



Universidad
Norbert Wiener

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA EN
CUIDADOS INTENSIVOS**

Trabajo Académico

Estrategias de afrontamiento y estrés laboral del profesional de enfermería en
cuidados intensivos de un hospital público de Lima, 2025

Para optar el Título de
Especialista en Enfermería en Cuidados Intensivos

Presentado por:

Autor: Bohorquez Huaman, Andersson Jaime


Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5034-6822>

Asesor: Dr. Allpas Gómez, Henry Lowell

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4026-4030>

Lima – Perú

2026

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

Yo, Bohorquez Huaman Andersson Jaime, egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académica Profesional de Enfermería, Segunda Especialidad en Enfermería en Unidad de Cuidados Intensivos de la Universidad privada Norbert Wiener, declaro que el trabajo académico **“Estrategias de afrontamiento y estrés laboral del profesional de enfermería en cuidados intensivos de un hospital público de Lima, 2025”**. Asesorado por el docente: Dr. Allpas Gómez Henry Lowell con DNI 41112591, con ORCID: 0000-0002- 4026-4030, tiene un índice de similitud de 12(DOCE)% con código: oid: 14912:561456981, 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)
 Andersson Jaime Bohorquez Huaman
 DNI: 72015275



.....
 Firma del asesor
 Dr. Henry Lowell Allpas Gómez
 DNI: 41112591

Lima, 25 de marzo de 2026

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

Es obligatorio utilizar adecuadamente los filtros y exclusión del turnitin: excluir las citas, la bibliografía y las fuentes que tengan menos de 1% de palabras. EN caso se utilice cualquier otro ajuste o filtros, debe ser debidamente justificado en el siguiente recuadro.

El presente trabajo presenta de similitud 12% según el software de Turnitin, de los cuales el 5% corresponde a datos primarios. Este porcentaje sobrepasa el umbral indicado del 4% sin embargo, se justifica metodológicamente debido a que la presente coincidencia se encuentra en los títulos del esquema del proyecto de investigación, tales como el planteamiento del problema, los objetivos, la hipótesis y otros ejemplos estructurales que, por su naturaleza técnica y académica conlleva a coincidir con trabajos similares por ende presenta ese porcentaje.

Atentamente
 Dr. Henry Lowell Allpas Gómez

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a Dios, sobre todo, por haber permitido que llegue a este momento tan importante de mi vida profesional, darme las fuerzas para superar obstáculos y dificultades. A mi familia por ser el pilar más importante dentro de mi vida, mi carrera y por su apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO

Gracias infinitas a mis padres, por su amor incondicional y su apoyo moral. Su fe en mí, incluso en los momentos más difíciles, ha sido el pilar de este logro. También expreso mi gratitud a mi hermano, quien supo brindarme su tiempo para escucharme y apoyarme, y a mis abuelos, quienes supieron estar cuando más los necesitaba. Sin ustedes, todo esto no habría sido posible. Su amor y sacrificio han sido la luz que guio mi camino a través de este viaje académico.

INDICE

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
ÍNDICE	vii
RESUMEN.....	x
ABSTRACT	xi
1. EL PROBLEMA	12
1.1. Planteamiento del problema.....	12
1.2. Formulación del problema	14
1.2.1. Problema general.....	14
1.2.2. Problemas específicos	14
1.3. Objetivos de la investigación	14
1.3.1. Objetivo general	14
1.3.2. Objetivos específicos.....	14
1.4. Justificación de la investigación	15
1.4.1. Teórica.....	15
1.4.2. Metodológica.....	15
1.4.3. Práctica.....	16
1.5. Delimitaciones de la investigación.....	16
2. MARCO TEÓRICO.....	18
2.1. Antecedentes de la investigación	18

2.2. Bases teóricas.....	22
2.3. Formulación de hipótesis	31
2.3.2. Hipótesis general.....	31
2.3.3. Hipótesis específicas	31
3. METODOLOGÍA	32
3.1. Método de la investigación	32
3.2. Enfoque investigativo	32
3.3. Tipo de investigación.....	32
3.4. Diseño de la investigación	32
3.5. Población, muestra y muestreo	32
3.6. Variables y operacionalización	35
3.7. Técnicas e instrumento de recolección de datos	37
3.7.1. Técnica.....	37
3.7.2. Descripción de instrumentos	37
3.7.3. Validación	38
3.7.4. Confiabilidad.....	39
3.8. Procesamiento y análisis de datos.....	39
3.9. Aspectos éticos	40
4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	42
4.1 Cronograma de actividades.....	42
4.2 Presupuesto	43
5. REFERENCIAS	44

Anexo 1: Matriz de consistencia	53
Anexo 2: Instrumentos	55
Anexo 3: Formato del consentimiento informado	60

RESUMEN

El estrés laboral constituye uno de los principales problemas que afectan al profesional de enfermería, especialmente en las Unidades de Cuidados Intensivos, donde la sobrecarga laboral, la exposición constante al sufrimiento y muerte de los pacientes, la escasez de personal y las demandas emocionales generan un alto impacto en la salud física y mental. Frente a estas exigencias, los profesionales desarrollan diversas estrategias de afrontamiento orientadas al problema, a la emoción o a la evasión, cuya efectividad puede influir directamente en el nivel de estrés experimentado y en la calidad del cuidado brindado.

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería en cuidados intensivos de un hospital público de Lima durante el año 2025. El estudio será de enfoque cuantitativo, de tipo correlacional, diseño no experimental y corte transversal, utilizando como instrumentos el cuestionario Brief COPE-28 para medir estrategias de afrontamiento y la Escala de Estrés de Enfermería (NSS) para evaluar el nivel de estrés laboral. La población estará conformada por 80 licenciadas en enfermería que laboran en la Unidad de Cuidados Intensivos.

Se espera que los resultados permitan identificar la relación existente entre las dimensiones de afrontamiento (centrado en el problema, en la emoción y en la evasión) y los niveles de estrés laboral, contribuyendo al fortalecimiento de programas institucionales orientados a la prevención del estrés, promoción del bienestar emocional y mejora de la calidad del cuidado en el ámbito hospitalario.

Palabras clave: Estrés laboral, estrategias de afrontamiento, enfermería, unidad de cuidados intensivos, salud mental.

ABSTRACT

Work-related stress is one of the main problems affecting nursing professionals, especially in Intensive Care Units, where workload, constant exposure to patient suffering and death, staff shortages, and emotional demands significantly impact physical and mental health. In response to these demands, professionals develop various coping strategies focused on problem-solving, emotional regulation, or avoidance, whose effectiveness may directly influence stress levels and quality of care.

This research aims to determine the relationship between coping strategies and work-related stress among nursing professionals working in the Intensive Care Unit of a public hospital in Lima in 2025. The study will follow a quantitative, correlational, non-experimental, and cross-sectional design. Data will be collected using the Brief COPE-28 questionnaire to assess coping strategies and the Nursing Stress Scale (NSS) to measure occupational stress levels. The study population will consist of 80 registered nurses working in the Intensive Care Unit.

The findings are expected to identify the relationship between coping dimensions (problem-focused, emotion-focused, and avoidance-focused) and levels of occupational stress, contributing to the development of institutional programs aimed at stress prevention, emotional well-being promotion, and improvement of healthcare quality in hospital settings.

Keywords: Occupational stress, coping strategies, nursing, intensive care unit, mental health.

EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Una persona puede reaccionar de diferentes maneras cuando se enfrenta a una situación difícil, tales como ansiedad, estrés, frustración e incluso síntomas clínicos de depresión. Enfrentando esta realidad, la persona activa las distintas maneras de afrontarla con el propósito de manejar la situación que está afectando su vida diaria y que a menudo puede ser positiva o negativa. No todos están listos para lidiar de la mejor manera en situaciones caóticas (1).

Por esta razón, las tácticas de afrontamiento son relevantes, ya que los escenarios incómodos no pueden preverse y pueden ocurrir en cualquier instante; sin embargo, depende de cada persona si está predispuesta a aprender estrategias que le faciliten la gestión adecuada del contexto (2).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el estrés es un momento en que surge preocupación o tensión mental cuando alguien se enfrenta a una situación complicada. Cada individuo experimenta un nivel de estrés en su vida cotidiana, que actúa como respuesta natural ante amenazas u otros estímulos. Sin embargo, la manera en que reaccionan a tales circunstancias es lo que determina el estrés y puede tener un impacto en su bienestar (3).

Estos factores estresantes externos, tales como las relaciones personales, los retos laborales, los problemas de salud o las dificultades económicas, pueden dar lugar a reacciones que causan incomodidad física, mental o emocional. Por ende, el estrés no solo es un problema de la esfera psicológica, sino que también abarca lo físico y lo emocional del individuo (4).

Para los profesionales de enfermería en cuidados intensivos, los factores estresantes son generalmente la elevada exigencia del ambiente, el impacto de los estilos de vida y los patrones de turno. Esto provoca un mayor cansancio, efectos fisiológicos como la variabilidad en la frecuencia cardíaca, un incremento de la ansiedad, una reducción en el rendimiento laboral o una disminución en la satisfacción laboral (5).

Las maneras de afrontar las crisis y gestionar el estrés continúan siendo un desafío importante para la salud mental en Europa. Este problema se evidenció de manera clara en una investigación realizada durante la pandemia de Covid-19, que incluyó a 3,941 enfermeros de Chipre y Grecia. Cerca del 97% de los participantes empleó estrategias positivas, alrededor del 96% adoptó una postura optimista, aproximadamente el 95% se mantuvo al tanto sobre virus y aproximadamente el 90% participó en actividades sanas. Cerca del 76% tiene la expectativa de que el uso de ciertos recursos y la utilización de medios se reduzcan. A pesar de sus esfuerzos, no fue suficiente para prevenir problemas psicológicos severos.

Lo que más preocupa es que aproximadamente el 27% de los encuestados experimentó un impacto psicológico significativo, lo que señala que no estaban adecuadamente preparados para afrontar crisis prolongadas, tanto en su entorno como en su comunidad. Esta circunstancia revela que son deficientes los sistemas de apoyo emocional y que es urgente optimizar las políticas públicas enfocadas en el bienestar emocional de los individuos. El caso de Chipre y Grecia es un reflejo de una tendencia más amplia en Europa, donde la gente ha tenido que afrontar los problemas por su cuenta porque las instituciones no han proporcionado soluciones integrales (6).

En Asia, una investigación de dos hospitales de Jordania reveló que el 66% de 296 enfermeras experimentaban un estrés sumamente alto, lo que sugiere que el estrés es un problema común en las enfermeras que trabajan en unidades con alta presión (7).

Además, una investigación realizada en Palestina descubrió que las enfermeras que laboran en la unidad de cuidados intensivos tienen niveles altos de estrés. Donde señala que los niveles de estrés se ven influenciados de manera importante por las demandas y el ambiente laboral (8).

A su vez, una investigación en Irán señala que las enfermeras de la unidad de cuidados intensivos también experimentan conflictos morales por los retos éticos inherentes a su labor, lo cual podría ocasionarles estrés. Empleando distintas tácticas de afrontamiento, que se pueden dividir entre deseables y no tan deseables. Las cosas que se desean son: la compensación, darse tiempo para consentirse y las menos deseadas: el escape, la indiferencia y ocultar sus sentimientos. La elección de la estrategia a seguir dependerá en

gran medida de la experiencia y el sistema de apoyo del cual disponga la enfermera (9).

En Estados Unidos se ha experimentado, además, un gran agotamiento y estrés. Esto comenzó con la pandemia de Covid-19 y se ha prolongado a causa de las malas condiciones en los hospitales. Según datos recientes, hay una mejora aparente, pues en el año 2023 cerca del 57% de las enfermeras dicen sentirse agotadas, un porcentaje que se aproxima al 81% en 2022. Sin embargo, estos números siguen mostrando que hay una carga emocional alta que afecta la salud mental del personal de enfermería. A pesar de la magnitud y continuidad del problema, las enfermeras no tienen suficientes estrategias para manejar el estrés.

Cerca del 64% de las enfermeras afirmaron en 2023 que su salud mental se vio afectada por el trabajo. Por eso, deben implementar varias acciones para que las enfermeras sean capaces de manejar el estrés y cuidarse a sí mismas; también pueden recibir apoyo de sus amigos y familiares o llevar a cabo actividades espirituales (10).

En un estudio a nivel mundial que la firma de consultoría Voices, junto con la Worldwide Independent Network of Market Research, llevó a cabo y que fue presentado en el Día Internacional de la Salud Mental, examinaron las condiciones de bienestar mental de los habitantes en ciertos países latinoamericanos. Establecieron que Paraguay tiene el porcentaje más alto de individuos con una percepción positiva de su estado emocional, cercano al 95%, y a este país le siguen Brasil, México y Chile, cada uno con un porcentaje aproximado del 87%. Por otro lado, Ecuador está en el extremo con un 69% aproximado, seguido de Perú y Argentina, que rondan el 68% cada uno; todos ellos por debajo del promedio mundial, que es aproximadamente del 78% (11).

Aproximadamente el 49% de los estresores en Chile están vinculados a la carga laboral, ya que se debe realizar tareas que no tienen relación con la enfermería y porque hay poco tiempo para ofrecer apoyo emocional a los pacientes (12).

Para el manejo del estrés que sienten las enfermeras, existen estrategias de afrontamiento. Estas son técnicas conscientes que una persona aplica para controlar y resolver circunstancias complicadas que causan estrés; pueden ser de carácter cognitivo o conductual (13).

Un análisis reveló que los trabajadores de la unidad de cuidados intensivos experimentan un estrés considerable, por lo que utilizan diferentes tácticas como el apoyo entre colegas, la ayuda profesional, la rotación y el anhelo de perfeccionar su formación para manejar los retos emocionales vinculados a su labor (14).

Mientras las tácticas de afrontamiento que utilizan los enfermeros en el hospital de Corrientes, Argentina. Las tácticas que se usaron fueron: desahogo de las emociones, reinterpretación positiva del contexto, negación del problema, enfoque en la resolución del conflicto, apoyo religioso y social. Se descubrió que algunos enfermeros empleaban estas tácticas como reacción al estrés (15).

En Perú, en los años recientes, el estrés ha tenido un efecto importante a nivel nacional. De acuerdo con diversas investigaciones, implementando estrategias de afrontamiento. Así, en una investigación realizada en la UCI de un hospital nacional se evidenció que cerca del 54% de los enfermeros experimentaban altos niveles de estrés, lo cual impactaba su desempeño al brindar atención a pacientes críticos (16).

Un análisis efectuado en Trujillo encontró métodos de afrontamiento enfocados en las emociones y en los problemas entre el personal enfermero de cuidados intensivos: cerca del 69 % empleó estrategias enfocadas en los problemas y cerca del 44 % utilizó tácticas centradas en las emociones. Se descubrió una asociación notable entre estas estrategias. Es difícil entender el estrés en las enfermeras de cuidados intensivos porque a menudo experimentan altos niveles de estrés laboral debido a la naturaleza crítica de su trabajo. Este estrés puede ser producto de diversos motivos, entre ellos los resultados obtenidos por los pacientes, la carga laboral y las exigencias emocionales (17).

En la investigación, aproximadamente el 64% del personal de enfermería manifestó que experimentaba niveles intermedios de estrés, lo que señala que esta es una dificultad frecuente en la profesión de enfermería, particularmente en ambientes de alta presión como las unidades de cuidados intensivos. Por este motivo, emplean estrategias de afrontamiento, las cuales son fundamentales para manejar el estrés de manera efectiva. Resaltaron que cerca del 66% de los enfermeros utilizaban métodos de afrontamiento en niveles intermedios. Estas tácticas pueden abarcar la resolución de problemas, la búsqueda de apoyo social y el ejercicio de métodos para relajarse. La eficacia de estas tácticas puede

tener un impacto importante en la forma en que las enfermeras mantienen su salud mental y gestionan el estrés (18).

A nivel local, tenemos el ejemplo de un hospital nacional en Lima, concretamente en la unidad de cuidados intensivos. Esta institución proporciona atención médica a los ciudadanos y se enfoca en cómo los enfermeros manejan situaciones adversas, ya que están expuestos a altos niveles de estrés por diversas razones, tanto relacionadas con su entorno laboral como con sus emociones. La sobrecarga laboral, que incluye largas jornadas, un número excesivo de pacientes por enfermero y la escasez permanente de personal, así como el estar expuesto constantemente a situaciones difíciles como las emergencias médicas y la muerte.

El hospital, pese a estas circunstancias, no cuenta con programas que sirvan para enfrentar la situación de manera ineficaz, como el aislamiento, dejar de involucrarse emocionalmente o evitar problemas. Esta situación ha provocado un incremento de las señales de fatiga, ansiedad y renunciaciones, así como una disminución en la calidad del cuidado que se proporciona. Esto evidencia que existen numerosos elementos estresantes para los enfermeros, pero no cuentan con el apoyo ni las herramientas necesarias de la institución para manejarlo. Esto amenaza la seguridad de los pacientes y la salud mental de los trabajadores.

Por lo tanto, existen numerosas pruebas empíricas que muestran el alto precio en términos de potencial humano y económico que el estrés consume cada año, especialmente en el ámbito laboral. Por esta razón, este estudio pretende determinar si las tácticas de afrontamiento tienen un impacto en la atención que se les ofrece a los pacientes y si ayudan a lidiar con el estrés que experimentan los enfermeros de la unidad de cuidados intensivos.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería en cuidados intensivos de un hospital público de lima, 2025?

1.2.2. Problemas específicos

- a. ¿Cómo la dimensión “enfocado en el problema de las estrategias de afrontamiento” se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos?
- b. ¿Cómo la dimensión “enfocado en la emoción de las estrategias de afrontamiento” se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos?
- c. ¿Cómo la dimensión “enfocado en la evasión de las estrategias de afrontamiento” se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería en cuidados intensivos de un hospital público de lima, 2025.

1.3.2. Objetivos específicos

- a. Identificar cómo la dimensión enfocada en el problema de las estrategias de afrontamiento se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería en cuidados intensivos.
- b. Identificar cómo la dimensión enfocada en la emoción de las estrategias de afrontamiento se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.
- c. Identificar cómo la dimensión enfocada en la evasión de las estrategias de afrontamiento se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

La base teórica de este estudio se basa en el modelo de adaptación de Calista Roy, quien, en 1970, al desarrollar este modelo, planteó que las respuestas de adaptación humana garantizan la integridad global del ser humano, teniendo en cuenta los aspectos de supervivencia, reproducción, crecimiento y dominancia.

Por tanto, este estudio contribuirá a esta teoría identificando las respuestas de los cuidadores ante situaciones estresantes. Los aportes teóricos serán de utilidad para fortalecer el conocimiento sobre estrés laboral, especialmente para enfermeros que son propensos a desarrollar esta condición clínica debido a su alta carga de trabajo. Además, el estudio aportará conocimiento científico sobre las estrategias de afrontamiento más importantes que utilizan las enfermeras para afrontar situaciones estresantes y seguir brindando una atención cálida y de calidad.

1.4.2. Metodológica

Con carácter general, en todas las etapas de su desarrollo se utilizan los procedimientos metodológicos y técnicos especificados en el manual de investigación de la Universidad con el fin de alcanzar el rigor científico necesario para que la investigación alcance los objetivos planteados, asegurando así su excelencia. En la parte restante, este estudio se realiza mediante el método de deducción hipotética, utilizando un enfoque cuantitativo y aplicado, con el objetivo de obtener resultados fiables y decisivos en cuanto a aplicabilidad metodológica. Consiste en el uso de dos instrumentos de medición que han superado pruebas de validez y confiabilidad para evaluar el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento, que pueden ser utilizados en futuras investigaciones en contextos similares.

1.4.3. Práctica

En un aspecto práctico, el estudio analiza las estrategias de afrontamiento utilizadas por el personal de enfermería ante el estrés laboral. Ayudará a sugerir soluciones y proponer iniciativas para fortalecer las competencias de los profesionales de enfermería que les ayuden a prevenir los efectos del estrés laboral. Es importante no sólo fortalecer las habilidades profesionales del enfermero a nivel técnico profesional, sino también orientar el aprendizaje en términos de autocontrol, manejo del estrés y confianza en uno mismo con base en fundamentos científicos, como los presentados en este estudio. En cuanto al aspecto social, el impacto del estrés profesional va más allá del ámbito laboral, modificando los procesos cognitivos y emocionales de los empleados. Por esta razón, medidas que promuevan tanto el ambiente espiritual como el laboral son fundamentales para fortalecer el nivel de trabajo de enfermería que permita el logro de las metas institucionales, lo que se refleja en calidad y calidez.

1.5. Delimitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

El estudio se realizará desde septiembre hasta diciembre del año 2025.

1.5.2. Espacial

Hospital Ramón Castilla Tipo II ubicado en Jr. Guillermo Dansey 390, Lima 15082, se refiere a la atención de usuarios del centro de Lima y zonas aledañas al centro de Lima. En la estructura orgánica del Hospital Ramona Castilla, una de las estructuras lineales es el Departamento de Enfermería; En su marco operan los servicios del departamento de pediatría, cirugía infantil y reanimación, donde en un equipo interdisciplinario se brinda asistencia a los residentes con diversas patologías.

1.5.3. Población o unidad de análisis

El cosmos estará formado por todo el equipo de enfermería que es 80 licenciadas en enfermería, de la UCI del Hospital Ramon castilla 2025.

2. MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes

Internacionales

Babkair et al. (19) en 2024, en Arabia Saudita, fue "analizar los niveles de estresores laborales y las tácticas de afrontamiento utilizadas por enfermeras que trabajan en unidades de cuidados intensivos". Con una metodología cuantitativa y descriptiva, de diseño transversal, se encontró que el 11.7% de los casos tiene un bajo nivel de estrés, el 87% tiene un nivel moderado y el 1.3% tiene un nivel severo. Para concluir, las enfermeras de la UCI experimentan un nivel moderado de estrés debido, sobre todo, a que trabajan con pacientes críticos y a la escasez de personal. Esto señala que las instituciones requieren programas para gestionar el estrés y brindar apoyo.

Velepucha y colaboradores (20), en el año 2022, llevaron a cabo un estudio en Ecuador con el propósito de "identificar las técnicas de manejo del estrés laboral que emplea el personal de enfermería en la UCI de un hospital de Machala". La investigación aplicada fue de tipo cuantitativa, no experimental y con un enfoque analítico, correlacional, descriptivo y transversal. Los hallazgos revelaron que el 57,34% de los encuestados experimentó agotamiento emocional con frecuencia, el 25,2% reportó despersonalización casi siempre y el 81,75% mostró un alto nivel de realización personal. En lo que respecta a las técnicas de afrontamiento, la revaloración positiva fue la más común, siendo utilizada por el 43% de los participantes con frecuencia y por el 20% con mucha frecuencia, seguida de la solución de problemas, que fue empleada por el 34% con frecuencia y por el 17% con mucha frecuencia. Se llegó a la conclusión de que las técnicas más recurrentes incluyeron la evitación del problema, la revaloración positiva y el enfoque en la solución de problemas, mientras que las que se utilizaron con menor frecuencia fueron la religiosidad, la búsqueda de apoyo social, la auto focalización negativa y la expresión emocional abierta.

Munyanziza et al. (21) en 2021, en Ruanda, se propusieron "analizar los factores de estrés laboral y las estrategias para enfrentarlos entre las enfermeras de unidades de cuidados intensivos en hospitales universitarios". Utilizando un enfoque cuantitativo, transversal y descriptivo, encontraron que el 80% experimentó estrés moderado a alto, siendo los siguientes los principales factores estresantes: Como estrategias de afrontamiento más empleadas: cuidar a pacientes que padecen, fallecen y tienen una

carga laboral alta. Consumen alcohol, buscan el respaldo emocional de sus amigos o compañeros y se confortan con la religión. Para concluir, las enfermeras de la UCI experimentan una gran cantidad de estrés en su trabajo y emplean diversos métodos para gestionarlo. Esto demuestra que es imprescindible que las instituciones pongan en marcha programas para disminuir el estrés y fomentar maneras sanas de afrontarlo.

El propósito de Mahmoud y Abdelrahman (22), en Egipto, en 2021, fue "estudiar la relación entre el nivel de estrés que las enfermeras perciben y los métodos de afrontamiento que emplean en unidades de cuidados intensivos". Utilizando una metodología cuantitativa con un diseño descriptivo-correlacional, los hallazgos fueron que más del 25 % reportaron un nivel de estrés severo y que hay una correlación positiva significativa ($p < 0,05$) entre el uso de tácticas de afrontamiento y el nivel de estrés percibido. Para concluir, las enfermeras emplean diversas estrategias para gestionar el estrés en sus labores. Para que puedan implementar estrategias más efectivas, es fundamental que cuenten con capacitación y respaldo por parte de las instituciones.

En el año 2021, en Sri Lanka, Sutharshan, Nufais, Shrirajanie, Abdul Munaff y Kisokanth (23) tuvieron como propósito "analizar la cantidad de estrés laboral percibido y las tácticas de afrontamiento que empleaban enfermeras de unidades de cuidados intensivos", utilizando una metodología cuantitativa con un diseño descriptivo transversal. Los resultados indicaron que alrededor del 30% experimentó altos niveles de estrés y el 46% niveles moderados; entre las estrategias más comunes se encontraban la actividad religiosa (81%), el pensamiento positivo (96%) y la gestión del tiempo (69%). Para resumir, las enfermeras que laboran en cuidados críticos padecen un alto grado de estrés y generalmente emplean una mezcla de tácticas emocionales para resolver problemas con el fin de gestionarlo. Se recomienda que las organizaciones pongan en marcha programas de soporte para asistir a las enfermeras.

Nacionales

Echevarría y Rojas (24), llevaron a cabo su estudio en Lima en el año 2024. El propósito de la investigación fue "definir la estrategia de enfrentamiento que utilizan los enfermeros para evitar el estrés en la UCI". La metodología utilizada fue de corte transversal, descriptiva y cuantitativa. Los hallazgos mostraron que el 50 % de los encuestados tenía un nivel bajo de afrontamiento, el 27 % uno medio y el 23 % uno alto; lo que indica que la mayoría de los enfermeros emplea estrategias insuficientes para afrontar las dificultades, lo cual sugiere que es crucial optimizar sus recursos personales y los programas de apoyo para asistirles en la gestión del estrés en este momento tan complicado.

Rosales y Vargas (25), en 2023, Trujillo, en su investigación tuvo como meta principal "establecer la relación entre las formas de afrontamiento y el nivel de estrés en el personal de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales del Hospital Belén en Trujillo". Este estudio es de tipo no experimental, cuantitativo y correlacional; los hallazgos indicaron que el estilo de afrontamiento enfocado en el problema y el centrado en la emoción presentó un alto grado porcentual de aproximadamente 69% y 44%, respectivamente. Igualmente, el nivel bajo de estrés fue el más frecuente entre los enfermeros, con un porcentaje cercano al 47%. Concluyeron que existe una relación entre los estilos de afrontamiento, tanto los que se centran en el problema como los que se centran en la emoción, y el nivel de estrés en los enfermeros, siendo significativa, lo que implica que ambas estrategias son extremadamente valiosas para el personal de enfermería.

Delgado y colaboradores (26), en 2021, en Chiclayo, tuvieron el propósito de "analizar la conexión entre el estrés laboral y las tácticas de afrontamiento en enfermeras que trabajan en Cuidados Intensivos de un hospital de EsSalud en Chiclayo". La investigación se realizó mediante un enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional. Los hallazgos indicaron que el 70 % utilizó estrategias de afrontamiento que se ubicaron en niveles medio y alto. En lo relativo al estrés, un 32 % presentó un bajo nivel, un 40 % un nivel medio y un 28 % un nivel alto. Al desglosar por dimensiones, el 76 % mostró un bajo desgaste emocional, el 88 % una baja despersonalización y el 84 % una alta realización personal. Se llegó a la conclusión de que hay una relación inversa y significativa entre las técnicas de afrontamiento y el estrés.

Anacleto y Chanamé (27), en el 2021, en la ciudad de Trujillo, llevaron a cabo una investigación con el propósito de "establecer el grado de estrés laboral y las estrategias que emplean las enfermeras para hacer frente al mismo en la unidad de cuidados intensivos". La metodología fue no experimental, cuantitativa y descriptiva; los hallazgos revelaron que el 45,7% mostró un alto nivel de estrés en el trabajo y el 17,1%, uno bajo. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el 22,9% demostró prácticas adecuadas y el 45,7%, inadecuadas. Se llegó a la conclusión de que hay una relación significativa entre el grado de estrés laboral y las prácticas de afrontamiento. Esto significa que, mientras más malas prácticas de afrontamiento se implementen, más alto será el nivel de estrés en las enfermeras de UCI.

En su investigación de 2021, Hanco (28) tuvo como propósito "identificar la relación entre el grado de estrés y las estrategias para afrontarlo en enfermeras de la unidad de cuidados intensivos pediátricos en Arequipa". Se utilizó un método cuantitativo de tipo transversal, que emplea encuestas con métodos estadísticos descriptivos e inferenciales. Los hallazgos indican que la mitad de los entrevistados experimentaron estrés bajo y la otra mitad, estrés medio. Respecto a las estrategias de afrontamiento, el 20 % mostró un nivel bajo y el 80 % uno regular. Se determinó que los niveles de estrés son muy altos, que las tácticas empleadas no son efectivas y que hay una correlación significativa entre las variables analizadas.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Estrés

La Organización Mundial de la Salud define el fenómeno del estrés como reacciones fisiológicas que preparan colectivamente al cuerpo para la acción (OMS, 2016). Desde este punto de vista, el estrés sería la ansiedad, un estímulo que incita a la acción, una respuesta necesaria para la supervivencia, una respuesta que puede ser acorde a las exigencias ambientales o inadecuada o excesiva. (29)

2.2.2 Dimensiones del estrés

Selye (1976), citado en Martín, F (1999), argumentaron que el desarrollo del estrés ocurre en varias fases, a saber:

Físico: Fisiológicamente, el organismo comprometido se ve alterado por la activación de varias glándulas, especialmente el hipotálamo y la hipófisis, ubicadas en la parte inferior del cerebro, y las glándulas suprarrenales, ubicadas encima de los riñones en la cavidad abdominal. Cuando el cerebro detecta una amenaza o un riesgo, estimula el hipotálamo, que produce "factores liberadores", que son sustancias específicas que también actúan como mensajeros hacia determinadas zonas del cuerpo. **Psicológico:** Si un individuo está expuesto durante mucho tiempo a la amenaza de sustancias físicas, químicas, biológicas o sociales nocivas en el cuerpo, aunque siga adaptándose paulatinamente a dichas exigencias, su capacidad de reacción puede verse reducida debido al cansancio que se produce en las glándulas del estrés. Durante esta fase suele producirse un equilibrio dinámico u homeostasis entre los entornos interno y externo del individuo. **Social:** El deterioro paulatino del organismo ante una situación de estrés de larga duración conduce a un estado de gran deterioro con una importante pérdida de capacidades, por lo que la persona suele someterse a las exigencias, ya que su adaptación e interacción con el entorno se reduce al mínimo. (30)

2.2.3 Tipos de estrés

Según Selye, citado en Oblitas (2010), el estrés se clasifica de la siguiente manera:

Estrés positivo: Esto nos permite disfrutar y adaptarnos a entornos que provocan una respuesta placentera o placentera. (31)

El estrés negativo es cualquier cosa que se haga en contra de los principios o contra uno mismo, lo que reduce la capacidad de adaptación. En la vida de una persona, el estrés negativo domina o existe en mayor porcentaje que el estrés positivo; Esto provoca muchos padecimientos que afectan las tareas diarias que realiza tanto física como mentalmente. Es decir, lo que está sucediendo es el resultado de la alteración del equilibrio natural.

2.2.4 Estrés laboral

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2007), el estrés laboral se define como “la respuesta que un individuo puede tener ante las exigencias y presiones del trabajo que son inconsistentes con sus conocimientos y habilidades, que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación”. (32)

2.2.5 Tipos de estrés laboral

Un profesional que enfrenta una situación estresante intenta desarrollar una o más estrategias de afrontamiento destinadas a eliminar la fuente del estrés. También pueden intentar evitar la experiencia influyendo en la situación estresante, sus deseos e incluso sus expectativas sobre la situación (slipak, 2000). (33)

Estrés laboral episódico: Este tipo de estrés surge de forma repentina, se trata de una circunstancia que no dura mucho, y al finalizar o solucionarse, todos los síntomas asociados desaparecen. Un ejemplo de esta clase de estrés se da cuando alguien es despedido de su empleo. Estrés laboral persistente: El estrés laboral persistente alude a la intensidad y la prolongación del estrés, también conocido como síndrome de fatiga, que se expresa mediante un deterioro progresivo tanto físico como psicológico.

2.2.6 Efectos del estrés laboral sobre la salud

Los estilos de vida actuales son cada día más demandantes, esto lleva al hombre moderno a incrementar notablemente en mucho sus cargas tensionales y esto produce la aparición de diversas patologías (Villalobos, 1999). (34)

2.2.7 Estrés laboral en enfermería

Debido al campo en el que desempeña sus funciones, las enfermeras están expuestas a altos niveles de estrés, considerándola una profesión estresante, con alta incidencia de trastornos mentales relacionados con el estrés, la insatisfacción laboral, el ausentismo y los frecuentes cambios de trabajo o abandono de la profesión. El estrés laboral es una de las principales causas de esta situación, ya que se caracteriza por resolver situaciones críticas y realizar el trabajo de manera efectiva y eficiente, por lo que diversos autores han señalado que esta profesión se asocia a una gran responsabilidad y por ende a presiones, conflictos y cambios continuos (Garza, 2011). (35)

Estrés profesional persistente: El estrés profesional persistente hace alusión a la severidad y duración del estrés a lo largo del tiempo y su repetición, comúnmente identificado como el síndrome de burnout, marcado por un desgaste tanto físico como mental que avanza con el tiempo.

2.2.8 Efectos del estrés laboral sobre la salud

Los estilos de vida actuales son cada día más demandantes, esto lleva al hombre moderno a incrementar notablemente en mucho sus cargas tensionales y esto produce la aparición de diversas patologías (Villalobos, 1999). (36)

2.2.9 Estrés laboral en enfermería

Debido al campo en el que desempeña sus funciones, las enfermeras están expuestas a altos niveles de estrés, considerándola una profesión estresante, con alta incidencia de trastornos mentales relacionados con el estrés, la insatisfacción laboral, el ausentismo y los frecuentes cambios de trabajo o abandono de la profesión. El estrés laboral es una de las principales

causas de esta situación, ya que se caracteriza por resolver situaciones críticas y realizar el trabajo de manera efectiva y eficiente, por lo que diversos autores han señalado que esta profesión se asocia a una gran responsabilidad y por ende a presiones, conflictos y cambios continuos (Garza, 2011). (37)

2.2.10 Estresores laborales en Enfermería

Existen muchos factores de riesgo, también llamados estresores laborales, que han sido identificados como causas de estrés en el personal de enfermería. Por un lado, están los relacionados con la profesión, como la dificultad de ver con los ojos el dolor, el sufrimiento y la muerte de los pacientes, y por otro, los relacionados con la organización del trabajo, como la falta de personal, la sobrecarga de trabajo y los problemas con los compañeros tanto en enfermería como en medicina (Peralta, 2017). (38)

2.3.1 Estrategias de afrontamiento

El afrontamiento es una actividad esencial; Esto nos permite prevenir muchas consecuencias catastróficas a nivel de salud mental, física, social y mental. Un buen afrontamiento conduce a un mayor éxito a nivel personal, interpersonal y profesional (Robles & Peralta, 2010). (39)

Lazarus y Folkman (1997), citados en Felipe y León (2010), sugieren que las tácticas son intentos tanto comportamentales como mentales para manejar las exigencias externas e internas de un estresor específico. Estas actividades abarcan enfoques que se focalizan tanto en los problemas como en sus resoluciones, desglosándose en: autocontrol, distanciamiento, asunción de responsabilidades, evasión, búsqueda de apoyo social, generación de soluciones y reevaluación favorable. (40)

2.3.2 Tipos de Estrategias de Afrontamiento

2.3.2.1 Estrategias orientadas al problema

Sus acciones o maneras de comportarse que se centran en la causa raíz del estrés o ayudan a fortalecer los recursos de apoyo frente al factor estresante. Está basado en el comportamiento del individuo (Chipana, 2017). (41)

2.3.1.1 Estrategias orientadas a la regulación emocional

Se encaminan a generar cambios en la forma de percepción y manejo del estrés, haciendo frente de forma asertiva a los sentimientos negativos. Se emplea este segundo tipo de estrategia cuando se experimenta que el agente estresante perdurará o no se modificará (Kaccallaca, 2017). (42)

2.2.3 Teoría Callista Roy

Este análisis se fundamenta en lo que expuso Callista Roy al introducir su “Modelo de Adaptación” en el año 1970. Esta reconocida enfermera indicó que las reacciones adaptativas humanas aseguran La esencia del ser humano en áreas como existencia, procreación, crecimiento y resolución de problemas. Este esquema resulta ser una herramienta valiosa para entender el papel del profesional de enfermería en la disminución de circunstancias estresantes. Además, esta influyente teórica propone que los individuos poseen mecanismos innatos para tratar con el estrés que se activan de manera automática. Las experiencias y el aprendizaje acumulados juegan un papel importante en las conductas habituales de afrontamiento ante diferentes estímulos que generan estrés (Ann & Así Good, 2014).

A lo largo de su continuo ejercicio como enfermera, Roja desarrolló una comprensión profunda sobre el comportamiento humano y la habilidad de adaptarse a transformaciones biológicas y psicológicas significativas. En su marco teórico, también menciona el concepto de estímulo focal, que se refiere a un estímulo de origen externo o interno que percibe un individuo. Los estímulos que surgen del entorno se llaman “estímulos contextuales”,

mientras que los “estímulos residuales” son aquellos que son particulares a cada persona y que conforman su identidad (Ann & Alligood, 2014).

2.3.4 Dimensiones

Así mismo a mayoría de los estudios sobre afrontamiento como la de (Lazarus y Folkman, 1986) concuerdan en determinar 3 tipos de dimensiones. (43)

2.3.4.1 Enfocado en el Problema

Buscar un significado al suceso (comprenderlo), valorarlo de manera que resulte menos aversivo, o enfrentarlo mentalmente (01. Recepción 02. Reflexión personal 03. Comedia 04. Fuerza de pensamiento 05. Inquietud 06. Reorganización del pensamiento)

2.3.4.2 Enfocado en la Emoción

Enfocarse en sostener la estabilidad emocional, o disminuir la influencia emocional de la situación difícil (07. Hostilidad indirecta 08. Reclusión 09. Redes de apoyo 10. Autodisciplina 11. Liberación emocional 12. Huida/negación 13. Represión).

2.3.4.3 Enfocado en la Evasión

Enfrentar una situación difícil de manera directa, utilizando un método que mejore el resultado, o no actuar de ninguna forma, ni aplicando ninguna de las estrategias mencionadas (14. Afrontamiento directo 15. Prevención 16. Autoafirmación 17. Inacción 18. Organización 19. Procrastinación).

2.3.4 Instrumento de medición de las estrategias de afrontamiento

La NSS está compuesta por 34 elementos que reflejan diversas circunstancias que pueden provocar tensión en el ámbito laboral para los enfermeros en hospitales. Estos elementos se dividen en siete categorías; una de estas se relaciona con el entorno físico (carga laboral), cuatro se refieren al entorno psicológico (fallecimiento y sufrimiento, preparación

inadecuada, falta de respaldo e incertidumbre en el tratamiento) y dos son asociados al contexto social dentro del hospital (conflictos con médicos y dificultades con otros integrantes del personal de enfermería). Para cada elemento, las respuestas posibles son: nunca (0), a veces (1), frecuentemente (2) y muy frecuentemente (3). Al sumar las puntuaciones de cada elemento, se obtiene un índice total que varía entre 0 y 102, donde un puntaje más alto indica un mayor nivel de estresores. Es una escala que se completa de manera autónoma y tarda aproximadamente 10 minutos en ser llenada.

1.6. Formulación de hipótesis

2.3.2. Hipótesis general

Ha: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de Lima, 2025.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de lima, 2025.

2.3.3. Hipótesis específicas

HaE1: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión enfocado en el problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.

HaE2: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión enfocado en la emoción de las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.

HaE3: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión enfocado en la evasión de las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.

METODOLOGÍA

1.7. Método de la investigación

El enfoque de la investigación seguirá el modelo Hipotético – Deductivo, de acuerdo con Gianella, Alicia (2019), quien señala que es un proceso diseñado para abordar las diversas cuestiones que surgen en la ciencia a partir de suposiciones asumidas como correctas, sin contar con garantías sobre su validez. (43)

1.8. Enfoque de la investigación

El estudio se enfocará en un enfoque numérico, tal como lo señala Tamayo, E (2017). Este método implica la comparación de teorías preexistentes basadas en una serie de hipótesis derivadas de ellas. Es indispensable obtener un grupo de muestra que sea representativo del fenómeno o población en estudio, el cual puede ser seleccionado de manera aleatoria o específica. (44)

1.9. Tipo de investigación

Este trabajo de investigación es cuantitativo, correlativo, según lo definen los siguientes autores. Según Coelho (2018), “la investigación cuantitativa es aquella utilizada en el campo de los hechos o de las ciencias naturales cuya metodología se basa en datos medibles. En este sentido, la investigación cuantitativa obtiene datos a través de la observación y medición y utiliza herramientas estadísticas para analizar, contrastar e interpretar los resultados. Su naturaleza es descriptiva en el sentido de que busca identificar las propiedades y características importantes del fenómeno en estudio”. (45)

Mejía (2017) “La investigación correlacional es un tipo de investigación no experimental en la que los investigadores miden dos variables y establecen una relación estadística entre ellas (correlación) sin necesidad de incluir variables extrañas para sacar conclusiones relevantes. Generalmente se supone que los estudios correlacionales deben incluir dos medidas numéricas, como las tasas y los resultados de contar eventos que se repiten. (46)

1.10. Diseño de la investigación

Considerando la definición de Hernández R, en la cual dice que un enfoque cuantitativo es aquel que permite obtener datos en números, utilizando hipótesis y estadísticas para analizarlos y clasificarlos. Este análisis de investigación de nivel básico utiliza datos numéricos, por lo que utiliza un enfoque cuantitativo sin cambiar las variables. La

descripción de la correlación también se hará analizando las situaciones planteadas en las variables Función Familiar y Comportamiento Parental, y finalmente se ubicará en un corte transversal, ya que la información se recolecta en un momento y lugar determinado. (32) La investigación es de nivel básico, porque es una investigación en la que la recolección de datos incluye la consolidación de información de acuerdo a lo investigado, también se estructuran nuevas ideas con base en la recolección de información, mientras que se utiliza el método de hipótesis deductivas, porque las hipótesis incluidas resaltan el fenómeno de la investigación, que es de carácter correlativo, ya que se establece la conexión entre dos variables de análisis. (47)

1.11. Población, muestra y muestreo

La población total del proyecto de investigación, son todos los licenciados en enfermería constituidos en las dos unidades de cuidados intensivos siendo estos 80 profesionales del Hospital Ramón Castilla en el año 2022.

Muestra

La muestra del proyecto de investigación es el total de la población en mención ya que no representa una cantidad considerable de profesionales pudiendo realizarse el estudio en todos ellos.

Muestreo

Este trabajo de investigación no llevó a cabo un muestreo ya que se está tomando en cuenta a toda la población. Así, todos los expertos que formaron parte del proyecto de investigación cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión establecidos.

Criterios de Inclusión

- Enfermeros que quieren involucrarse de forma voluntaria en el estudio de investigación al firmar el consentimiento informado.
- Enfermeros que trabajan en la sección de cuidados críticos.
- Enfermeros con al menos 3 meses de experiencia en el campo de cuidados críticos.

Criterios de Exclusión

- Enfermeros que opta por no unirse de forma voluntaria al estudio y no ratifica el acuerdo de consentimientos.
- Enfermeros que no trabajan en el departamento de cuidados intensivos.
- Enfermeros que carecen de al menos 3 meses de experiencia en el campo de cuidados intensivos.

1.12. Variables y operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICION	ESCALA VALORATIVA
Variable independiente: Estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería de cuidados intensivos.	Las técnicas de manejo están relacionadas con el esfuerzo mental y conductual para abordar las exigencias externas (del entorno y factores estresantes) o internas (emociones) que se consideran situaciones que superan las capacidades de la persona.	Es un grupo de acciones mentales y de comportamiento que se emplean para lidiar con situaciones que generan estrés.	Enfocado en el problema	Afrontamiento Activo Planeamiento Aceptación Apoyo emocional Religión Humor Auto distracción Negación Desconexión emocional	ORDINAL	Aplica = 0 – 8 puntos No aplica = 9 – 16 puntos Aplica = 0 – 23 puntos No aplica = 24 – 56 puntos Aplica = 0 – 20 puntos No aplica = 21 – 40 puntos

<p>Variable dependiente:</p> <p>Estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.</p>	<p>El estrés en el trabajo se define como un grupo de reacciones negativas, tanto físicas como emocionales, que ocurren cuando las exigencias del empleo sobrepasan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador.</p>	<p>Las respuestas negativas que surgen a causa de las demandas laborales en los profesionales de la salud en la Unidad de Cuidados Intensivos de un hospital de lima serán evaluadas mediante la aplicación de la NURSING STRESS</p>	<p>FISICO</p> <hr/> <p>PSICOLOGICO</p> <hr/> <p>SOCIAL</p>	<p>Carga de trabajo</p> <p>Muerte</p> <p>sufrimiento</p> <p>Preparación</p> <p>insuficiente</p> <p>Falta de apoyo</p> <p>Incertidumbre</p> <p>Problemas</p>	<p>ORDINAL</p>	<p>Excesiva: Puntaje de 69-102</p> <p>Mediano: Puntaje de 35 - 68</p> <p>Escaso: Puntaje de 00 - 34</p>
--	---	--	--	---	----------------	---

1.13. Técnicas e instrumento de recolección de datos

1.13.1. Técnica

Para llevar a cabo la investigación, se optó por el método de encuesta, el cual puede entenderse como una herramienta y como un proceso. En su faceta de herramienta, facilita la recopilación de datos a través de preguntas dirigidas al participante, buscando obtener la información precisa para su posterior análisis. Proporcione el texto que desea transformar.

1.14.2. Descripción de instrumentos

El cuestionario será la herramienta principal para llevar a cabo la encuesta, permitiendo así evaluar con precisión los diferentes aspectos que se pretenden analizar.

Cuestionario para determinar las estrategias de afrontamiento ante el estrés

Cuestionario abreviado de COPE-28

Carver presenta una versión resumida del COPE anterior, utilizada en estudios sobre salud. Este es el Brief COPE, que incluye 28 ítems y 14 subescalas, cada una con dos ítems. Las preguntas se formulan en relación a las acciones y reacciones de las personas en una escala ordinal de cuatro opciones (de 0 a 3), que van desde "nunca hago esto" hasta "siempre hago esto"; se considera adecuado para la investigación, pues ofrece una medida concisa de enfrentamiento que examina diversas respuestas relevantes para un manejo efectivo o ineficaz.

(48)

Cuestionario para determinar el Estrés Laboral “La Escala de Estrés de Enfermería - NSS”

El instrumento NSS, concebido originalmente por Pamela Gray-Toft, fue adaptado y corroborado en su versión en español por Mas y Escriba Vicenta allá por el año 2000. Dicho cuestionario evalúa la asiduidad con la que se manifiestan los agentes estresantes en el día a día del personal de enfermería en su puesto de trabajo. Se integra por 34 ítems que se organizan en diversas secciones: - 14 ítems vinculados a aspectos físicos: que aluden al volumen de trabajo. - 13 ítems sobre aspectos psicológicos: ligados a la muerte y al padecimiento, escasa capacitación, ausencia de apoyo e incertidumbre en el tratamiento. - 7 ítems de aspectos sociales: que tratan desavenencias con facultativos y problemas con otros integrantes del equipo de enfermería.

1.13.2. Validez

El "Short COPE" de Carver, que se publicó en 1997, comprende 28 elementos organizados en una escala de tipo Likert con cuatro puntos (del 0 al 3) que varían desde "nunca hago eso" hasta "siempre hago eso". Más tarde, Morán, Landero y González llevaron a cabo un estudio en España en 2010 para evaluar la validez del "COPE Corto", creando una versión en español sin realizar modificaciones en los ítems ni en la puntuación. La investigación incluyó a 260 participantes de entre 21 y 61 años y se constató una correlación positiva y significativa entre los ítems de cada subescala. Se determinó que la solidez de los resultados no era del todo clara.

La herramienta "Estrés en enfermería", que examina los elementos que causan tensión en el ámbito laboral de la enfermería, se compone de 34 factores. Para lograr una adaptación cultural de la herramienta, se optó por un proceso de traducción, y la confirmación de su validez se realizó con un grupo de 201 enfermeras de un hospital público en Valencia. Para establecer la validez de constructo, se vinculó la herramienta con dos cuestionarios diferentes: la Encuesta General de Salud Goldberg, en su edición de 28 preguntas, y la Encuesta de Salud SF-36, que abarca 7 aspectos distintos.

1.13.3. Confiabilidad

El propósito de esta investigación será evaluar los índices de confiabilidad de la versión en español del cuestionario BCI, que se utiliza para medir las estrategias de afrontamiento en mujeres con cáncer de mama. Los datos que respaldan el análisis de confiabilidad provienen de 28 ítems tipo Likert, que son parte del instrumento BCI aplicado a 140 mujeres diagnosticadas con cáncer de mama. A continuación, se detallan los resultados del análisis de confiabilidad del cuestionario BCI, que incluye 28 ítems organizados en dos áreas: afrontamiento activo y afrontamiento pasivo. Para realizar este análisis, se calculó el índice de consistencia interna mediante el alfa de Cronbach, tanto para el BCI en su totalidad como para cada una de sus áreas. Los hallazgos muestran que el índice, indica la solidez interna del cuestionario completo es satisfactoria, mostrando un valor de 0,698, cifra similar a la hallada en la versión original en inglés, donde se han comunicado valores que oscilan entre 0,60 y 0,90, y esto se observa en cada una de las preguntas del cuestionario.

Escala “Nursing Stress” (Escala de estrés en atención para enfermeras y enfermeros). La versión adaptada al español cuenta con 34 ítems, omitiendo el primer ítem de la versión original (N1: fallos en el sistema informático) e incorporando Se introdujo un elemento inédito (E1: repetidas pausas laborales). Al comparar los resultados del test inicial con los de quince días después, no se hallaron cambios relevantes a nivel estadístico. El alfa de Cronbach para toda la escala alcanza un valor de 0,92.

1.13.4. Plan de procesamiento y análisis de datos

Después de reunir toda la información, será introducida en SPSS 29. 0; con esta herramienta se generarán gráficos y tablas estadísticas dependiendo del tipo de variables. El análisis de datos será de tipo inferencial, ya que el objetivo de la estadística es identificar las conexiones entre diferentes variables. La evaluación de hipótesis se llevará a cabo utilizando la prueba Chi Cuadrado, dado que es un método no paramétrico apropiado para analizar la relación entre un par de variables.

1.13.5. Aspectos éticos

Para concluir con la investigación, se solicitará a los involucrados que lean con atención el documento de consentimiento, señalando que se garantizará la privacidad y el derecho a abandonar el estudio en cualquier momento. La estructura de la investigación tomará en consideración los fundamentos de la bioética, que incluyen la beneficencia (facilitará la creación de estrategias de mejora futura), la no maleficencia (sin peligro para los participantes), un sistema justo implica que todos sean tratados de manera equitativa, sin importar quiénes sean. La libertad individual se manifiesta cuando uno elige participar por su propia voluntad. La honestidad requiere que los resultados se presenten tal como son, sin modificaciones. La confianza se construye al asegurar que los datos representen fielmente lo que realmente ocurre.

4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

ACTIVIDADES	SETIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE			
INICIO	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
REDACCION DEL TITULO																
PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA																
OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION																
JUSTIFICACION																
DESARROLLO																
ELABORACION DE MARCO TEORICO																
INSTRUMENTOS																
VALIDEZ Y CONFIABILIDAD																
RECOLECCION DE DATOS																
ANALISIS DE DATOS																
ENTREGA DEL TRABAJO FINAL																
PRESENTACION DEL PROYECTO																

4.1 PRESUPUESTO

AUTOFINANCIAMIENTO				
TRANSPORTE	UNIDAD	20	5.00	100.00
COPIAS	UNIDAD	120	0.20	24.00
COMIDAS	UNIDAD	20	10.00	200.00
TOTAL PARCIAL				324.00
MONTO TOTAL				648.00

5. REFERENCIAS

1. Menawi W, Meri S, Hanani A. The Impact of COVID-19 on Nurses' Feelings, Stress, Coping, and Motivation in Palestinian Treatment Centers of Corona. *An-Najah University Journal for Research* [Internet]. 2025; 39(4): 255–262. [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.35552/0247.39.4.2456>
2. Zheng J, Zhou J, Zheng X, Peng Q, Tang W. A qualitative study on the experiences and coping strategies of nursing interns facing bullying in nursing education. *Nurse Educ Today* [Internet]. 2025; 146(1): 106538. [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2024.106538>
3. Organización Mundial de la Salud. Estrés [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud [Internet]; 2023. [Consultado el 9 de marzo de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
4. Vũ T, Phạm Q, Lê T, Lê T. Đánh giá tình trạng stress của điều dưỡng, hộ sinh bệnh viện đa khoa thống nhất năm [Internet], 2023. *Journal of community medicine*. 2024; 1(65): 1–9. [Consultado el 9 de marzo de 2025]. Disponible en: doi: 10.52163/yhc.v65icd1.969
5. Rubio A, Sierra T, Rubio A. Integrating heart rate variability and psychometric assessments to evaluate stress and burnout in ICU nursing staff: A pilot study [Internet]. 2024. [Consultado el 9 de marzo de 2025]. Disponible en: doi: 10.1101/2024.09.05.24313119
6. Kleanthous E, Evangelou E, Georgiadou A, Galanis P, Andreadaki E, Tzavara C, Kaitelidou D, Kallergis G. Stress and coping strategies in the general population of Greece and Cyprus in response to the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study *Pubmed* [Internet]. 2023; 7(1):100306. [Consultado el 9 de marzo de 2025]. Disponible en: Doi: 10.1016/j.ejtd.2022.100306
7. Almuhe D. Internet-Based and Mobile-App-Based Mental Health Interventions among

- Adults: A Best Evidence Synthesis of Rigorous Randomized Controlled Trials. Researchgate [Internet]. 2024. [Consultado el 21 de marzo de 2025]. Disponible en: doi: 10.2196/preprints.67953
8. Alali M. Stress and work engagement among nurses in intensive care units: Palestinian perspective. Emerald insight [Internet]. 2024; 28(3): 234–242. [Consultado el 21 de marzo de 2025]. Disponible en doi: 10.1108/WWOP-03-2024-0013
 9. Acuña M, Fernández L, Gaitán M, Pereira I, Medina Ó. Estrategias de afrontamiento centradas en las emociones de enfermeros de un hospital de Corrientes en el año 2022. [Internet]. 2022. [Consultado el 9 de abril de 2025]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/358456789_Estrategias_de_afrontamiento_centradas_en_las_emociones_de_enfermeros_de_un_hospital_de_Corrientes_en_el_ano_2022
 10. Gaines K. Survey Results and Insights. Nurse.org [Internet]. 2024. [Consultado el 9 de abril de 2025]. Disponible en: <https://nurse.org/articles/state-of-nursing-2024/>
 11. Infobae. Argentina y Perú son los países con más altos niveles de estrés de la región, según un informe global [Internet]. 2023. [Consultado el 10 de mayo 2025]. Disponible en: <https://www.infobae.com/salud/2023/10/11/argentina-y-peru-son-los-paises-conmas-altos-niveles-de-estres-de-la-region-segun-un-informe-global/>
 12. Molina P, Muñoz M, Schlegel G. Estrés laboral del profesional de enfermería en unidades críticas. Med Secur Trab [Internet]. 2019; 65(256): 177–185. [Consultado el 10 de mayo 2025]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0465-546X2019000300177
 13. Prameswari A, Suarni W, Pambudhi Y. Stress coping strategy pada mahasiswa yang

- bekerja. *Jurnal Sublimapsi* [Internet]. 2023; 4(2): 180–188. [Consultado el 10 de mayo 2025]. Disponible en: doi: 10.36709/sublimapsi.v4i2.27714
14. Dennis D, Van P, Knott C, Khanna R. Mitigating emotional responses to stressors: Coping strategies, modifiers and support. *Australas Psychiatry* [Internet]. 2021; 29(6): 679–683. [Consultado el 10 de mayo 2025]. Disponible en: doi: 10.1177/10398562211047211
15. Esmaeili M, Navidhamidi M, Varasteh S. Coping strategies of intensive care unit nurses reducing moral distress: A content analysis study. *Nurs Ethics* [Internet]. 2024; 31(2): 234–245. [Consultado el 14 de mayo 2025]. Disponible en: doi: 10.1177/09697330241246089.
16. Morales D. Estrés laboral y desempeño del profesional de enfermería de UCI del Hospital Nacional Dos de Mayo, 2021 [Internet]. Lima: Universidad César Vallejo; 2021 [Consultado 14 de mayo de 2025]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/74361/Morales_RDYSD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
17. Velasquez M, Vargas N. Coping strategies and stress level of nurses in the Neonatology Intensive Care Unit. *Sciéndo* [Internet]. 2023; 26(3): 243–248. [Consultado 14 de mayo de 2025]. Disponible en: doi: 10.17268/sciendo.2023.034
18. Ortiz, O. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el servicio de hospitalización de una clínica privada, Lima – Perú. *Ciencia Latina* [Internet]. 2023; 7(2): 3879–3895. [Consultado 14 de mayo de 2025] Disponible en: doi: 10.37811/cl_rcm.v7i2.5616
19. Babkair L, Alaamri M, Tunsi A, Alhofaian A, Alsulami N, Hakami MY, Alshehri N,

- Alsulami W. Stress level and coping strategies among intensive care nurses: A crosssectional study. *Educ Health Promot.* [Internet] 2024;13(1):435-446. [Consultado 14 de mayo de 2025]. Disponible en https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_2136_23
20. Velepucha C, Garcia E, Torres D. Estrategias de afrontamiento al estrés laboral utilizadas por profesionales de enfermería. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar* [Internet]. 2024 ;8(4): 311-329. [Consultado 14 de mayo de 2025]. Disponible en: [doi:10.37811/cl_rcm.v8i4.12186](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12186).
21. Munyanziza T, Bhengu B, Cishahayo E, Uwase A. Workplace stressors and coping strategies of intensive care unit nurses at University Teaching Hospitals, in Rwanda. *Rwanda J Med Health Sci.* [Internet]. 2021;4(1):53–71. [Consultado el 18 de mayo de 2025]. Disponible en: [doi:10.4314/rjmhs.v4i1.5](https://doi.org/10.4314/rjmhs.v4i1.5)
22. Mahmoud A, Abdelrahman S. Association between perceived stress and coping strategies among nurses in intensive care units. *Egypt J Health Care.* [Internet]. 2021;12(2):329-344. [Consultado el 18 de mayo de 2025] Disponible en: [doi:10.21608/ejhc.2021.178927](https://doi.org/10.21608/ejhc.2021.178927).
23. Sutharshan N, Nufais M, Shirajanie N, Abdul M, Kisokanth G. Perceived work-related stress and coping strategies among critical care nurses: A preliminary study from Sri Lanka. *Int J Occup Saf Health.* [Internet] 2021;11(2):95-99. [Consultado el 18 de mayo de 2025] Disponible en: <https://doi.org/10.3126/ijosh.v11i2.36139>
24. Echevarría B, Rojas C. Estrategia de afrontamiento de los profesionales de Enfermería para prevenir el estrés en el área de Unidad de Cuidados Intensivos, hospital público de Lima, 2024 [tesis de licenciatura en Enfermería]. Lima: Universidad Peruana Unión; 2024. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/items/b7c046a3-06ee-4b04->

9b9afc99fe28084c

25. Rosales M, Vargas N. Estrategias de afrontamiento y nivel de estrés de las enfermeras en la Unidad de Cuidados Intensivos de Neonatología. *Sciéndo* [Internet]. 2023; 26(3): 243–248. [Consultado el 19 de mayo de 2025]. Disponible en: <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/SCIENDO/article/view/5380>
26. Delgado N, Morales L, Muro T. Relación entre nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de Cuidados Intensivos de un hospital de EsSalud de Chiclayo [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad; 2021. Disponible en: <https://revistas2.unprg.edu.pe/ojs/index.php/RFE/article/download/475/219/>
27. Anacleto P, Chanamé S. Estrés laboral y práctica de estrategias de afrontamiento en enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos de los Hospitales Nivel III de Trujillo, 2021 [Tesis de licenciatura]. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego; 2021. Disponible en: <https://repositorio.upao.edu.pe/item/e9abca3b-7941-4a9e-86f6-91c5a7ddaef>
28. Hanco R. Relación entre nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en enfermeras de cuidados intensivos pediátricos del Hospital Nacional Carlos Alberto Segúin Escobedo. Arequipa, 2021. [Tesis para optar el grado de especialista en cuidado enfermero en paciente crítico con mención a pediatría]. Arequipa: Universidad Católica Santa María; 2021 [Consultado el 20 de mayo de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/11459/F6.0668.SE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
29. Organización Mundial de la Salud, (2007). Estrés laboral es una carga para los individuos, los trabajadores y las sociedades.
30. Slipak, O. Psicología del trabajo para las relaciones laborales. Enciclopedia de medicina

- y enfermería. España; 2000. Disponible en:
<http://ri.ufg.edu.sv/jspui/bitstream/11592/8273/3/158.72-F825fCAPITULO%20II.pdf>.
31. Villalobos, G. (1999). Perú. Efectos del Estrés Laboral sobre la Organización.
 32. Garza, R. (2011). Nivel de estrés de las enfermeras que laboran en el área de hospitalización. *Desarrollo Científico Enfermería*; 19(1). Disponible en: <http://www.index-f.com/dce/19pdf/19-015.pdf>.
 33. Peralta, R. (2017). "Recopilación bibliográfica investigación científica". Universidad Nacional de San Agustín. 1ra edición. Perú. SOS Solución Digital.
 34. Robles, H. & Peralta, M. (2010). Programa para el control del estrés. España: Pirámide.
 35. Felipe, E. & León, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10 (2), 245-257.
 36. Chipana, M. (2017). Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de un Hospital del MINSA de Chanchamayo, 2016. Tesis de grado. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.
 37. Kaccallaca, M. (2017). Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2016. Tesis de grado. Universidad Nacional del Altiplano, Puno.
 38. Ann, T. & Alligood, M. (2014). Modelos y teorías en enfermería. 8va ed. España: Elsevier.
 39. Lazarus, R. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca, p. 43- 46.
 40. Guillermin F, Bombardier C, Beaton D. Cross-cultural adaptation of health-related quality of life measures: literature review and proposed guidelines. *J Clin Epidemiol* 1993; 46.
 41. Labiano, L. (2002). Afrontamiento del estrés. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 11(2), 105-112.

42. Laria, J. (2003). Estrés en los profesionales de enfermería [Stress in the professional infirmery] *Enfermería Clínica*, 5(1), 15-25.
43. Lazarus, R.(1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca, p. 43- 46.
44. López, J. (2002). Validación de la Escala de estrés de enfermería (NSS) de Gray – Toft y Anderson. Universidad de la Laguna Departamento de Psicología Cognitiva, Social y Organizacional.
45. Martínez, J. (2004). *Estrés Laboral: Guía para empresarios y empleados*. Madrid: Pearson Educación S.A.
46. Mas, R y Cols. (2009). Estresores Laborales percibidos por el personal de enfermería hospitalario un estudio cualitativo. Disponible en: http://www.archivosdeprevencion.com/view_document.php?tpd=2&i=1 012
47. Mendes, D. (1997). Percepción de las condiciones laborales de enfermeras de unidades de cuidados intensivos. *Temas de Enfermería Actualizados*, 23, 20-26.
48. Mikulic, I. (2008). Adaptación y validación del inventario de respuestas de afrontamiento de moos (CRI-A) para adultos.

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño Metodológico
<p>¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de lima, 2025?</p>	<p>Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de lima, 2025.</p>	<p>Ha: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de Lima, 2025.</p> <p>Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de lima, 2025.</p>	<p>Variable independiente:</p> <p>Estrategias de afrontamiento del profesional de enfermería de cuidados intensivos</p> <p>Dimensiones</p> <p>Enfocado en el Problema</p> <p>Enfocado en la emoción</p> <p>Enfocado en la evasión</p>	<p>Tipo de investigación</p> <p>Hipotético</p> <p>Deductivo</p>

<p>¿Cómo la dimensión “enfocado en el problema de las estrategias de afrontamiento” se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos?</p>	<p>Identificar cómo la dimensión enfocada en el problema de las estrategias de afrontamiento se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.</p>	<p>HaE1: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión enfocada en el problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.</p>	<p>Variable dependiente: Estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos</p>	<p>Método de investigación: Cuantitativo</p>
<p>¿Cómo la dimensión “enfocado en la emoción de las estrategias de afrontamiento” se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos?</p>	<p>Identificar cómo la dimensión enfocada en la emoción de las estrategias de afrontamiento se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.</p>	<p>HaE2: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión enfocada en la emoción de las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.</p>	<p>Dimensiones Físico Psicológico Social</p>	<p>Diseño de investigación: Correlacional no experimental</p>
<p>¿Cómo la dimensión “enfocado en la evasión de las estrategias de afrontamiento” se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos?</p>	<p>Identificar cómo la dimensión enfocada en la evasión de las estrategias de afrontamiento se relaciona con el estrés laboral del profesional de enfermería.</p>	<p>HaE3: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión enfocada en la evasión de las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos.</p>		

Anexo 2

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La presente ficha tiene como finalidad recopilar información necesaria para el estudio titulado: “Estrategias de afrontamiento y estrés laboral del profesional en enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de Lima, 2025”. La información recolectada será confidencial y utilizada únicamente con fines académicos.

I. DATOS GENERALES

Edad: _____

Sexo: _____

Condición laboral: _____

Años de experiencia en UCI: _____

II. CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO (Brief COPE-28)

Instrucciones: Lea cada afirmación y marque con una (X) la opción que mejor describa con qué frecuencia realiza cada acción ante una situación estresante.

PREGUNTA	0	1	2	3
	EN ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
Expreso mis sentimientos negativos				
Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme superarlo				
Renuncio al intento de hacer frente al problema.				
Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
Me echo la culpa de lo que ha sucedido.				
Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen				
Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer				
Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy				

Acepto la realidad de lo que ha sucedido				
Recurro al trabajo o a otras actividades para apartarlas cosas de mi mente				
Me digo a mí mismo "esto no es real"				
Intento proponer una estrategia sobre qué hacer				
Hago bromas sobre ello				
Me critico a mí mismo.				
Consigo apoyo emocional de otros				
Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
Renuncio para intentar ocuparme de ello.				
Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				
Me niego a creer que haya sucedido.				
Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.				
Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor				
Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
Me río de la situación.				
Rezo o medito.				
Aprendo a vivir con ello.				
Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión				

LEYENDA:

LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO CENTRADO EN EL PROBLEMA	LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO CENTRADO EN LA EMOCIÓN	LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO CENTRADO EN LA EVITACIÓN DEL PROBLEMA
Afrontamiento activo: 1 y 24 Planificación: 6 y 18	Apoyo emocional: 9 y 27 Apoyo instrumental: 2 y 22 Reinterpretación positiva: 7 y 20 Aceptación: 8 y 17 Religión: 3 y 14.	Desconexión conductual: 13 y 23 Desahogo: 4 y 16 Uso de sustancias: 10 y 21 Humor: 12 y 26 Autodistracción: 5 y 19 Negación: 15 y 28 Autoinculpación: 11 y 25.
Aplica = 0 – 8 puntos No aplica = 9 – 16 puntos	Aplica = 0 – 23 puntos No aplica = 24 – 56 puntos	Aplica = 0 – 20 puntos No aplica = 21 – 40 puntos

III. CUESTIONARIO DE ESCALA DE ESTRÉS LABORAL (Nursing Stress Scale - NSS)

Instrucciones: Marque con una (X) la frecuencia con que experimenta cada una de las siguientes situaciones en su trabajo.

ÍTEMS	NUNCA	ALGUNA VEZ	FRECUENTE	MUY FRECUENTE
	0	1	2	3
AMBIENTE FISICO				
Carga de Trabajo				
1. No tener ocasión para compartir experiencias y sentimientos con otros compañeros (enfermeras/os y/o auxiliares de enfermería) del servicio.				
2. Pasar temporalmente a otros servicios por falta de personal.				
3. Realizar demasiadas tareas que no son de enfermería.				
4. No tener tiempo suficiente para dar apoyo emocional al paciente				
5. No tener tiempo suficiente para realizar todas mis tareas de				

enfermería.				
6. Falta de personal para cubrir adecuadamente el servicio.				
AMBIENTE PSICOLÓGICO				
Muerte y sufrimiento				
7. Realización de cuidados de enfermería que resultan dolorosos a los pacientes.				
8. Escuchar o hablar con un paciente sobre su muerte cercana.				
9. La muerte de un paciente				
10. Muerte de un paciente con quien he llegado a tener una relación estrecha.				
11. Ver a un paciente sufrir.				
Preparación insuficiente				
12. Miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería de un paciente.				
13. Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente a la familia del				

paciente.				
14. No disponer de una contestación satisfactoria a una pregunta hecha por un paciente.				
15. Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente al paciente				
16. No saber que se debe decir al paciente o a su familia sobre su estado clínico y tratamiento.				
17. No saber bien el manejo y funcionamiento de un equipo especializado.				

ÍTEMS	NUNCA	ALGUNA VEZ	FRECUENTEMENTE	MUY FRECUENTEMENTE
	0	1	2	3
Falta de apoyo				
18. Interrupciones frecuentes en la realización de sus tareas.				

19.No tener ocasión para expresar a otros compañeros del servicio mis sentimientos negativos hacia los pacientes. (Ej. Pacientes conflictivos, hostilidad, etc.)				
20. Personal y turno imprevisible				
Incertidumbre en el tratamiento				
21.Sentirse impotente en el caso de un paciente que no mejora.				
22. Estar en desacuerdo con el tratamiento de un paciente.				
23. Recibir información insuficiente del médico acerca del estado clínico de un paciente				
24. Tomar una decisión sobre un paciente cuando el médico no está disponible				
AMBIENTE SOCIAL				

Problemas con los médicos				
25. Recibir críticas de un médico				
26. Problemas con uno o varios médicos				
27. El médico no está presente cuando un paciente se está muriendo.				

28. El médico prescribe un tratamiento que parece inapropiado para el paciente				
29. El médico no está presente en una urgencia médica				
Problemas con otros miembros del equipo de enfermería				
30. Problemas con un supervisor				
31. No tener ocasión para hablar abiertamente con otros compañeros sobre problemas en el servicio.				
32. Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros de otros servicios.				
33. Recibir críticas de un supervisor.				
34. Dificultad para trabajar con uno varios compañeros del servicio.				

EVALUACION GLOBAL : Escala Ordinal		
EXCESIVO		Puntaje 69 - 102
MEDIANO		Puntaje 35 - 68
ESCASO		Puntaje 00 - 34
AMBIENTE FÍSICO		
EXCESIVO		Puntaje de 13 - 18
MEDIANO		Puntaje de 07 - 12
ESCASO		Puntaje de 00 - 06
AMBIENTE PSICOLÓGICO		
EXCESIVO		Puntaje de 35 - 54
MEDIANO		Puntaje de 19 - 34

ESCASO		Puntaje de 00 - 18
AMBIENTE SOCIAL		
EXCESIVO		Puntaje de 21 - 30
MEDIANO		Puntaje de 11 - 20
ESCASO		Puntaje de 00 - 10

Anexo 3:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Instituciones: Universidad Privada Norbert Wiener

Investigador: Andersson Jaime Bohorquez Huaman

Título: “Estrategias de afrontamiento y estrés laboral del profesional en enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de Lima, 2025”.

Propósito del estudio

Lo invitamos a participar de este estudio desarrollado por el investigador Andersson Jaime Bohorquez Huaman de la Universidad Privada Norbert Wiener. El objetivo de este estudio es “Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral del profesional de enfermería de cuidados intensivos de un hospital público de lima, 2025”.

Procedimientos

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

- Leer detenidamente todo el documento y firmarlo.
- Participar voluntariamente en el estudio.
- Responder todas las preguntas formuladas en la encuesta.

La entrevista/encuesta puede demorar entre 10 a 15 minutos. Los resultados de la/los cuestionarios se le entregarán a usted en forma individual o almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato.

Riesgos

Su participación en el estudio no supone riesgo para los profesionales de enfermería que participen en el estudio, es completamente voluntaria y puede retirarse cuando lo decida.

Beneficios

Usted se beneficiará con conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual) que le puede ser de mucha utilidad en su actividad profesional y para mejorar aún más su estilo de vida como consecuencia de un mejor manejo del estrés laboral.

Costo e incentivos

La participación no tiene ningún costo.

Confidencialidad

Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de Usted. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Derecho del paciente

Si usted se siente incómodo durante el llenado del cuestionario, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud y/o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con la investigadora al número _____ y/o al Comité que validó el presente estudio, _____, presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, telf. 924569790. E-mail comité.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.

NOMBRE:

DNI:




12% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 11%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 7%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 11% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 7% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	5%
2	Internet	repositorio.unsa.edu.pe	<1%
3	Internet	1library.co	<1%
4	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2025-02-11	<1%
5	Internet	hdl.handle.net	<1%
6	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2023-03-17	<1%
7	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2025-07-23	<1%
8	Internet	repositorio.upeu.edu.pe	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Andina del Cusco on 2026-02-23	<1%
10	Internet	www.slideshare.net	<1%
11	Trabajos entregados	Submitted on 1692322718166	<1%