p><b>Objetivos específicos</b> -Identificar el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la dimensión alienación corporal (postura) se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional. -Identificar el nivel de conocimiento sobre mecánica</p>	<p><b>Hipótesis general</b> <b>Hi=</b> Si existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional. <b>Ho=</b> No existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.</p> <p><b>Hipótesis específicas</b> <b>Hi:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión alineación corporal (postura) con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional. <b>Hi:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión equilibrio (estabilidad) con</p>	<p><b>Variable 1:</b> Nivel de conocimiento</p> <p><b>Dimensiones:</b> -Alineación corporal (postura) - Equilibrio (estabilidad) - Movimiento coordinado del cuerpo -</p> <p><b>Variable 2:</b> <b>Aplicación de mecánica corporal</b> <b>Dimensiones:</b> -Al levantar objetos - Al adoptar la posición de pie - Al adoptar la posición sentada - Al trasladar paciente  - Al transporte de paciente</p>	<p><b>Tipo de investigación</b> Aplicada</p> <p><b>Método y diseño de investigación</b> Hipotético deductivo, no experimental de alcance correlacional, de corte transversal</p> <p>Para el desarrollo del estudio la población estará compuesta por 60 enfermeras(os) emergencistas del Hospital Nacional Guillermo Almenara en este sentido la muestra será censal porque se tomará al total de la población</p>

<p>del cuerpo se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional?</p>	<p>corporal en la dimensión equilibrio se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.</p> <p>-Identificar el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la dimensión movimiento coordinado del cuerpo se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.</p>	<p>la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.</p> <p><b>Hi:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en su dimensión movimiento coordinado del cuerpo con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.</p>		
---	--	---	--	--

## Anexo 2. Instrumento N° 1

- I. INTRODUCCIÓN El presente instrumento tiene como objetivo identificar el conocimiento sobre la mecánica corporal que posee la enfermera del servicio de Emergencia del HNGAI, le expresamos de antemano su gentil apoyo.
- II. DATOS GENERALES Edad: \_\_\_\_\_ años Sexo: (F) (M) Peso: \_\_\_\_\_ kg  
Talla: \_\_\_\_\_ cm Tiempo de Servicio: \_\_\_\_\_
- III. II. INSTRUCCIONES Marque con un aspa (x) la respuesta que Ud. crea correcta
1. La mecánica corporal consiste en:
    - a) Uso eficaz, coordinado y seguro del organismo para producir movimientos y mantener el equilibrio durante la actividad
    - b) Realización de ejercicios pasivos y activos durante la hora de trabajo
    - c) Tener momentos relajación durante las horas de trabajo
    - d) Uso óptimo de movimientos de los músculos
  2. La alineación corporal es:
    - a) Disposición geométrica de las distintas partes del cuerpo en relación con las otras.
    - b) Mantener el cuerpo en línea media usando una fuerza máxima.
    - c) Mantener el cuerpo en posición anatómica.
    - d) Estar en posición recta durante una actividad.
  3. El equilibrio es el estado de contrapeso:
    - a) Donde no se aplica fuerza
    - b) En el que las fuerzas se oponen entre sí
    - c) En el que las fuerzas se contrarrestan
    - d) Donde se aplica la mínima fuerza
  4. El movimiento corporal coordinando es:
    - a) Funcionamiento integrado de los sistemas musculoesqueléticos, nervioso y la movilidad articular
    - b) Movimiento conjunto de los grupos musculares
    - c) Movimiento articular coordinado para mantener una postura adecuada
    - d) Movimiento rítmico del esqueleto humano
  5. El equilibrio se mantiene y evita la tensión muscular siempre que la línea de gravedad:

- a) Pasa lejos de la base de apoyo
- b) Pasa a través de la base de apoyo
- c) Pasa cerca de la base de apoyo
- d) Se centra en la base de apoyo

6. Cuanto más amplia sea la base de apoyo y más bajo el centro de gravedad:

- a) Menor será la estabilidad
- b) Mayor será la estabilidad
- c) No habrá estabilidad
- d) La estabilidad será mínima

7. Los objetos más cercanos al centro de gravedad se mueven:

- a) Con mayor esfuerzo
- b) Con el mínimo esfuerzo
- c) Con ningún esfuerzo
- d) Con dos fuerzas en conjunto

8. El equilibrio se mantiene con un mínimo esfuerzo cuando la base de apoyo:

- a) No se altera
- b) Disminuye en la dirección en que se producirá el movimiento
- c) Se agranda en la dirección en que se producirá el movimiento
- d) No existe

9. A mayor contracción de los músculos antes de mover un objeto:

- a) Se requiere menos energía
- b) Se requiere mayor energía
- c) No se requiere energía
- d) Se requiere relajación de los músculos

10. La sincronización de los músculos durante la actividad:

- a) Disminuye la fuerza muscular y promueve la fatiga y lesión muscular
- b) Aumenta la fuerza muscular, evita la fatiga y lesión muscular
- c) Disminuye la fuerza muscular, evita la fatiga y lesión muscular
- d) Aumenta la fuerza muscular y lesión muscular, disminuye la fatiga

11. A mayor rozamiento contra la superficie bajo el objeto:

- a) Mayor será la fuerza requerida para mover el objeto
- b) Menor será la fuerza requerida para mover el objeto
- c) No se empleará la fuerza
- d) Se requerirá dos fuerzas en conjunto

12. Es uno de los principios de la mecánica corporal

- a) La relajación de los músculos puede dañar la movilidad

- b) El movimiento activo produce contracción de los músculos
- c) Los grandes músculos se fatigan más que los pequeños
- d) Los cambios de actividad y posición no contribuyen a conservar el tono muscular

13. Es uno de los objetivos de la mecánica corporal

- a) Aumentar las anomalías esqueléticas
- b) Aumentar el gasto de energía muscular
- c) Mantener una actitud funcional y nerviosa
- d) Realizar movimientos descoordinados

14. El enunciado los músculos tienden a funcionar en grupos más bien, pertenece a

- a) Objetivos de la mecánica corporal
- b) Principios de la mecánica corporal
- c) Equilibrio
- d) Alineación corporal

15. Un movimiento corporal coordinado comprende

- a) Desgaste físico mental
- b) Dolencias físicas a largo plazo
- c) Funcionamiento integrado del sistema musculo esquelético y nervioso.
- d) Funcionamiento integrado solo de las articulaciones

### Anexo 3. Instrumento N° 2

#### GUÍA DE OBSERVACIÓN

I. INTRODUCCIÓN: El presente instrumento tiene como objetivo identificar la aplicación de la mecánica corporal de la enfermera del servicio de emergencia del HNGAI.

II. Datos Generales:

Edad: \_\_\_\_\_ años Sexo: (F) (M) Peso: \_\_\_\_\_ kg Talla: \_\_\_\_\_ cm Tiempo de Servicio: \_\_\_\_\_

III. INSTRUCCIONES:

Marque con un aspa (x) la acción observada

(Si = 2 puntos, No = 1 punto)

N°	Ítems	Si	No
1	Adopta la posición encorvada en forma directa frente al objeto, a fin de reducir al mínimo la flexión dorsal y evita que la columna vertebral gire al levantarlo.		
2	Mantiene derecha la espalda para conservar un centro de gravedad fijo, extendiendo las rodillas, con ayuda de los músculos de pierna y cadera.		
3	Separa los pies más o menos 25 a 30 cm. Y adelantando un poco uno de ellos, para ensanchar la base de sostén		
4	Mantiene erecto el cuello y la barbilla dirigida algo hacia abajo. (Manteniendo la forma de posición militar).		
5	Mantiene el dorso recto.		
6	Mantiene los pies paralelos entre sí y separados unos 15 a 20 centímetros, distribuyendo el peso por igual a ambos miembros inferiores.		
7	Mantiene erecta la mitad superior del cuerpo sin doblarse por la cintura.		



8	Mantiene la espalda erguida y alineada, repartiendo el peso entre las dos tuberosidades isquiáticas		
9	Planta bien los pies sobre el suelo formando un ángulo de 90° con las piernas.		
10	Posee postura erguida flexionando las rodillas.		
11	Mantiene el dorso recto y equilibrado.		
12	Separa ambos pies uno delante del otro equilibrando el peso del cuerpo.		
13	Apoya las manos sobre el objeto y flexiona los codos, Inclínándose sobre él, trasladando el peso del miembro inferior colocando atrás al que está adelante y aplicar presión continua y suave.		
14	Comienza desde la posición de pie correcta. Adelanta una pierna hasta una distancia cómoda, inclinando la pelvis un poco adelante y abajo		
15	Se coloca cerca del objeto, colocando un pie ligeramente adelantado como para caminar.		
	PUNTAJE		

#### **Anexo 4. Consentimiento informado**

Este documento de consentimiento informado tiene información que lo ayudará a decidir si desea participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados, tómese el tiempo necesario y lea con detenimiento la información proporcionada líneas abajo, si a pesar de ello persisten sus dudas, comuníquese con la investigadora al teléfono celular o correo electrónico que figuran en el documento. No debe dar su consentimiento hasta que entienda la información y todas sus dudas hubiesen sido resueltas.

**Título del proyecto:** "Nivel de conocimiento sobre la mecánica corporal y su relación con la aplicación en enfermeras (os) emergencistas de un Hospital Nacional"

**Nombre del investigador principal:** Eva Lizbeth Peralta Pacheco

**Propósito del estudio:** Determinar el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal se relaciona con la aplicación en enfermeras(os) emergencistas de un hospital Nacional.

**Participantes:** Enfermeras (os) emergencistas de un hospital nacional

**Participación voluntaria:** Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

**Beneficios por participar:** Tiene la posibilidad de conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que le puede ser de mucha utilidad en su actividad profesional.

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

**Costo por participar:** Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

**Remuneración por participar:** Ninguna es voluntaria.

**Confidencialidad:** La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

**Renuncia:** Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

**Consultas:** Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a la coordinadora de equipo.

**Contacto con el Comité de Ética:** Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse al presidente del

Comité de Ética de la ..... ubicada en el correo electrónico:  
.....

### **DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO**

Declaro que he leído y comprendido la información proporcionada, se me ofreció la oportunidad de hacer pregunta; y responderlas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente el hecho de responder la encuesta expresa su aceptación de participar voluntariamente en el estudio. En mérito a ello proporciono la información siguiente:

Documento Nacional de Identidad: .....

Correo electrónico personal o institucional: .....

---

Firma