



Universidad
Norbert Wiener

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

Trabajo Académico

Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras
intensivistas de un hospital público de Lima, 2025

Para optar el Título de
Especialista en Enfermería en Cuidados Intensivos

Presentado por:

Autora: Boza Sullca Natali


Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-6077-5258>

Asesora: Mg. Peña Guerrero, Leslie Elizabeth

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7611-8158>

Lima – Perú

2026

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

Yo, **BOZA SULLCA NATALI**, con numero ORCID: <http://orcid.org/0009-0009-6077-5258>

Egresada(o) de la Facultad de Ciencias de la Salud, Programa Académico de Enfermería, Especialidad en Cuidados intensivos de la Universidad Privada Norbert Wiener; declaro que el trabajo académico titulado **“CONOCIMIENTO Y APLICACIÓN DE LA MECÁNICA CORPORAL DE LAS ENFERMERAS INTENSIVISTAS DE UN HOSPITAL PÚBLICO DE LIMA, 2025”**

Asesorado por el Docente PEÑA GUERRERO LESLIE ELIZABETH, DNI 40625205, ORCID0000-0002-7611-8158, tiene un índice de similitud de **19 (DIECINUEVE) %** con **oid: 14912:546980335** 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)
NATALI BOZA SULLCA
 DNI N°. 45277155



.....
 Firma del Asesor
PEÑA GUERRERO, LESLIE ELIZABETH
 DNI N° 40625205

Lima, 17 de enero del 2026

DEDICATORIA.

A mis padres Honorato y Zarela.

Gracias por su inmenso amor.

AGRADECIMIENTO.

A mis maestros de la segunda especialidad en enfermería y de manera especial mi asesora por todo su apoyo para la elaboración de este trabajo de investigación.

JURADO:

Presidente : DRa. Giovanna Elizabeth Reyes Quiroz
Secretario : Mg. Rosa Maria Pretell Aguilar
Vocal : Dr. Rodolfo Amado Arévalo Marcos

INDICE

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema.....	10
1.2. Formulación del problema	12
1.2.1 Problema General.....	13
1.2.2 Problemas Específicos	12
1.3. Objetivos de la investigación	13
1.3.1 Objetivo general.....	13
1.3.2 Objetivos específicos	13
1.4. Justificación de la investigación.....	14
1.4.1. Teórica	14
1.4.2. Metodológica	14
1.4.3. Práctica.....	15
1.5. Delimitantes de la investigación	15
1.5.1 Temporal	15
1.5.2 Espacial.....	15
1.5.3 Población o unidad de análisis	15

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes	18
2.2. Bases teóricas.....	21
2.3. Formulación de hipótesis	27
2.3.1 Hipótesis general.....	27
2.3.2 Hipótesis específicas.....	28

3. METODOLOGÍA

3.1 Método de la investigación	29
3.2 Enfoque de la investigación	29
3.3. Tipo de investigación.....	29
3.4. Diseño de la investigación	29
3.5. Población, muestra y muestreo	30

3.5.1. Población.....	30
3.5.2. Muestra.....	30
3.5.3. Muestreo.....	30
3.6. Variables y operacionalización	31
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	33
3.7.1. Técnica.....	33
3.7.2. Descripción de instrumentos	33
3.7.3. Validación	34
3.7.4. Confiabilidad.....	34
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	35
3.9. Aspectos éticos.....	35
4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	
4.1. Cronograma de actividades	37
4.2. Presupuesto	38
5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
ANEXOS	
Anexo 1. Matriz de concistencia.....	46
Anexo 2. Instrumentos.....	47
Anexo 3. Formato de consentimiento informado.....	50
Anexo 4. Informe del asesor de turnitin.....	52

Resumen

Este trabajo de investigación tiene por objetivo: “determinar la relación que existe entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas”, metodológicamente tiene un enfoque cuantitativo, método hipotético deductivo, diseño observacional, tipo descriptivo correlacional de corte transversal; la población censal está constituido de 60 enfermeras intensivistas del hospital maría auxiliador. Los instrumentos a utilizarse son el cuestionario y la guía de observación de la mecánica corporal con puntuaciones de 0,8 por el coeficiente de confiabilidad Kuder Richardson y de 0,7 por Alfa de Cronbach respectivamente; los datos obtenidos se procesarán mediante el Software estadístico IBM SPSS versión 26, y determinaremos la relación que existente entre las variables pro medio de la prueba no paramétrica Rho de Spearman.

Palabras clave: “Conocimiento”, “aplicación”, “mecánica corporal”, “enfermero intensivista”

Abstract

This research aims to determine the relationship between knowledge and application of body mechanics among intensive care nurses. Methodologically, it uses a quantitative approach, a hypothetical-deductive method, an observational design, and a descriptive correlational cross-sectional approach. The census population consists of 60 intensive care nurses from the María Auxiliador Hospital. The instruments used are the questionnaire and the body mechanics observation guide, with scores of 0.8 for the Kuder-Richardson reliability coefficient and 0.7 for Cronbach's alpha, respectively. The data obtained will be processed using IBM SPSS version 26 statistical software, and the relationship between the variables will be determined by means of the nonparametric Spearman's Rho test.

Keywords: "Knowledge," "application," "body mechanics," "intensive care nurse"

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema:

Los enfermeros están expuestos a lesiones músculo esqueléticos por la labor que desempeñan, estos problemas se han convertido hoy en día un problema de salud pública. (1).

En una publicación hecha por el portal de información médica y sanitaria menciona que, de acuerdo al reporte del Sindicato de Enfermeros y Fisioterapeutas de España del año 2021, 8 de cada 10 enfermeros presenta problemas musculo esqueléticos debido la realización y mantenimiento de posturas forzadas (2).

En Hunan China se realizó un estudio en 20 hospitales, en donde se obtuvo que el 97% de los enfermeros encuestados de un total de 702 el 97% sufrieron molestias músculo esqueléticos relacionados al trabajo el año anterior, de los cuales el 80% presentó dolor lumbar, 78% dolor de cuello y el 70% dolor de hombro (3).

Con el objetivo de sistematizar información sobre si los enfermeros intensivistas cumplen las medidas de mecánica corporal durante los años 2013-2023”, en México se revisaron 26 artículos, donde concluyen mencionando que los enfermeros desarrollan una mecánica corporal inadecuada a causa del desconocimiento, sobrecarga laboral y poco personal, estos conllevan a una mala postura, levantamiento de exceso de peso y movimientos repetidos (4).

Así mismo en otra investigación hecha en hospitales jordanos los autores concluyen: “Las enfermeras que trabajaban en hospitales jordanos tenían un buen conocimiento de la mecánica corporal, pero una práctica regular. Un mayor nivel de conocimiento y práctica se correlacionó con una menor experiencia de dolor de espalda inespecífico (5).

En un trabajo realizado en Ecuador se tuvo como resultado “El 70% de enfermeros no aplican la mecánica corporal (6).

En Lambayeque, se hizo una investigación en donde concluyen que los enfermeros del hospital aplican la mecánica corporal inadecuadamente (7).

La sobre carga de los músculos y el esfuerzo cognitivo hecho por los enfermeros durante el cumplimiento de sus labores trae consigo molestias ergonómicas que influyen en el rendimiento laboral (8).

Cuando el personal de enfermería tiene riesgo ergonómico tiende a reducir su nivel de desempeño laboral, realizan las tareas asignadas en mayor tiempo y con menor calidad, tienden a ser menos eficientes y tienden a tener un comportamiento desfavorable (9).

El ausentismo laboral en enfermeros desestabiliza la planificación de los recursos humanos, ocasiona preocupación y estrés en los jefes responsables de

organizar el personal, genera disgustos en el personal por la reubicación y una atención insegura de baja calidad y poco humanizada (10).

Si bien es cierto que a la fecha no se cuenta con datos estadísticos oficiales sobre la incidencia y prevalencia de los problemas ergonómicos en los enfermeros intensivistas del mencionado nosocomio, observamos a diario que muchos de ellos refieren dolencias osteomusculares producto de la atención a los pacientes, estas dolencias muchas veces causan ausentismo laboral ya sea por descansos médicos o faltas inesperadas incrementando la carga laboral en el personal de turno; además a la fecha no se reportan investigaciones referentes a mecánica corporal de los enfermeros intensivistas realizados en esta institución, por lo que es pertinente el desarrollo de este trabajo. Los resultados a obtenerse contribuirán para la toma de medidas al respecto y mejorar la calidad de vida y de atención del enfermero.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cómo se relaciona el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas de un hospital público de Lima, 2025?

1.2.2. Problema específico

1. ¿Cómo se relaciona el conocimiento en su dimensión concepto, usos, objetivos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas?

2. ¿Cómo se relaciona el conocimiento en su dimensión elementos y la aplicación de la mecánica corporal en las enfermeras intensivistas?
3. ¿Cómo se relaciona el conocimiento en su dimensión principios, normas y la aplicación de la mecánica corporal en las enfermeras intensivistas?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.

1.3.2. Objetivo específico

1. Identificar la relación que existe entre el conocimiento en su dimensión concepto, usos, objetivos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.
2. Identificar la relación que existe entre el conocimiento en su dimensión elementos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.
3. Identificar la relación que existe entre el conocimiento en su dimensión principios, normas y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

Este trabajo llenará un vacío del conocimiento teórico, ya que a la fecha no se reportan investigaciones sobre este tema en el servicio de cuidados intensivos del hospital María auxiliadora, así mismo servirá de referencia para la realización de otros estudios.

Con la presente se fomentan las teorías de enfermería de Dorotea Orem donde el autocuidado y la toma de conciencia son los pilares para la salud; así mismo se promociona la teoría de Pender en donde el conocimiento y la percepción influyen en la obtención de conductas de vida saludable.

1.4.2. Metodológica

Se empleará el método hipotético deductivo porque partiremos de una hipótesis que formulamos y llegamos a una conclusión y predicción por deducción lógica, el enfoque cuantitativo nos dará una perspectiva metodológica para abordar el problema de manera objetiva, el tipo de investigación aplicada permitirá que los resultados a obtenerse servirán para mejorar la aplicación de la mecánica corporal de los enfermeros intensivistas, los instrumentos que utilizaremos tienen una validez y confiabilidad alta, ello garantizará una recolección objetiva de los datos, que posteriormente serán procesados estadísticamente y obtener resultados fehacientes.

1.4.3. Práctica

La relevancia práctica se halla ya que a partir de los resultados obtenidos de este trabajo en coordinación con las autoridades del servicio y el hospital se formularán alternativas para la mejorar la mecánica corporal, reducir los riesgos de problemas ergonómicos en los enfermeros intensivistas, y con ello se mejorará su calidad de vida, reducirá el ausentismo laboral, en consecuencia se reducirá la sobrecarga laboral de los enfermeros programados por turno y mejorando así la productividad y la calidad de la atención a los pacientes.

1.5.Delimitación de la investigación

1.5.1. Temporal

Será de octubre a diciembre del 2025.

1.5.2. Espacial

Servicio de Cuidados intensivos del hospital María Auxiliadora, Lima

1.5.3. Población o unidad de análisis

Lo constituirán 60 enfermeras intensivistas del hospital María Auxiliadora, Lima.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Hernández (11) 2025 en El Salvador, tuvo como objetivo: “Caracterizar los riesgos musculoesqueléticos del profesional de enfermería en la incorrecta aplicación de la mecánica corporal en la unidad de cuidados intensivos”, en ello metodológicamente se hizo una revisión sistemática de 270 artículos científicos relacionados al tema publicados en los últimos 10 años. Finiquitaron que los enfermeros en su gran mayoría tienen el conocimiento de mecánica corporal, pero que no lo aplican por la sobrecarga laboral y la premura del tiempo, y que ello conlleva a la aparición de problemas músculo en este grupo de profesionales.

Mamani (12) 2021, en Bolivia, objetivo “determinar el conocimiento de la mecánica corporal durante la movilización de pacientes por los enfermeros de la unidad de terapia intensiva adultos del hospital de la mujer”, estudio cuantitativo, descriptivo, prospectivo, transversal. En este trabajo de aplicó un cuestionario para determinar las competencias cognitivas a 14 enfermeros, dando como resultado que el 50% de los enfermeros conocen los elementos y principios de la mecánica corporal, el otro 50% tienen conocimiento regular, el 86% no han recibido capacitación, concluyeron que la mitad de los enfermeros conocen los elementos y principios de la mecánica corporal.

Álvarez (13) el año 2021 en Guatemala, menciona como objetivo “identificar los conocimientos y aplicación de la mecánica corporal durante el traslado y la movilización de pacientes por los enfermeros del servicio de cuidados intensivos de un hospital público”, investigación cuantitativa, correlacional de corte transversal; muestra conformada por 48 enfermeros, a ellos se les aplicó el cuestionario y una guía de observación. Resultados: el 58% de las personas encuestadas no conocen los pasos para movilizar al paciente, lo que aumenta los riesgos de problemas osteomusculares, el 14 % de los encuestados han recibido capacitación sobre traslado y movilización del paciente, el 70 % refiere que es importante conocer y aplicar la mecánica corporal para reducir los riesgos ergonómicos. Concluyeron que los enfermeros desconocen los pasos importantes de la aplicación de la mecánica corporal, lo que aumenta el riesgo laboral.

Patiño (14) 2020 en Ecuador, tiene como objetivo “determinar la relación entre la aplicación de la mecánica corporal y los problemas ergonómicos de los enfermeros del hospital de Azogues, 2020”, es un estudio descriptivo, correlacional, transversal; población censal conformada por 73 personas entre enfermeras y auxiliares, se les aplicó el cuestionario y la guía de observación; resultados, el 80% recibieron capacitación sobre la manipulación de cargas, el 94% permanecen de pie por mucho tiempo, el 84%, la prevalencia de enfermedades musculo esqueléticas es del 15%. Finiquitaron

que no hay relación entre la aplicación y el conocimiento de la mecánica corporal.

Claleo (15) el año 2020 en Argentina. Plantea como objetivo “averiguar el conocimiento y observar la aplicación de los principios de mecánica corporal, que refieren los enfermeros de cuidados intensivos adultos del hospital Castro Rendón”, el tipo de estudio es cuantitativo, observacional, transversal; la muestra está constituida por 33 enfermeros intensivistas a los que se les aplicó un cuestionario y una ficha de observación, los resultados obtenidos refiere que el 85% de los enfermeros tienen conocimiento adecuado sobre mecánica corporal, y un 55% de los enfermeros aplican correctamente los principios de mecánica corporal. finalizaron que la mayoría de los enfermeros evaluados conocen la mecánica corporal pero solo la mitad aplica estos conocimientos.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Gutiérrez (16) el año 2023 en Trujillo. cuyo objetivo fue “determinar cómo se relaciona el conocimiento con la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras de la unidad de cuidados intensivos del Hospital Belén de Trujillo, 2023”, estudio descriptivo, correlacional, transversal; la muestra conformada 30 enfermeros; los instrumentos que utilizó son el cuestionario y la ficha de observación; los resultados son que el 100% de los encuestados su nivel de conocimiento de mecánica corporal es alto, de los cuales el 67%

lo aplican adecuadamente y el 33% incorrectamente; concluyeron que no hay relación entre las variables de estudio.

Trelles (17) 2020 en Lima. su investigación tuvo como objetivo: “establecer la relación del nivel de conocimiento de mecánica corporal con la aparición de problemas músculo esqueléticos en los enfermeros de cuidados intensivos de un hospital nacional de Lima 2022”, investigación cuantitativa, descriptivo, correlacional, transversal; los instrumentos que se utilizaron en este estudio son dos cuestionarios, uno para evaluar el nivel de conocimiento y el otro para ver la presencia de trastornos músculo esqueléticos, la muestra estuvo conformada por 40 enfermeros; los resultados fueron: el 32 % tiene nivel de conocimiento alto, el 32% nivel medio y el 18% nivel bajo, por otra parte el 77% practica adecuadamente la mecánica corporal. Finiquitaron que existe relación entre las variables de estudio.

Acosta y Huamán (18) el 2021, Cajamarca, objetivo: “precisar cuál es la relación existente entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal durante la labor de las enfermeras”, estudio descriptivo correlacional, prospectivo; se aplicó el cuestionario y una guía de observación a 24 enfermeros, los resultados fueron: el 88% su conocimiento de mecánica corporal es alto, del 12% bajo, y el 92% practica incorrectamente, y solo un 8% de manera correcta. Finiquitaron que no hay relación entre estas variables de estudio.

Yovera (19) el 2024, en La Libertad, su objetivo es “mencionar la relación del conocimiento con la práctica de mecánica corporal en enfermeros del hospital Belén de Lambayeque, 2024”, estudio cuantitativo, descriptivo correlacional, transversal, muestra conformada por 83 enfermeros a quienes se les aplicó un cuestionario, los resultados obtenidos fueron: el 64% de los enfermeros tienen nivel de conocimiento bajo, 36% nivel medio; el 62% tiene práctica inadecuada y un 38% una práctica adecuada. Finiquitaron que existe relación entre las dos variables de estudio.

Quinte (20) el 2023 en Piura, su objetivo fue “determinar la relación entre el conocimiento y aplicación de mecánica corporal de las enfermeras del servicio de hospitalización del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes de Paita”; estudio cuantitativo, descriptivo correlacional, transversal, muestra conformada por 89 enfermeros a los cuales se le aplicó el cuestionario y una guía de observación, obteniéndose como resultado que el 26% tiene conocimiento alto, 60% tiene un conocimiento medio, y 13% nivel bajo; en cuanto a la aplicación el 33% aplica adecuadamente, el 17% deficiente, concluyeron que ambas variables tienen relación.

2.2. Bases teóricas

Conocimiento de mecánica corporal.

Conocimiento

Es el entendimiento consciente y racional sobre un tema en particular (21).

No es absoluto, es modificable, reflexivo, de acuerdo al tiempo y la realidad (22).

Tipos de conocimiento

1. Ordinario u empírico

Lo adquirimos a lo largo de nuestras vidas por medio de la experiencia, la percepción, sensorial; se expresa de manera espontánea. (23).

- 2. Formal o científico** Es producto de la investigación, se obtiene al realizar un estudio riguroso metódico y racional, es verificable y puede ser falible, se expresa mediante códigos de lenguaje por diferentes medios. (24).

Dimensiones de la variable conocimiento de mecánica corporal

a. Concepto, objetivo y uso

La mecánica corporal consiste en utilizar de manera eficaz, segura y coordina el sistema músculo esquelético con el objetivo de reducir los riesgos de lesiones ergonómicas cuerpo humano. Por lo que su uso es imprescindible durante la realización de nuestras labores (25).

b. Elementos

1. Postura (alineación del cuerpo)

Es la posición del cuerpo con relación a un eje durante la realización de una actividad, una adecuada postura permite el equilibrio y la estabilidad, así como evita sobre esfuerzos del sistema músculo esquelético. (26).

2. Equilibrio

Es cuando el cuerpo mantiene una posición estable por una compensación de fuerzas opuestas, estas fuerzas se anulan mutuamente para así lograr la estabilidad (27).

3. Movimiento coordinado del cuerpo:

Resulta de la función integrada de los sistemas locomotor, que está conformado por los músculos, huesos, tendones, ligamentos y el sistema nervioso central para la ejecución de movimientos voluntarios, y coordinados (28).

c. Principios y normas de la mecánica corporal

Principios generales

- Cuando se realiza una acción en base a la gravedad, los movimientos son fáciles y seguros.
- Los músculos en una posición normal siempre deben de estar ligeramente contraídos.

- Para movilizar un determinado cuerpo siempre depende de centro de gravedad y su soporte.
- El agacharse flexionando las rodillas permite mantener abajo nuestro centro de gravedad, ello mantiene mejora nuestro equilibrio.
- El mantener los pies separados proporciona una base más extensa por tanto mejora el equilibrio y facilita el trabajo (29).

Normas de la mecánica corporal:

- Primero e debe preparar el lugar donde se trabajará.
- Antes de movilizar al paciente debemos colocarlo en posición adecuada.
- debe haber separación de los pies para lograr el equilibrio adecuado.
- Debemos doblar las piernas y erguir la espalda para levantar los objetos del suelo.
- Debemos estar lo más próximo posible al objeto o cuerpo para levantarlo.
- Al deslizar los objetos pesados en vez de levantarlos, esto reducirá el esfuerzo.
- Aprovechar el peso de nuestro cuerpo para empujar, esto felicitará el nuestro trabajo.

- Al realizar un esfuerzo físico se debe conservar la alineación correcta del cuerpo.
- Se debe pedir ayuda para movilizar o trasladar al paciente, así evitaremos riesgos (30).

Teoría de Dorotea Orem

Según esta teoría el individuo debe tener conciencia de su propia salud para cuidarlo y mantenerlo, toda vez que el hombre es un ser racional, pensante que puede distinguir peligros físicos, químicos, biológicos que pueden afectar su salud. En el que hacer del enfermero, este está expuesto a ciertos riesgos por lo que de acuerdo a su experiencia y conocimiento debe de fomentar y desarrollar actividades y estrategias para su autocuidado (31)

Aplicación de la técnica de mecánica corporal

Definición.

Aplicación es poner en práctica un conocimiento adquirido. Cuando una persona pone en práctica sus conocimientos de, como hacer uso de manera adecuada los sistemas músculos esqueléticos y nervioso para producir movimiento y mantener el equilibrio con la finalidad de reducir el sobre esfuerzo y posibles lesiones osteomusculares (32).

Dimensiones

a. Levantar objetos correctamente:

- Al acercar la cintura hacia el objeto evitamos sobre esfuerzos de los músculos de la espalda.
- Para mantener fijo nuestro centro de gravedad es importante que la espalda se mantenga recta.
- Es importante adoptar una posición encorvada, esta posición disminuye el arqueamiento del cuerpo al momento de levantar los objetos.
- Para incorporarnos debemos extender las rodillas haciendo uso de los músculos de las piernas y caderas.
- Pedir ayuda a los compañeros de trabajo si consideramos que lo que vamos a hacer requiere mucha fuerza, saber de nuestras limitaciones (33).

b. Pararse correctamente:

- Para reducir la presión en las articulaciones al pararnos se debe separar los pies uno del otro de 15 a 20 centímetros.
- Para pararse el cuello debe estar recto con el mentón ligeramente inclinado.
- Se debe conservar el dorso erguido (34)

c. Sentarse correctamente:

- Para repartir las cargas equitativamente sobre la pelvis se debe mantener la espalda recta y alineada.

- Ambos pies deben estar firmes en el piso, la espalda debe estar en contacto con el respaldo de la silla, el cuello recto con la cabeza en ligera hiperextensión.
- Las manos deben descansar sobre los muslos (35)

d. Trasladar objetos correctamente:

- Separar los pies uno del otro es importante para tener una mayor base de sostén
- Para impulsarnos lo haremos con los músculos de las piernas y los glúteos, de esta manera distribuiremos las cargas equitativamente en las piernas y los brazos.
- Para mantener el dorso recto y en equilibrio las rodillas deben estar ligeramente flexionadas y con la espalda y el cuello recto (36).

e. Transportar al paciente:

- La ubicación debe ser lo más cercano al paciente, coger el dispositivo de transporte lo más cercano posible de nosotros,
- Nuestros pies deben estar uno delante del otro, las manos deben de agarrar firmemente el dispositivo de transporte inclinamos la el cuerpo hacia adelante para transportar para adelante e inclinamos hacia atrás para jalar, se debe coordinar en todo momento con los otros participantes del transporte (37).

Teoría de Nola Pender

Este modelo de enfermería se centra en la promoción de la salud, esta teoría busca fomentar prácticas y conductas saludables en las personas, entre estas conductas se menciona a la alimentación saludable, actividad física y deporte, sano esparcimiento, y la prevención y control de riesgos. Dentro del campo de enfermería existen innumerables condiciones que ponen en riesgo la salud de los enfermeros, podemos citar a la inadecuada práctica de la mecánica corporal que causa problemas osteomusculares afectando la salud y la calidad de vida. Contrario actitudes que conlleven a una buena práctica de esta previenen las dolencias y la enfermedad (38).

Pender considera al hombre como un ser holístico, un todo indivisible e integral, que bajo la convivencia de conductas saludables obtiene la salud y el bienestar. (39).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas de un hospital público de Lima, 2025.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas de un hospital público de Lima, 2025.

2.3.2. Hipótesis específicas

HiE1. Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento en su dimensión concepto, usos, objetivos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.

HiE2. Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento en su dimensión elementos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.

HiE3. Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento en su dimensión principios, normas y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.

3. METODOLOGÍA

3.1. Metodología de la investigación

Se empleará el método hipotético deductivo, parte de una hipótesis que formulamos y llegamos a una conclusión y predicción por deducción lógica (40).

3.2. Enfoque de la investigación

Enfoque cuantitativo, ya que los datos recolectados son objetivos, tienen una medición numérica, y para la obtención de los resultados estos datos se procesarán y analizarán por pruebas estadísticas (41).

3.3. Tipo de investigación

Es aplicada, porque los resultados servirán para mejorar la aplicación de la mecánica corporal, reducir los riesgos de problemas musculoesqueléticos de los enfermeros intensivistas (42)

3.4. Diseño de investigación

Observacional. Porque simplemente observamos y registramos los datos, no interferimos ni manipulamos las variables de estudio (43).

Es descriptivo. Porque para dar respuesta a nuestra pregunta de estudio vamos a tener que describir la relación de nuestras variables de estudio, el cuestionario y la ficha de observación son los métodos más comunes en la recolección de datos en este tipo de investigaciones (44).

Es correlacional. Correlacionamos las variables conocimiento y aplicación, sin manipularlas (45).

Es transversal. Porque no es un estudio experimental y recogeremos los datos en un único momento para cada variable (46).

3.5. Población, muestra y muestreo

Conformada por 60 enfermeras intensivistas. Ya que la población censal es pequeña, se trabajará con todos los enfermeros intensivistas, además de ello el espacio y el tiempo de aplicación de los instrumentos es accesible.

Criterios de inclusión:

- Enfermeros intensivistas que realicen labor asistencial.
- Enfermeros intensivistas que deseen participar voluntariamente.

Criterios de exclusión:

- Enfermeros que se hallen de licencia o vacaciones durante la pesquisa.
- Enfermeros que no desean participar en la pesquisa.

3.6. Variables y operacionalización

Variable 1: Conocimiento de la mecánica corporal

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Es la noción o el saber que se tiene del funcionamiento adecuado del sistema musculoesquelético conjuntamente con el sistema nervioso. (47).	Se utilizará el cuestionario validado por Gómez y Macedo el 2018, evalúan las 3 dimensiones, se asigna 2 puntos por respuesta correcta y 0 por incorrecta (48)	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto, objetivo y usos. • Elementos. • Principios y normas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Definiciones • Usos y objetivos. • Postura. • Equilibrio. • Coordinación • Principios • Pautas • Normas 	Ordinal	Conocimiento: <ul style="list-style-type: none"> • Alto: de 20 a 30 puntos. • Medio: de 10 a 19 puntos. • Bajo: de 0 a 9 puntos.

Variable 2: Aplicación de la mecánica corporal.

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Es la utilización óptima del sistema músculo esquelético, para producir movimiento y mantener el equilibrio (49).	Se utilizará la guía de observación validada por Frontano y Rodriguez el 2015, evalúa 5 dimensiones con 15 items, de la mecánica corporal, se asigna 1 punto por item correcto y 0 por item incorrecto (50).	<ul style="list-style-type: none"> • Levantar correctamente objetos • Pararse correctamente. • Sentarse correctamente. • Trasladar correctamente objetos. • Transportar a los pacientes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Equilibrio, alineación del cuerpo, coordinación. • Equilibrio, alineación del cuerpo, coordinación. • Equilibrio alineación del cuerpo, coordinación. • Equilibrio, alineación del cuerpo, coordinación. • Equilibrio, alineación corporal, coordinación. 	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> • Correcto: de 11 a 15 puntos. • Incorrecto: de 0 a 10 puntos.

3.7. Técnica e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

Para la variable conocimiento se empleará la técnica de la encuesta, cuyo instrumento es el cuestionario, y para la variable aplicación se empleará la guía de observación.

3.7.2. Descripción de instrumentos

Instrumento 1:

El cuestionario hecho por Gómez y Macedo (48) 2018, tiene 15 preguntas cerradas con 4 alternativas de respuesta, es tas preguntas provienen de las 3 dimensiones del conocimiento de mecánica corporal; para la puntuación se dará puntuación de 2 por cada respuesta correcta y 0 por respuesta incorrecta. Para categorizar el conocimiento utilizaremos la siguiente escala de puntuación:

De 20 a 30 puntos: Alto

De 10 a 19 puntos: Medio

De 0 a 9 puntos: Bajo

Instrumento 2:

Utilizaremos la guía de observación que fue validada por Frontano y Rodriguez (50) 2015, tiene, 15 items, provenientes de las 5 dimensiones: de la aplicación de la mecánica corporal (3 items para cada dimensión), este instrumento se aplicará de manera personal e inopinada en momentos en que

el enfermero esté parado, sentado, levante objetos, movilice y transporte a los pacientes, para la puntuación se le asignará 1 punto por cada ítem realizado y 0 en caso de no hacerlo; Para categorizar esta variable se utilizará la siguiente escala:

Aplica la mecánica corporal de manera correcta 11 a 15 puntos

Aplica la mecánica corporal de manera incorrecta 0 a 10 puntos

3.7.3. Validación

Instrumento 1

La validación de contenido se realizó por juicio de expertos (48)

Instrumento 2:

Se validó por juicio de expertos (50).

3.7.4. Confiabilidad

Instrumento 1:

Fue por de Kuder Richardson, obtuvo 0,9 de puntaje, determinando que es altamente confiable (48)

Instrumento 2:

Fue por la prueba estadística de alfa de Cronbach donde obtuvo un puntaje de 0.76 determinándolo como aceptable (50).

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos.

Previa a la recolección de datos se obtendrá un permiso y la autorización de las oficinas de investigación y capacitación, departamento de enfermería y jefatura del servicio de cuidados intensivos, y para ello se harán las gestiones y coordinaciones correspondientes.

Se acudirá al hospital al momento de la salida de cada turno, luego de la información y el otorgamiento del consentimiento informado se le entregará el cuestionario a cada uno de los participantes para ser contestado en un lapso de tiempo de 25 minutos; para aplicar de la ficha de observación se hará de manera inopinada durante la realización de un procedimiento en donde se aplique la mecánica corporal por parte del enfermero.

Los datos obtenidos serán procesados por el software IBM SPSS versión 26; para determinar la relación existente entre las variables emplearemos la prueba no paramétrica de Rho Sparman.

3.9. Aspectos éticos

Estará sujeto al tratado de Belmont, que se sustenta en principios éticos y aspectos promordiales para la protección de los seres humanos (51).

Este tratado explica principios fundamentales para la realización de investigación, y ellos son:

- **El respeto:** Protege la autonomía, es decir las personas deciden libremente si desean o no participar en la investigación luego de ser informados ampliamente sobre los objetivos y los posibles riesgos del estudio (52).
- **La beneficencia:** el estudio debe buscar el beneficio de las personas en común, evitar los riesgos de la investigación (53).
- **Justicia:** los riesgos y beneficios del estudio deben ser distribuidos en todos los participantes, se debe evitar exponer o someter a grupos vulnerables. Los participantes en el presente estudio serán conocedores de los objetivos y los posibles riesgos del estudio, además se les proporcionará el consentimiento informado (54).

4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1. Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	Meses / año 2025										
	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Determinación del tema a investigar	■										
Clasificación y revisión de literatura	■										
Realización del planteamiento del problema		■									
Realización del problema		■									
formulación de objetivos		■									
Formulación de la justificación		■									
Formulación de las limitantes		■									
Realización del marco teórico			■								
Formulación de hipótesis: general y específicos				■							
realización de la metodología				■							
Realización de la población, muestra y muestreo				■							
Realización de la operacionalización de las variables					■						
Formulación de la técnica, instrumento de recolección de datos.					■						
Realización de aspectos éticos						■					
Realización de aspectos administrativos: cronograma y presupuesto						■					
realización de referencias bibliográficas, según normas de Vancouver y anexos							■				
Presentación y revisión del proyecto								■			
Aceptación del proyecto									■		
Sustentación del proyecto										■	
Realización del informa											■

LEYENDA: Actividad cumplida ■ Actividad por cumplir ■

4.2. Presupuesto

N°	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNITARIO S/.	IMPORTE S/.	TOTAL S/.
1	Papel bond A4	01 millar	45.00	45.00	45.00
2	Lapiceros	50	1.00	50.00	50.00
3	Impresión	100	0.20	20.00	20.00
4	Memoria USB	01	15.00	15.00	15.00
5	fotocopias	100	0.10	10.00	10.00
6	Servicio de Internet	01	100.00	100.00	100.00
7	Laptop	01	2.500	2.500	2,500.00
8	transporte	100 pasajes	2.00	200.00	200.00
9	imprevistos				300.00
	TOTAL				3240.00

5. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Cabanilla E. Riesgos ergonómicos del personal de enfermería [Internet]. 2020. 2(2), 12. [consultado el 29 de setiembre del 2025]. Disponible en Disponible en: <https://unijipa.edu.br/wp-content/uploads/>
2. Infosalus. Mecánica corporal. [Internet] [15 de agosto del 2025]. Disponible en <https://www.infosalus.com/actualidad/noticia-cada-10-enfermeros-presentan-sintomas-relacionados-trastornos-musculosqueleticos-20211027105050.html>
3. Yang S, Lu J, Zeng J, Wang L, Li Y. (2019). Prevalence and Risk Factors of Work-Related Musculoskeletal Disorders Among Intensive Care Unit Nurses in China. *Workplace Health and Safety*, 67(6), 275–287. <https://doi.org/10.1177/2165079918809107>
4. Ango M, Cambizaca G. Manejo de la Mecánica Corporal en Enfermería dentro de la Unidad de Cuidados Intensivos: Un Scoping Review. *Ciencia latina revista científica multidisciplinar, ciudad de Mexico*. [Internet]. 2024. Volumen 8. Número 2. [Consultado el 30 de setiembre del 2025]. Disponible en https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10738
5. Douhal H, Jarrah S, Masa R, Shudifat R. Conocimiento y práctica de las enfermeras sobre técnicas apropiadas de mecánica corporal y dolor de espalda no específico. 2024; 16 (3): e56478. doi: 10.7759/cureus.56478
6. Gómez A. Factores de la mecánica corporal que inciden en el cuidado de enfermería en el paciente crítico. [Tesis para la obtención del grado de magíster]. Universidad Autónoma Los Andes. Ecuador 2019. 35p.
7. Montero Y. Conocimiento y prácticas sobre mecánica corporal de enfermeros del Hospital de Belén [Tesis para la obtención del título de licenciada en enfermería]. Lambayeque 2024. 44 p.
8. Marín B, González J. Riesgos ergonómicos y sus efectos sobre la salud en el personal de enfermería. 2022. Vol 101 N° 1. 2022. p1.
9. Aire S. Riesgos ergonómicos y desempeño laboral del personal de enfermería de la Clínica Ortega Huancayo. [Tesis para la obtención del título de licenciada en enfermería]. Huancayo, Perú. Universidad Continental. 2023. 77p.
10. Talledo Vela S. Factores de absentismo laboral en el personal de enfermería en un instituto especializado de enfermedades neurológicas 2015-2017 [tesis]. Universidad Cesar Vallejo; 2018 [consultado el 19 de setiembre del 2025]. Disponible

en: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/12792/Talledo_VSG.pdf?sequence=1&isAllowed=y

11. Hernández K, López J. Revisión documental sobre mecánica corporal del personal de enfermería, unidad de cuidados intensivos. [tesis para obtener el grado de maestra en enfermería con especialidad en cuidados]. Universidad de El Salvador 2025. 61p.
12. 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. [Tesis para optar el grado de especialista en enfermería crítica y terapia intensiva]. Bolivia: Universidad Mayor de San Andrés; 2021. Disponible en: <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/28945>
13. Álvarez D. Conocimientos y aplicación de la mecánica corporal en las actividades de movilización y traslado de pacientes realizadas por el personal de enfermería en el servicio de emergencia de adultos del Hospital General San Juan de Dios. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. San Juan de Dios. Guatemala 2021. Universidad de San Carlos de Facultad de Ciencias Médicas, Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala. 73p
14. Patiño S. Aplicación de la mecánica corporal y los riesgos ergonómicos en el personal de enfermería del Hospital de Azogues, 2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Ecuador. Universidad de Cuenca. 2020 84p.
15. Claleo C. Mecánica corporal del personal de enfermería del sector de terapia intensiva del Hospital Castro Rendón de la Ciudad de Neuquén Capital, durante el mes de junio-julio del año 2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciado en enfermería]. Neuquen Argentina. 2020. 63p
16. Gutiérrez RRE. Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal del enfermero en la unidad de cuidados intensivos hospital belén de Trujillo, 2023 [Tesis segunda especialidad]. Peru: universidad privada Antenor Orrego; 2023.
17. Trelles A. conocimiento y práctica de medidas preventivas sobre lesiones musculoesqueléticas del personal de enfermería en centro quirúrgico en el Hospital Hipólito Unanue- Tacna [Tesis], editor. [Tacna]: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2020.
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. [Tesis para optar el Título profesional de licenciada en Enfermería]. Cajamarca: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2021. Disponible en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1456/INFORME%20final>

19. Yovera E. Conocimientos y prácticas sobre mecánica corporal en enfermeras del Hospital Belén de Lambayeque, 2024. [Tesis para optar el Título profesional de licenciada en Enfermería]. La Libertad: Universidad Señor de Sipán. 2024. Disponible en <https://hdl.handle.net/20.500.12802/15032>
20. Quinte G. Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal de profesional de enfermería del servicio de hospitalización, Hospital Nuestra Señora de las Mercedes de Paita, Piura 2023 . [Tesis para optar el Título profesional de licenciada en Enfermería]. Piura. Universidad Inca Garcilazo de la vega de Piura 2023, disponible en : <https://hdl.handle.net/20.500.11818/7471>
21. Bunge M. La investigación científica, su estrategia y su filosofía. [Internet]. Barcelona: Ediciones siglo XXI; 2003 [consultado 01 de agosto del 2023]. Disponible en: <https://ia600604.us.archive.org/20/items/BungeMarioLaInvestigacionCientifica>.
22. Rodríguez A, Pérez O. Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. Revista EAN. [Internet]. 2017; 82: 1-26 Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/206/20652069006.pdf>
23. Conocimiento empírico y científico: definiciones y diferencias. [Internet]. Universidad Lai Vicente Rocafuerte de guayaquil. [consultado 02 de octubre del 2025]. Disponible en <https://www.studocu.com/ec/document/universidad-laica-vicente-rocafuerte-de-guayaquil/pensamie>
24. González E. Conocimiento empírico y conocimiento activo transformador: algunas de sus relaciones con la gestión del conocimiento. Acimed. 2011;22(2): 110-120.
25. Tejada G. Mecánica corporal. [internet]. [consultado 03 de agosto del 2023]. Disponible en: <http://ual.dyndns.org/Biblioteca/Fundamentos%20de%20Enfermeria/Pdf/Unidad%2003.pdf>
26. . 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>
27. Potter P, Perry A. Fundamentos de enfermería. 9^{na} ed. España. Elsevier; 2019. 1355 p.
28. Alonso G, Jaime N, Riofrio C, Quijije S. Fundamentos teórico práctico de enfermería .1ra ed. New Jersey: mawil; 2018. 188 p.

29. Rosales S, Reyes E. Fundamentos de Enfermería. 3^{ra} ed. Colombia: Manual moderno; 2018. 655p.
30. Berman E, Snider S, Kosier B. Fundamentos de Enfermería. 8^{va} ed. España: Pearson Educación; 2008. 1691 p.
31. Prado L, Gonzales M, Gómez N, Romero K. La Teoría Déficit De Autocuidado: Dorothea Orem punto de partida para la calidad en la atención. Rev. Med. Electron. [internet] 2014; 36(6):835-45 disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242014000600004
32. Real academia española. Aplicación. [consultado 03 de octubre del 2025]. <https://dle.rae.es/aplicaci%C3%B3n>
33. Zanzzi J. Fundamentos teóricos de la mecánica corporal 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-delarticulo-172-1-10-20200430.pdf>
34. Anzalone L. Conocimiento de la mecánica corporal. [Tesis para optar el Título de Licenciado en Enfermería]. Argentina: Universidad Nacional de Cuyo; 2013. Disponible en: <http://videla-rivero.bdigital.uncu.edu.ar/5914>
35. Mecánica corporal, procedimientos clínicos para una atención segura. [Internet]. [consultado 03 de octubre del 2025]. Disponible en: <https://opentextbc.ca/clinicalskills/chapter/3-2-body-mechanics/>
36. Sanz N. Principios de la mecánica corporal. [internet] Guadalajara: publicaciones nueva alcarria; 2014. Consultado 01 de agosto del 2023]. Disponible en: <http://www.comguada.es/principios-de-mecanica-corporal/>
37. Calvo T, García S, Cuartero S, Rodríguez C, Alcalde A, Martínez M. Principios básicos de la mecánica corporal. [internet]. Miscelánea salud; 2023 [consultado 29 de agosto del 2025]. Disponible en: <https://revistamedica.com/principios-basicosmecanica-corporal/>.
38. Pender N. Modelo de Promoción de la Salud. En: Maerriner T, Rayle – Alligood M. Modelos y teorías de Enfermería, 6^o ed. España: Elsevier – Mosby; 2007.
39. Meiriño J, Vásquez M, Simonetti C, Palacio M. El cuidado. [Internet]. [consultado 03 de julio del 2013]. <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nolapender.html#:~:text=MOD ELO%20DE%20PROMOCION%20DE%20LA,una%20 pauta%20para%20la%20acci%C3%B3n>

40. Alicia E. (1995) Introducción a la Epistemología y a la Metodología de la Ciencia. Editorial Universidad Nacional de La Plata <https://miel.unlam.edu.ar/data/contenido/2403-B/El-Metodo-Hipotetico-Deductivo2.pdf>
41. Arteaga G. (2020) Enfoque cuantitativo: métodos, fortalezas y debilidades disponible: https://www.testsiteforme.com/enfoque-cuantitativo/#google_vignette
42. Lozada J. (2014) investigación Aplicada Definición, Propiedad Intelectual e Industria Ciencia América: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica, <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6163749>
43. Escamilla D, (2019) Aplicación Básica de los Métodos Científicos “diseño no experimental” Universidad Autónoma De la Universidad de Hidalgo https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES38.pdf.
44. Vásquez A, Guaqnichi L, Cahuana R, Vera R, Olgado J. Métodos de la investigación científica. 1^{ra} Edición Perú 2023. Editorial Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología. 217 páginas.
45. Álvarez R, Reinoso S, Ramírez A. Metodología de Investigación en Ciencias de la Salud. 1^{ra} Edición. 2025. Editorial Puerto Madero Ecuador.
46. Arispe C, Yangali J, Guerrero M. La investigación científica, una aproximación para los estudios de pos grado. 1^{ra} Edición. Ecuador 2020. Editorial Guayaquil: Universidad Internacional de Ecuador.
47. Rodríguez R. Definición de mecánica corporal. [internet]. Manuales clínicos, procedimientos generales de enfermería. [consultado el 11 de octubre del 2025] Disponible en: <https://manualclinico.hospitaluvrocio.es/procedimientos-generales-de-enfermeria/indirectos/>.
48. Gómez Ch, Macedo K. Conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería, unidades críticas-Essalud 2018. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad científica del Perú; 2018. 54 p.
49. Mecánica corporal [Internet]. Procedimientos clínicos para una atención más segura el paciente. [consultado el 13 de octubre del 2025]. Disponible en: <https://opentextbc.ca/clinicalskills/chapter/3-2-body-mechanics/#:~:text=La%20mec%C3%A1nica%20corporal%20implica%20el,Potter%20y%20Ostendorf%20>.

50. Frontano K, Rodriguez M. Uso de la mecánica corporal en enfermeros del servicio de emergencias del Hospital de Belén de Trujillo. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Privada Antenor Orrego de Trujillo; 2015. 51 p.
51. Tratado de Belmont [internet]. Gobierno de México. [consultado 03 de setiembre del 2025]. Disponible en:
https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/informe_belmont.html#:~:text=Es%20un%20informe%20creado%20por,seres%20
52. Informe Belmont. [internet]. Centro de Documentación de Bioética de la Universidad de Navarra. [consultado 03 de setiembre del 2025]. Disponible en:
<http://www.unav.es/cdb/usotbelmont.html>
53. Informe de Belmont. [internet]. Universidad de Barcelona, centro de bioética. [consultado 03 de octubre del 2025]. Disponible en:
<https://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>
54. Informe de Belmont una crítica teórica y una práctica actualizada [internet]. Elsevier. [consultado 10 de octubre del 2025]. <https://www.elsevier.es/en-revista-journal-healthcare-quality-research-257-articulo-informe-belmon>

Anexos

ANEXO 1.

Matriz de consistencia “Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en las enfermeras intensivistas de un hospital público de Lima, 2025I 2025”

Formulación del problema	Objetivo	Hipótesis	Variable	Diseño metodológico
<p>Problema general</p> <p>¿Cómo se relaciona el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas de un hospital público de Lima, 2025?</p> <p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se relaciona el conocimiento en su dimensión concepto, uso, objetivos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas? • ¿Cómo se relaciona el conocimiento en su dimensión elementos y la aplicación de la mecánica corporal en las enfermeras intensivistas? • ¿Cómo se relaciona el conocimiento en su dimensión principios y la aplicación de la mecánica corporal en las enfermeras intensivistas? 	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación que existe entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar la relación que existe entre el conocimiento en su dimensión concepto, usos, objetivos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas. • Identificar la relación que existe entre el conocimiento en su dimensión elementos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas. • Identificar la relación que existe entre el conocimiento en su dimensión principios, normas y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas. 	<p>Hipótesis general</p> <p>Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre conocimiento y aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas de un hospital público de Lima, 2025.</p> <p>Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en las enfermeras intensivistas de un hospital público, 2025.</p> <p>Hipótesis específico</p> <p>HiE1. Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento en su dimensión concepto, usos, objetivos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.</p> <p>HiE2. Existe relación estadísticamente significativa entre conocimiento en su dimensión elementos y la aplicación de la mecánica corporal de las enfermeras intensivistas.</p> <p>HiE3. Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento en su dimensión principios y la aplicación de la mecánica corporal en las enfermeras intensivistas.</p>	<p>V1: Conocimiento de la mecánica corporal.</p> <p>V2: Aplicación de la mecánica corporal.</p>	<p>Método de la investigación: Hipotético deductivo.</p> <p>Enfoque: Cuantitativo.</p> <p>Tipo de la investigación: Aplicada.</p> <p>Diseño de la investigación: Observacional. Descriptivo. Correlacional. Transversal.</p> <p>Población y muestra: La población censal conformado por 60 enfermeros intensivistas.</p>

Anexo 02

Instrumento 1 (cuestionario)

Estimado colega le presento a continuación un cuestionario con una serie de preguntas con sus respectivas posibles respuestas, marque Ud. la que considere la correcta, Agradezco su valiosa participación en esta investigación.

Datos Generales: Sexo: Edad: Tiempo de servicio en UCI: Condición: (C) (N)

1. Que estudia la mecánica corporal:

- a) El equilibrio en los seres humanos.
- b) El movimiento y equilibrio de los cuerpos aplicado a los seres humanos.
- c) El movimiento de los cuerpos.
- d) La estructura de los movimientos.

2. La mecánica corporal consiste en:

- a) Uso eficaz, coordinado y seguro del organismo para producir movimientos y mantener el equilibrio durante sus actividades.
- b) Realización de ejercicios pasivos y activos.
- c) Tener momentos de relajación durante las horas de trabajo.
- d) Uso óptimo de movimientos de los músculos.

3. Es uno de los objetivos de la mecánica corporal:

- a) Tener una buena posición del cuerpo.
- b) Aumentar el gasto de energía muscular.
- c) Mantener una buena actitud.
- d) Prevenir complicaciones musculoesqueléticas.

4. El uso de una mecánica corporal adecuada reduce:

- a) Riesgo de lesión musculo-esquelético.
- b) El uso de la energía corporal.
- c) Los ejercicios pasivos y activos.
- d) El riesgo del cuerpo en mala posición.

5. Cuáles son los elementos de la mecánica corporal:

- a) Posición, alineación y equilibrio.
- b) Alineación, equilibrio y movimientos coordinados.
- c) Postura, equilibrio y base de sustentación.
- d) Movimientos coordinados, energía y uso de los músculos.

6. Una buena alineación corporal es esencial para:

- a) Que las distintas partes del cuerpo estén sin fatiga.
- b) No generar tensiones indebidas.
- c) Mantener un adecuado equilibrio del cuerpo.
- d) Estar en posición adecuada durante una actividad.

7. Entendemos por equilibrio:

- a) Es el estado de contrapeso y/o sensación de estabilidad.
- b) Funcionamiento óptimo del cuerpo humano.
- c) Es la correcta posición del cuerpo cuando está parado.
- d) Una postura y una alineación corporal adecuada.

8. La capacidad del equilibrio puede verse afectada por:
- Que el cuerpo se desestabiliza y podría generar caídas.
 - Enfermedad, lesión, dolor, medicaciones y la inmovilidad.
 - Menos trabajo muscular generando lesiones.
 - La posición que es optada será incomoda.
9. Un movimiento corporal coordinado comprende:
- La estabilidad, el tono muscular, y el uso del cuerpo.
 - El uso de los músculos de los miembros inferiores.
 - El funcionamiento integrado del sistema musculoesquelético y nervioso.
 - Funcionamiento de tendones, huesos y articulaciones.
10. Es uno de los principios de la mecánica corporal:
- La inmovilidad puede dañar a los músculos.
 - El movimiento activo produce contracción de los músculos.
 - Los grandes músculos se fatigan más que los pequeños.
 - Los cambios de posición constante generan lesiones.
11. El enunciado: los músculos tienden a funcionar en grupos más individualmente, pertenece a)
- principios de la mecánica corporal
 - Objetivos de la mecánica corporal.
 - Equilibrio.
 - Principios de la mecánica corporal.
 - Alineación corporal.
12. Es una norma fundamental de la mecánica corporal:
- Algunos dispositivos mecánicos reducen tensión.
 - Los músculos tienden a funcionar en grupos.
 - El desequilibrio genera miedo a caerse.
 - Preparar el espacio físico donde se realizará la actividad.
13. El enunciado: utilizar el peso de nuestro cuerpo para facilitar la maniobra de empujar un objeto; corresponde a:
- Normas fundamentales de la mecánica corporal.
 - Principios de la mecánica corporal.
 - Movimientos coordinados.
 - Alineación corporal.
14. Al pararse correctamente la posición será:
- Mantener ambos pies en el suelo.
 - Los pies deben estar separados entre sí y distribuir el peso en ambos lados.
 - Reducir la tensión nerviosa de ambos miembros.
 - Mantener las piernas en ligera tensión.
15. Al levantar y cargar un objeto; cual es el primer paso:
- Observar la posición del objeto.
 - Mantener el dorso recto y equilibrado.
 - Adopte posición encorvada, a fin de reducir la flexión dorsal.
 - Se coloca cerca del objeto o jalarlo con un pie.

Instrumento 2 (guía de observación)

Estimado colega a continuación se le presenta una serie de enunciados, se le solicita marcar con una x las respuestas Si o No según considere conveniente. Agradezco su valiosa participación en esta investigación.

Datos Generales: Sexo: Edad: Tiempo de servicio en UCI:

Condición: (C) (N)

ITEMS	SI	NO
Usa la mecánica corporal al levantar objetos.		
1. Equilibrio: 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. Alineación corporal: mantiene derecha la espalda para conservar un centro de gravedad fijo, extendiendo las rodillas, con ayuda de los músculos de pierna y cadera.		
3. Movimientos coordinados: separa los pies más o menos 25 a 30 cm. Y adelantando un poco uno de ellos, para ensanchar la base de sostén.		
Usa la mecánica corporal al adoptar la posición de pie.		
4. Equilibrio: mantiene erecto el cuello y la barbilla dirigida algo hacia abajo. (manteniendo la forma de posición militar).		
5. Alineación corporal: mantiene el dorso recto.		
6. Movimientos coordinados: mantiene los pies paralelos entre si y separados unos 15 a 20 cm, distribuyendo el peso por igual a ambos miembros inferiores.		
Usa la mecánica corporal al adoptar la posición sentada.		
7. Equilibrio: mantiene erecta la mitad superior del cuerpo sin doblarse por la cintura.		
8. Alineación corporal: mantiene la espalda erguida y alineada, repartiendo el peso entre las dos tuberosidades isquiáticas.		
9. Movimientos coordinados: planta bien los pies sobre el suelo formando un ángulo de 90° con las piernas.		
Usa la mecánica corporal al trasladar paciente.		
10. Equilibrio: mantiene postura erguida, flexionando las rodillas.		
11. Alineación corporal: mantiene el dorso recto y equilibrado.		
12. Movimientos coordinados: separa ambos pies uno delante del otro equilibrando el peso del cuerpo.		
Usa la mecánica corporal al transporte del paciente.		
13. Equilibrio: apoya las manos sobre el objeto y flexiona los codos, inclinándose sobre él, trasladando el peso del miembro inferior colocando atrás al que esta adelante y aplicar presión continua y suave.		
14. Alineación corporal: comienza desde la posición de pie correcta. Adelanta una pierna hasta una distancia cómoda, inclinando la pelvis un poco adelante y abajo.		

15. Movimientos coordinados: se coloca cerca del objeto, colocando un pie ligeramente adelantado como para caminar.		
PUNTAJE		

Anexo 3.

Consentimiento informado

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud.

Antes de decidir si participa debe conocer y comprender lo siguiente: Título del proyecto: “conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en los enfermeros de la unidad de cuidados intensivos de un hospital nacional 2025”

Nombre de la investigadora: Lic. Natali Boza Sullca.

Propósito del estudio: Determinar la relación que existe entre el conocimiento y aplicación de la mecánica corporal de los enfermeros intensivistas.

Beneficios de participar: tiene la posibilidad de conocer la investigación por los medios más adecuados 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.

Confidencialidad: la información que usted proporcione estará protegida, solo será de conocimiento de la investigadora. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

Derechos del participante:

Renuncia: Si decide retirarse de la investigación lo puede realizar en el momento que desee sin que esto le sea causal de sanción o pérdida de sus derechos.

Consultas posteriores: si tuviera alguna duda diríjase al investigador. 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 Universidad Norbert Wiener, correo electrónico... 46 Participación voluntaria: su colaboración con la investigación de estudio es voluntaria y si desea dejar de participar lo puede hacer en cualquier momento.

DECLARACION DE CONSENTIMIENTO

Yo declaro que habiéndose explicado la naturaleza y los propósitos del estudio acepto voluntariamente participar, también tengo conocimiento que si deseo retirarme en algún momento de la investigación lo puedo hacer sin ningún causal de sanción.

Nombres y apellidos del participante

N° de DNI

N° de teléfono o celular

Correo electrónico

Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado

San Juan de Miraflores 17 de Octubre del 2025

Firma del participante




19% 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

- 14%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 17%  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

- 14% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 17% 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	4%
2	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2024-09-28	3%
3	Internet	hdl.handle.net	1%
4	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2025-02-08	<1%
5	Trabajos entregados	uwiener on 2024-05-01	<1%
6	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2023-10-14	<1%
7	Internet	pesquisa.bvsalud.org	<1%
8	Internet	busqueda.bvsalud.org	<1%
9	Trabajos entregados	uwiener on 2023-03-29	<1%
10	Trabajos entregados	uwiener on 2023-09-24	<1%
11	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%