



**Universidad
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE TECNOLOGÍA MÉDICA EN
TERAPIA FÍSICA Y REHABILITACIÓN**

Tesis

Somnolencia diurna y estrés laboral en trabajadores del mercado de Villa Señor
de los Milagros, Callao 2025

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación

Presentado por:

Autora: Díaz Rojas, Luz Elita

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8968-1580>

Autor: Regalado Montañez, Piero Andre

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8145-2081>

Asesor: Mg. Chero Pisfil, Santos Lucio

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8684-6901>

Lima – Perú

2025

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

Yo, Piero Andre Regalado Montañez y Luz Elita Díaz Rojas egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Tecnología Médica** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación "SOMNOLENCIA DIURNA Y ESTRÉS LABORAL EN TRABAJADORES DEL MERCADO DE VILLA SEÑOR DE LOS MILAGROS, CALLAO 2025" Asesorado por el docente: SANTOS LUCIO CHERO PISFIL DNI 06139258 ORCID 0000-0001-8145-2081 tiene un índice de similitud de **9 (nueve)** % con código 14912:497198544 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

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



.....
 Firma de autor 1
 Piero Andre Regalado Montañez
 DNI: 70285295



.....
 Firma de autor 2
 Luz Elita Díaz Rojas
 DNI: 73880699



.....
 Firma de Asesor
 SANTOS LUCIO CHERO PISFIL
 DNI: 06139258

Lima, 17 de septiembre de 2025

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

“Somnolencia diurna y estrés laboral en trabajadores del mercado de Villa Señor de los Milagros, Callao 2025”

Aprobación del jurado

Presidente del Jurado

Secretario del Jurado

Vocal del jurado

ÍNDICE

Dedicatoria

Agradecimientos

Índice general

Índice de tablas, figuras u otro (de corresponder)

Resumen

Abstract

Dedicatoria

La presente investigación dedicada para nuestras queridas familias, por ser nuestra fuente de motivación. Y a cada una de las personas que nos ayudaron con el desarrollo de este trabajo.

Agradecimiento

A Dios, por ser una guía constante en cada paso de este camino. A nuestro asesor Mg. Chero Pisfil, Santos Lucio, por brindarnos su tiempo, paciencia, dedicación, enseñanza y apoyo para el desarrollo de la presente investigación. A los trabajadores del mercado quienes aceptaron colaborar con este trabajo. A nuestra alma mater Universidad Privada Norbert Wiener por permitirnos aprender de excelentes docentes, que nos acompañaron en nuestra formación.

ÍNDICE GENERAL

- I. INTRODUCCIÓN
- II. METODOLOGÍA
- III. RESULTADOS
- IV. DISCUSIÓN
- V. CONCLUSIONES
- VI. REFERENCIAS
- VII. ANEXOS

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Relación entre somnolencia diurna y estrés laboral

Tabla 2: Relación entre somnolencia diurna en su dimensión normal y estrés laboral

Tabla 3: Relación entre somnolencia diurna en su dimensión leve y estrés laboral

Tabla 4: Relación entre somnolencia diurna en su dimensión moderada y estrés laboral

Tabla 5: Relación entre somnolencia diurna en su dimensión severa y estrés laboral

Tabla 6: Somnolencia diurna

Tabla 7: Nivel de somnolencia diurna

Tabla 8: Estrés laboral

Tabla 9: Nivel de estrés laboral

Tabla 10: Distribución de frecuencias según las características sociodemográficas de sexo y edad

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Distribución de frecuencias según nivel de somnolencia diurna

Gráfico 2: Distribución de frecuencias según nivel de estrés laboral

Gráfico 3: Distribución de frecuencias según las características sociodemográficas sexo y edad

**Somnolencia diurna y estrés laboral en trabajadores del
mercado de Villa Señor de los Milagros, Callao 2025**

**Daytime Sleepiness and work-related stress among
workers at the Villa Señor de los Milagros market, Callao
2025**

Autor(es) y filiación: Piero Andre Regalado Montañez, Bachiller del Programa Académico de Profesional de Tecnología Médica, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Privada Norbet Wiener, Lima, Perú.

Luz Elita Díaz Rojas, Bachiller del Programa Académico de Profesional de Tecnología Médica, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Privada Norbert Wiener, Lima, Perú.

Resumen: Se estima que aproximadamente más del 40% de la población mundial presenta pérdida de sueño, ocasionando un impacto negativo en la salud física y mental, asimismo, existe un alto índice de personas de países europeos y latinoamericanos que sufren estrés laboral, debido a las altas exigencias, ambiente laboral y horarios que superan las horas consideradas por la Organización Internacional del Trabajo. Como sucede con los trabajadores del mercado que están sometidos a jornadas exhaustivas y prolongadas, superando las 55 horas semanales, sin un descanso adecuado, desencadenando enfermedades que afectan la calidad de vida. **Objetivo:** Determinar la relación entre Somnolencia diurna y estrés laboral en trabajadores del mercado de Villa Señor de los Milagros, Callao. **Metodología:** Estudio hipotético deductivo, enfoque cuantitativo, aplicada, diseño descriptivo correlacional no experimental, corte transversal, conformado por la muestra de 80 trabajadores del mercado, con muestreo probabilístico simple, se aplicó el instrumento Escala de somnolencia de Epworth para somnolencia diurna y el cuestionario de problemas psicosomáticos de Hock para estrés laboral, así como los programas estadísticos Excel y SPSS versión 21. **Resultados:** Se evidencio una correlación entre somnolencia diurna y estrés laboral con una significancia de ($P=0,001$). Asimismo, en la somnolencia se halló que el nivel normal fue 1.3%, leve 66.3%, moderada 28.8% y severa 3.8%, para estrés laboral el nivel leve 18.8%, moderado 66.3% y alto 15%. Además, el sexo con mayor predominancia fue el femenino con 58.8%. **Conclusión:** Se concluye que existe relación una correlación positiva muy alta entre la somnolencia diurna y estrés laboral.

Palabras clave: Somnolencia diurna, Estrés laboral, Sueño, Trabajadores de mercado.

Abstract

Abstract: It is estimated that approximately more than 40% of the world's population has sleep loss, causing a negative impact on physical and mental health, likewise, there is a high rate of people from European and Latin American countries who suffer from work stress, due to the high demands, work environment and schedules that exceed the hours considered by the International Labor Organization. As happens with market workers who are subjected to exhaustive and long hours, exceeding 55 hours a week, without adequate rest, triggering diseases that affect the quality of life. Objective: To determine the relationship between daytime sleepiness and occupational stress in workers at the market of Villa Señor de los Milagros, Callao. Methodology: Hypothetical deductive study, quantitative approach, applied, non-experimental correlational descriptive design, cross-section, made up of the sample of 80 market workers, with simple probabilistic sampling, the Epworth Sleepiness Scale instrument for daytime sleepiness and the Hock psychosomatic problems questionnaire for work stress, as well as the Excel and SPSS version 21 statistical programs, were applied. Results: A correlation between daytime sleepiness and work stress was evidenced with a significance of ($P=0.001$). Likewise, in somnolence it was found that the normal level was 1.3%, mild 66.3%, moderate 28.8% and severe 3.8%, for work stress the mild level 18.8%, moderate 66.3% and high 15%. In addition, the sex with the highest predominance was female with 58.8%. Conclusion: It is concluded that there is a very high positive correlation between daytime sleepiness and work stress.

Keywords: Sleepiness daytime, Work-Related stress, sleeping, market work.

I. INTRODUCCIÓN

Se considera al trabajo como un elemento importante para la salud y bienestar, con lo cual satisface las necesidades vitales de las personas permitiendo el acceso a diferentes oportunidades de crecimiento, considerando indispensable la duración de la jornada laboral establecida de ocho horas al día y cuarenta y ocho horas semanales (1, 2). Según la Organización Mundial de la Salud y Organización Internacional del Trabajo, refieren que aquellos que sobrepasan las 55 horas semanales pueden presentar enfermedades como desorden cerebro vascular, cardiopatías isquémicas, además disfunciones musculoesqueléticas en relación con los que laboran de 35 a 40 horas a la semana. El vendedor del mercado no cuenta con horarios fijos, se someten a propuestas propias, así como lo atribuido por las autoridades del establecimiento, por lo tanto, es una actividad muy demandante, ya que trabajan sin descanso todos los días a la semana, influenciando en los cambios de hora de sueño. (3)(4)

El sueño cumple una función vital, para el correcto funcionamiento de los diferentes sistemas del organismo, por cuanto, los malos hábitos desarrollan cambios humorales, falta de atención, sensación de agotamiento, repercutiendo en las actividades cotidianas y las necesidades básicas (5, 6), A nivel mundial el 40% de los habitantes presenta pérdida del sueño, mientras Estados Unidos, evidencia mayor índice de somnolencia diurna, siendo 19.5% de tipo moderada y 11% severa (7,8).

En Perú, se encontró en jóvenes universitarios 67,9% somnolencia diurna leve, 16,4% moderada y 15,7 % normal, quienes a su vez dormían $5,86 \pm 1,28$ horas, de los cuales 82,9% estudian y trabajan. (9), generando probablemente estrés laboral.

El estrés laboral es una condición patológica que afecta el estado mental, conductual, físico del trabajador, donde el ser humano se siente incapaz para afrontar las situaciones demandantes en las jornadas ocupacionales, en otras palabras, es crucial contar con una

detección temprana, de esa manera evitar las diversas secuelas, permitiendo aplicar estrategias de afrontamiento en el ambiente laboral. El estrés asociado al trabajo se presentó de tipo alto a moderado en países como, Alemania 80%, Francia 72%, Reino unido 71%, y en Países bajos 66%, en Estados Unidos 75% (10,11).

Perú el 70% de la población padece estrés laboral, siendo Ayacucho quién predomina con el 70% (12,13) Callao, en trabajadores de seguridad 63.8% estrés bajo, 18.3% promedio bajo, 15.5% promedio alto y 2.4% estrés alto (14).

En la ejecución de este estudio se utilizó dos instrumentos; Escala de somnolencia de Epworth que durante varios años se ha utilizado para medir el nivel de somnolencia en el ser humano (15) y el cuestionario de problemas psicosomáticos de Hock, el cual permite medir la frecuencia de los síntomas asociados al estrés laboral (16)

Para ir concluyendo con lo presentado anteriormente, acerca del impacto que tiene las variables somnolencia diurna y el estrés laboral en la actualidad, debido a que los trabajadores que laboran en los mercados están sometidos a sobrepasar el horario establecido según el decreto supremo, incluso llegan a dormir pocas horas, desencadenado una tensión física, emocional y perturbación en el sueño, dando como resultado la somnolencia diurna y un nivel de estrés. Por lo tanto, el propósito de este estudio fue determinar asociación en ambas variables mencionadas en trabajadores del mercado villa señor de milagros, Callao.

II. METODOLOGÍA

- Método de investigación

Se empleó un estudio cuantitativo, tipo aplicado, no experimental de corte transversal, población conformada por 100 participantes aplicando una fórmula finita, siendo la muestra 80 trabajadores del mercado de Villa Señor de los Milagros, Callao. De acuerdo con el criterio de inclusión se tuvieron en cuenta, trabajadores que laboren mínimo 6 meses, 10 horas diarias, 7 días a la semana entre edades de 30 a 60 años, mientras que para exclusión fueron; trabajadores con alteración psicológica y/o psiquiátrica, que reciban medicación para el sueño, no llenen el formulario y utilicen dispositivos para dormir.

La variable de estudio somnolencia diurna, se define como la tendencia a quedarse dormido en situaciones que requieran un gran nivel de atención (17), manifestando episodios de sueño involuntario o en momentos inapropiados (18). Asimismo, la variable estrés laboral, es un estado que desencadena diversos síntomas; ansiedad, depresión, agotamiento, trastornos del sueño, entre otras, de manera que repercute en la productividad y desempeño laboral del trabajador (19).

Se recolectó la información mediante el empleo de la técnica de la encuesta, a su vez datos sociodemográficos; sexo y edad, esto se llevó a cabo en las instalaciones del mercado Villa Señor de los Milagros con la autorización respectiva. Por lo tanto, los instrumentos de medición se ejecutaron durante el mes de junio a agosto 2025, tiempo aproximado 10 minutos. Los trabajadores firmaron consentimiento informado, brindándoles indicaciones precisas y sencillas para su correcto entendimiento. A cada trabajador se entregó dos cuestionarios, escala de Epworth y Problemas Psicossomáticos de Hock. El llenado fue de manera anónima y autoadministrada.

La escala de Somnolencia de Epworth presenta ocho ítems y durante varios años se ha utilizado para medir el nivel de somnolencia en el ser humano, consta de con una puntuación de 0 a 3 grados de somnolencia en distintas situaciones cotidianas que el trabajador debió calificar, donde Nunca = cero; Poca probabilidad de cabecear = uno; Moderada probabilidad de cabecear = dos; alta probabilidad de cabecear = tres. Consta de 8 ítems con puntuación total cero a 24, clasificándose; normal, leve, moderado y

severo. El puntaje superior a diez se consideró somnolencia (leve, moderado) o excesiva (9, 15, 20).

El cuestionario de problemas psicosomáticos de Hock, permite estudiar el nivel de estrés laboral, consta de 12 ítems una versión más reducida al original, que describen en que medida el trabajador padece sintomatología asociada al estrés. Para la evaluación se utilizó Likert que determina grado de estrés; “nunca = 0 puntos, casi nunca = 1, pocas veces = 2, algunas veces = 3, relativamente frecuente = 4 y muy frecuente = 5”. Determinando grados de estrés; cero = no presenta estrés, uno a veinticuatro = leve, veinticinco a treinta y seis = moderado, treinta y siete a sesenta = alto. (21). Los instrumentos tuvieron una validez y confiabilidad; somnolencia diurna 0.823 y estrés laboral 0.926, demostrando alta consistencia.

Se registró en hoja de cálculo Excel, se procesaron los datos en el software SPSS V28 para analizar y comprobar estadísticamente la hipótesis de investigación, respetando las normas básicas de ética de la Universidad Privada Norbert Wiener, contando con la respectiva aprobación del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica para la investigación del estudio, respetando los aspectos bioéticos de “no maleficencia, Beneficencia, Autonomía y Justicia” de acuerdo con la declaración de Helsinki. A su vez se empleó el consentimiento informado para invitar a la población estudiada a participar en la investigación, presentando un lenguaje sencillo y entendible, del mismo modo se informó los riesgos posibles durante la encuesta, firmando un consentimiento, teniendo el derecho a elegir si desean participar o no, según el Manual de procedimientos del Comité institucional de ética e Integridad Científica.

III. RESULTADOS

Tabla 1: *Relación entre la Somnolencia diurna y el estrés laboral*

Correlación				
Rho de Spearman	Somnolencia diurna	Coefficiente de correlación	Somnolencia diurna	Estrés laboral
		Sig. (bilateral)	1.000	0.973
		N	80	80
	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	0.973	1.000
		Sig. (bilateral)	0.001	
		N	80	80

Fuente: Elaboración propia.

El nivel de significancia bilateral es $0,001 < a 0,05$ por ende rechaza la hipótesis nula, determinando relación entre somnolencia diurna y estrés laboral.

Tabla 2: *Relación entre la Somnolencia diurna según su dimensión normal y el estrés laboral*

Correlación				
Rho de Spearman	S. Dimensión normal	Coefficiente de correlación	Somnolencia normal	Estrés laboral
		Sig. (bilateral)	1,000	0.790
		N	80	80
	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	0.790	1.000
		Sig. (bilateral)	0.021	
		N	80	80

Fuente: elaboración propia.

El nivel de significancia bilateral, para Somnolencia diurna en su dimensión normal y Estrés laboral es $0.021 < a 0.05$ por ende rechaza la hipótesis nula, determinando relación entre somnolencia diurna en su primera dimensión y estrés laboral.

Tabla 3: *Relación entre la Somnolencia diurna según su dimensión leve y el estrés laboral*

		Correlación		
			Somnolencia leve	Estrés laboral
Rho de Spearman	S. Dimensión leve	Coefficiente de correlación	1,000	0.893
		Sig. (bilateral)		0.037
		N	80	80
	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	0.893	1.000
		Sig. (bilateral)	0.037	
		N	80	80

Fuente: Elaboración propia.

El nivel de significancia bilateral para Somnolencia diurna en su dimensión leve y Estrés laboral es $0,037 < \alpha 0.05$ por ende rechaza la hipótesis nula, determinando relación entre somnolencia diurna en su segunda dimensión y estrés laboral.

Tabla 4: *Relación entre la Somnolencia diurna según su dimensión moderado y el estrés laboral*

		Correlación		
			Somnolencia moderada	Estrés laboral
Rho de Spearman	Somnolencia moderada	Coefficiente de correlación	1,000	0.640
		Sig. (bilateral)		0.028
		N	80	80
	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	0.640	1.000
		Sig. (bilateral)	0.028	
		N	80	80

Fuente: Elaboración propia.

El nivel de significancia bilateral para Somnolencia diurna en su dimensión moderado y Estrés laboral es $0,028 < 0.05$ por ende rechaza la hipótesis nula, determinando relación entre somnolencia diurna en su tercera dimensión y estrés laboral.

Tabla 5: *Relación entre la Somnolencia diurna según su dimensión severa y el estrés laboral*

		Correlación		
Rho de Spearman	Somnolencia severa	Coefficiente de correlación	Somnolencia severa 1,000	Estrés laboral 0.880
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	80	80
	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	0.880	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	80	80

Fuente: Elaboración propia

El nivel de significancia bilateral para Somnolencia diurna en su dimensión severo y Estrés laboral es $0,000 < 0.05$ por ende rechaza la hipótesis nula, determinando relación entre somnolencia diurna en su cuarta dimensión y estrés laboral.

Tabla 6: *Somnolencia diurna*

Estadísticos		
Somnolencia diurna		
N	Válido	80
	Perdidos	0
	Media	12.38
	Mediana	12.00
	Desv. Desviación	3.312
	Mínimo	4
	Máximo	21

Fuente: Elaboración propia

La media de somnolencia diurna fue 12.38 puntos con desviación estándar de ± 3.312 puntos, donde más de la mitad de los trabajadores tienen 12 puntos, además el mínimo puntaje de Somnolencia diurna es de 4 y el máximo 21 puntos

Tabla 7: *Nivel de Somnolencia diurna*

Nivel de Somnolencia diurna			
Válido	Somnolencia normal	Frecuencia	Porcentaje
	Somnolencia leve	1	1.3
	Somnolencia moderada	53	66.3
	Somnolencia severa	23	28.8
	Total	3	3.8
	Total	80	100.0

Fuente: Elaboración propia

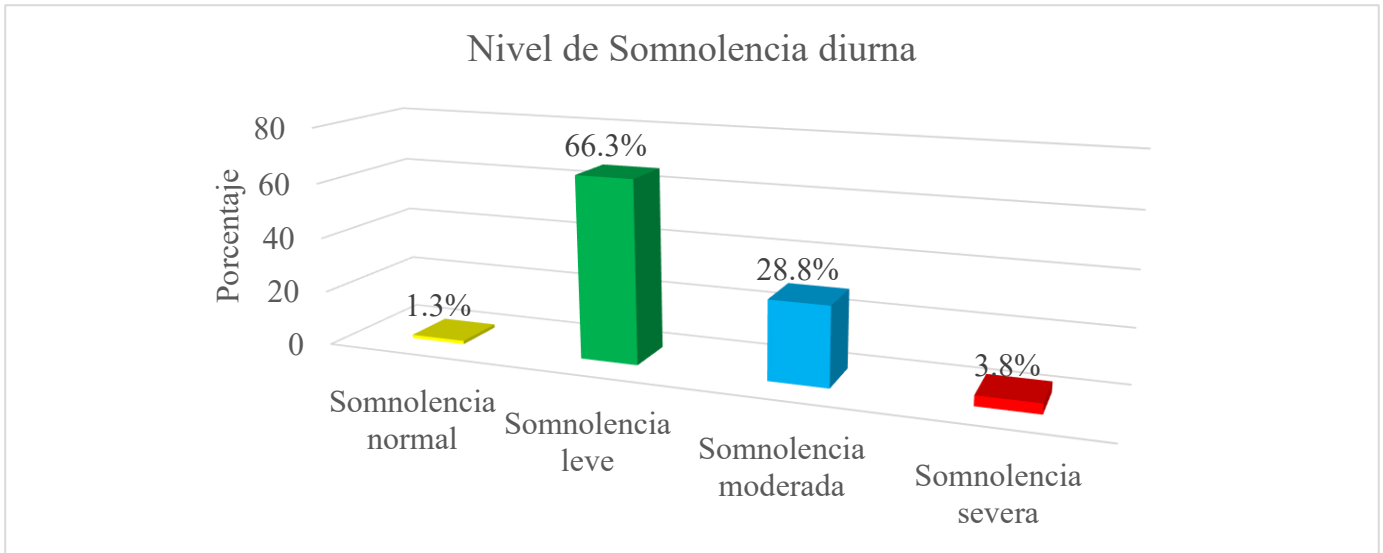


Figura 1: *Nivel de Somnolencia*

De las 80 personas, el 1.3% se encuentra en el nivel normal de somnolencia diurna, 66.3% leve, 28.8% moderada y 3.8% severa.

Tabla 8: *Estrés laboral*

Estadísticos		
Estrés laboral		
N	Válido	80
	Perdidos	0
Media		30.66
Mediana		31.00
Desv. Desviación		6.362
Mínimo		15
Máximo		46

Fuente elaboración propia

La media del estrés laboral fue 30.66 puntos con desviación estándar de ± 6.362 puntos, donde más de la mitad de los trabajadores tienen 31 puntos, además el mínimo puntaje de Estrés laboral es de 15 y el máximo 46 puntos

Tabla 9: Nivel estrés laboral

Nivel de Estrés laboral			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Estrés leve	15	18.8
	Estrés moderado	53	66.3
	Estrés alto	12	15.0
	Total	80	100.0

Fuente: Elaboración propia

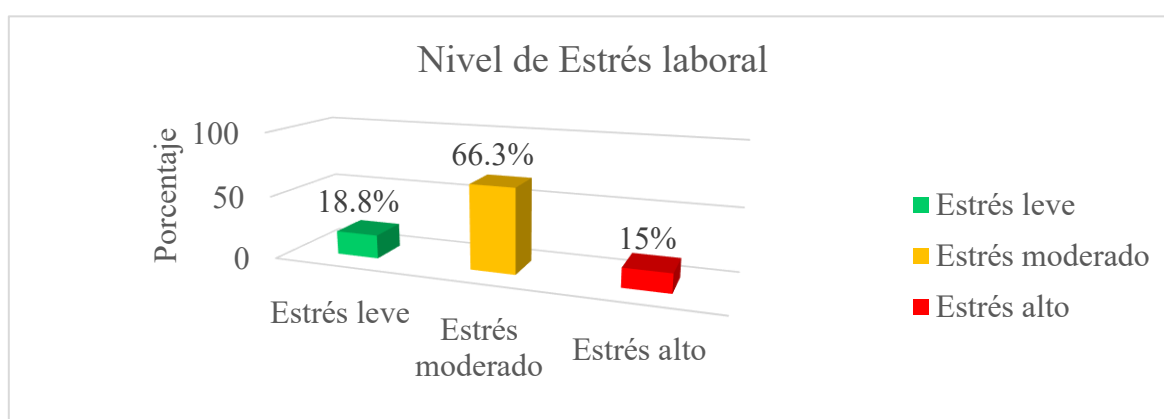


Figura 2: Nivel de estrés laboral

De las 80 personas, el 18.8% se encuentra en el nivel leve de estrés laboral, 66.3% moderado y 15% alto.

Tabla 10: Distribución de frecuencias según características sociodemográficas de trabajadores del mercado

- Sexo

Sexo			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Femenino	47	58.8
	Masculino	33	41.3
	Total	80	100.0

Fuente: Elaboración propia

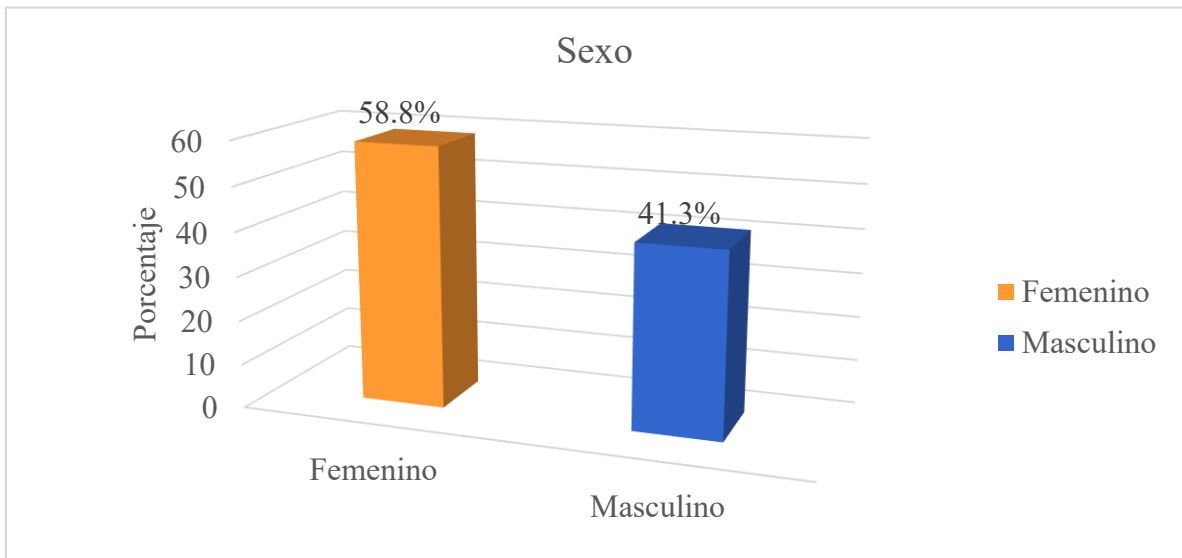


Figura 3: Sexo de los trabajadores

De las 80 personas encuestadas, el 58.8% son mujeres y 41.3% hombres

- *Edad*

Edad			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	30-39 años	19	23.8
	40-49 años	31	38.8
	50-60 años	30	37.5
	Total	80	100.0

Fuente: Elaboración propia

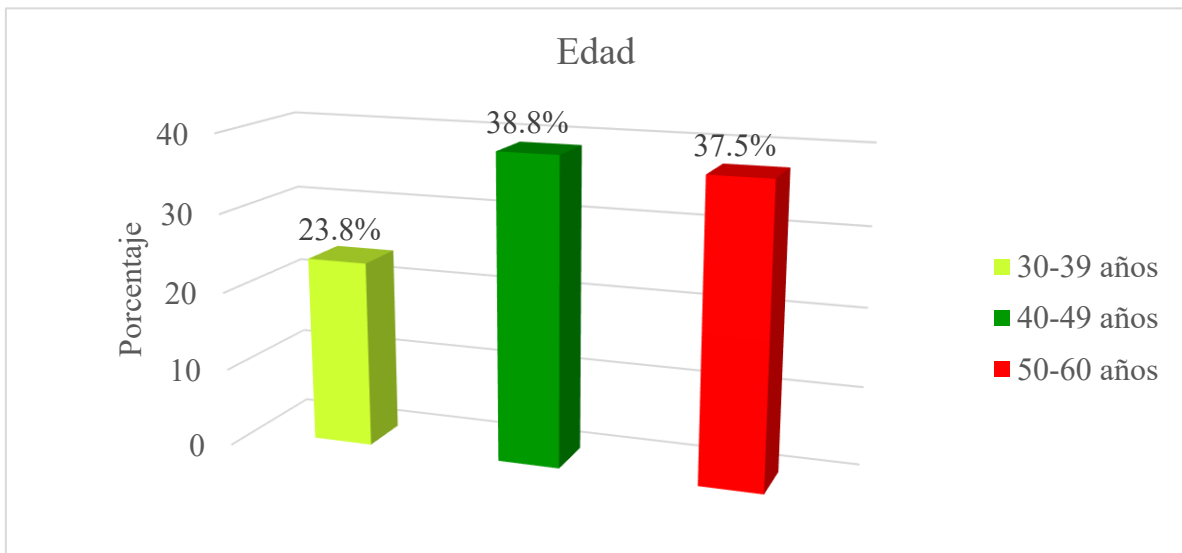


Figura 4: Edad de los trabajadores

De las 80 personas encuestadas, en relación con la edad el 23.8% (30-39 años), 38.8% (40-49 años) y 37.5% (50-60 años)

IV. DISCUSIÓN

En este apartado se pretende contrastar los resultados con los antecedentes recopilados, debido a la alta demanda laboral que se realiza en el mercado, los trabajadores no cuentan con horarios fijos, son sometidos a turnos extensos de desarrollo de trabajo, sin contar con un correcto descanso, a su vez, tienen dificultad para cumplir con las horas adecuadas de sueño; repercutiendo en su salud mental y física, ya que la falta de sueño conlleva a que el trabajador presente irritabilidad, agotamiento emocional, la falta de concentración, fatiga o dolores musculares, etc. generando como consecuencias un alto nivel de estrés laboral que afecta la calidad de vida, en tal sentido, el presente estudio determinó la relación entre la somnolencia diurna y el estrés laboral en trabajadores del mercado de Villa Señor de los milagros, Callao, 2025, con el coeficiente Rho Spearman que determinó la relación entre las variables, se encontró un valor $0,001 < a 0,05$ de significancia, estableciendo una correlación positiva muy alta 0.973 cuyo resultado fue diferente al trabajo de Chero et, al (9) donde obtuvo una asociación negativa en somnolencia diurna e inteligencia artificial $p= 0,058; > 0,05$. Sin embargo, presenta una similitud al estudio de Palacios et al (22) debido a que existe una relación positiva entre la calidad de sueño y somnolencia diurna en los estudiantes con un Rho spearman = 0.586** y un $p = 0.000 < 0.05$.

En cuanto a la relación de las dimensiones de somnolencia diurna y estrés laboral se obtuvo que la somnolencia diurna según dimensión normal y estrés laboral presentó una significancia de ($P=0,021$) A su vez la dimensión leve y estrés laboral obtuvo ($P=0,037$), mientras que la dimensión moderada y estrés laboral obtuvo ($P=0.028$). Finalmente, la somnolencia diurna en su dimensión severa y estrés laboral presentó un ($P=0.000$), evidenciando una relación directa entre los componentes de ambas variables, estos resultados son comparables con las siguientes investigaciones; Sánchez et al (23) en su estudio se halló una asociación en la calidad de sueño y somnolencia ($p < 0,031$) en una población de estudiantes universitarios. Por otro lado, en el estudio de Avilla, et al (24) con una población de la tercera edad, evidenció que la somnolencia diurna es más frecuente en adultos mayores de estratos socioeconómicos bajos (13% vs 4% $P=0,03$) y en la investigación de Rodríguez et al (25) demostró una asociación en el IMC y somnolencia diurna ($p = 0,00$). Esto quiere decir que los estudios muestran en sus resultados la presencia de somnolencia, y que no solo los trabajadores lo padecen sino también los universitarios y adultos mayores, no obstante, presenta diferencia al trabajo

de Chero et al (9) que demostró correlación negativa débil entre la somnolencia diurna y inteligencia emocional, pero guarda similitud en el predominio de somnolencia leve con 67,9%.

Con respecto nivel de somnolencia diurna de los trabajadores del mercado se obtuvo como resultado que, de las 80 personas evaluadas, el 1.3% siendo 1 participante presento somnolencia diurna normal, el 66.3% siendo 53 participantes tuvieron somnolencia leve, y el 28.8% con 23 participantes presentaron somnolencia moderada y 3.8% dado por 3 participantes presentaron somnolencia severa, dichos resultados presentan similitud con algunas dimensiones a la investigación de Chero et al(9) con somnolencia leve 67.9%, moderado 16.4% y normal 15.7%. Asimismo, en la investigación de Trejos et al (26) los resultados se aproximan en algunas dimensiones; sin somnolencia 28,3%, somnolencia leve 47,5%, moderada 23,3% y grave 0,8%. Finalmente, en el estudio de Rodríguez (25) con una población de 155 estudiantes se encontró que el 37,4% presenta algún nivel de somnolencia. Por lo tanto, en nuestro estudio como también en las investigaciones mencionadas, la somnolencia de tipo leve tuvo un mayor impacto en las poblaciones estudiadas.

Respecto al nivel de estrés laboral en trabajadores del mercado de Villa señor de los Milagros conformado por 80 participantes, se obtuvo que el nivel de estrés leve es 18.8%, moderado 66.3% y alto 15%, con un promedio de 30.66 ± 6.362 . cuyo resultado se aproxima en algunas dimensiones al estudio de Acosta y Maitta (16) donde el estrés leve fue 21%, medio 29%, alto 18%, grave 11% y 21% no presenta estrés. Sin embargo, en el estudio Pico & Bravo (27) con una población constituida por 63 obreros se evidenció que el 68% de la muestra tuvo niveles de estrés donde solo el 6% tenía un nivel medio. Además, Lizardo (14) en su investigación con una muestra de 541 agentes y supervisores de una empresa de seguridad privada tuvo como resultado que el 63.80% presenta estrés bajo, 18.30% promedio bajo, 15.50% promedio alto, 2.40% estrés alto. Por último, Chávez et al (28) en su estudio realizado a los trabajadores de salud encontró al el 35.8% sin estrés, pero con fase de alarma, 40.0% estrés leve, 14.2% moderado, 3.3% alto. Por otro lado, según la investigación de Veneros (29) realizado al personal sanitario durante la pandemia Covid-19, demostró que el 57,7% no presenta estrés, 34,6% estrés leve, 16,6% moderado, 1,6% alto y 0,5% grave. Esto quiere decir que todos los estudios mencionados evidencian niveles de estrés, resaltando que en nuestro estudio los trabajadores obtuvieron un nivel moderado de estrés laboral.

En relación con las características sociodemográficas de los trabajadores del mercado, según la edad se evidenció un porcentaje de 38.8% (40-49 años); asimismo, según el sexo predominó el femenino con 58.8% (47 mujeres), dichos resultados son diferentes en la edad con los estudios de; Trejos et al (26) ya que tuvo una población de estudiantes de 17 y 26 años y Chero et al (9) alumnos de $25,73 \pm 4,2$ años. Asimismo, referente al sexo es similar a los estudios de; Cruz et al (30) con 51,2% de féminas, a su vez, Acosta y Maitta (16) en su investigación obtuvieron mayor relevancia en las mujeres con 86% Sin embargo, no se asemeja al estudio de Rodríguez et al (25) siendo el sexo masculino el más afectado. Por último, Trejos et al (26) en sus resultados, ambos sexos tuvieron el mismo impacto con 50%.

V. CONCLUSIONES

- En conclusión, existe relación entre la somnolencia diurna y estrés laboral en trabajadores de un mercado
- En conclusión, existe asociación entre somnolencia diurna en su dimensión normal y estrés laboral en trabajadores de un mercado
- En conclusión, existe asociación entre somnolencia diurna en su dimensión leve y estrés laboral en trabajadores de un mercado.
- En conclusión, existe asociación entre somnolencia diurna según su dimensión moderado y estrés laboral en trabajadores de un mercado.
- En conclusión, existe correlación entre somnolencia diurna en su dimensión severa y estrés laboral en trabajadores de un mercado.
- Se concluye que el mayor porcentaje de trabajadores del mercado presenta un nivel de somnolencia de tipo leve.
- Se concluye que el mayor porcentaje de los trabajadores del mercado manifestó estrés moderado.
- Se concluye que la somnolencia diurna y estrés laboral afecta más al género femenino que masculino
- Se concluye que el mayor porcentaje de edad en trabajadores se encuentra en un rango de 40 - 60 años.

VI. REFERENCIAS

1. Organización Mundial del Trabajo. ¿Qué es el trabajo?. Suiza: OIT. [Internet]. [Consultado 9 agosto 2024]. Disponible en:
<https://www.ilo.org/es/resource/news/que-es-el-trabajo-decente#:~:text=El%20Tesoro%20de%20la%20Organizaci%C3%B3n,sustento%20necesarios%20para%20los%20individuos.>
2. TUO de la Ley de Jornada de trabajo, horario y trabajo en sobretiempo (Decreto Supremo 007-2022-TR) [actualizado 2021]. Disponible en:
<https://lpderecho.pe/tuo-ley-jornada-trabajo-horario-trabajo-sobretiempo-decreto-supremo-007-2002-tr/>
3. Organización Mundial de la Salud. La OMS y la OIT alertan de que las jornadas de trabajo prolongadas aumentan las defunciones por cardiopatía isquémica o por accidentes cerebrovasculares. Ginebra. [Internet]. [Consultado 17 mayo 2021]. Disponible en:
<https://www.who.int/es/news/item/17-05-2021-long-working-hours-increasing-deaths-from-heart-disease-and-stroke-who-ilo#:~:text=El%20estudio%20concluye%20que%20trabajar,40%20horas%20a%20la%20semana>
4. Rosales M. “Trabajar en el mercado”. Condiciones sociolaborales de comerciantes de mercados públicos de ciudad de México. Rev Alteridades 2024 Jul/dic; 34(68):113-124. Disponible en:
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-70172024000200113&lang=es
5. Tüzün M, Kallweit U, Seidel S, Endrich O, Trelle S, Leone M., et al. La carga de los trastornos del sueño y la vigilia: Proyecto sobre somnolencia diurna excesiva e insomnio. Rev. Protocolos de Métodos 2024 Ago/sep;7(5):70. Disponible en:
<https://www.mdpi.com/2409-9279/7/5/70>
6. Carrillo P, Barajas K, Sánchez I, Rangel M. Trastornos del sueño: ¿qué son y cuáles son sus consecuencias?. Rev Fac.Med 2018 Ene/feb; 61(1). Disponible en:
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422018000100006#:~:text=Este%20trastorno%20puede%20generar%20adem%C3%A1s,depresi%C3%B3n%20a%20largo%20plazo11
7. INFOBAE. Trastornos del sueño: el 40% de la población mundial duerme mal [Internet]. infobae. 2020 [Consultado 20 enero 2020]. Disponible en:

<https://www.infobae.com/salud/2020/01/20/trastornos-del-sueno-el-40-de-la-poblacion-mundial-duerme-mal/>

8. McCann K. Mas adultos reportan somnolencia excesiva en Estados Unidos que en Europa. [Internet]. [Consultado 21 mayo 2010]. Disponible en: <https://aasm.org/more-adults-report-excessive-sleepiness-in-the-u-s-than-in-europe/>
9. Chero S, Díaz A, Chero Z, Casimiro G. La Somnolencia diurna y su relación con la inteligencia emocional en estudiantes universitarios. Lima, Perú. Rev Medisur 2020 Abr; 18(2):7 Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2020000200195#B4
10. Buitrago L, Barrera M, Plazas L, Chaparro C. Estrés laboral: una revisión de las principales causas consecuencias y estrategias de prevención. Rev Investig. Salud. Univ. Boyacá 2021 Nov; 8(2):131-146. Disponible en: <https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/rs/article/view/553/628>
11. Vankar P. Porcentajes de empleados en países seleccionados a nivel mundial que afirmaron que su nivel de estrés era habitualmente alto o moderado en 2022. Statista. [Internet], [Consultado 29 noviembre 2023]. Disponible en: <https://www.statista.com/statistics/1367419/employees-with-high-moderate-stress-levels-worldwide/>
12. ¿Cuáles son las causas de la ansiedad laboral y cómo combatirlas? [Internet]. Gestión. 2017 [Consultado 5 junio 2025]. Disponible en: https://gestion.pe/tendencias/management-empleo/son-causas-ansiedad-laboral-combatirla-136572-noticia/#google_vignette
13. Cordova L. Comunicación familiar y estrés laboral en comerciantes del mercado pesquero “Luis Banchemo Rosi” Ayacucho-2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciado en psicología]. Ayacucho: Universidad Uladech católica; 2020. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/20135>
14. Lizardo B. Nivel de estrés laboral asociado a los factores laborales de agentes y supervisores de una empresa de seguridad privada. Rev Industrial Data 2022 Dic; 25(2): 71-90. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1810-99932022000200071

15. Murray J. Un nuevo método para medir la somnolencia diurna: la escala de somnolencia de Epworth. *Rev Sleep* 1991 Nov; 14(6):540-545. Disponible en: <https://academic.oup.com/sleep/articleabstract/14/6/540/2742871?redirectedFrom=fulltext>
16. Acosta Y, Maitta I. Niveles de Estrés Laboral y Teletrabajo en Docentes del Centro de Educación Básica Naciones Unidas. *Dominio de las Ciencias* [Internet] 2022 Ago; 8(3):107–18. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8637925>.
17. Morales A, Padrós F, Villuendas E. Somnolencia excesiva diurna, tiempo de sueño y jetlag social en estudiantes universitarios. *Rev. Digit. Invest. Docencia Univ* 2024 Ene;18(1):1663 Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S222325162024000100009
18. Andriani J, Abandinta J. Relación entre la somnolencia diurna excesiva y el índice de rendimiento académico acumulado de los estudiantes de medicina de la Facultad de Medicina Atma Jaya, promoción 2018. *Rev de investigación en Salud Urbana* 2022 Oct; 1 (1): 2964-4194. Disponible en: <https://ejournal.atmajaya.ac.id/index.php/juhr/article/view/3857>
19. Instituto Nacional de Salud Pública. México [Internet]. [Consultado 15 marzo 2023]. Disponible en: <https://www.insp.mx/avisos/3835-riesgos-estres-laboral-salud.html>
20. Murray J. Somnolencia diurna, ronquidos y apnea obstructiva del sueño: la escala de somnolencia de Epworth. *Rev Chets* [Internet]. Ene 1993;103(1):30-36. Disponible en: <https://doi.org/10.1378/chest.103.1.30>
21. Tanta H. Nivel de estrés laboral durante la pandemia en personal de salud en la clínica San Francisco de Asís, Cajamarca 2022. [Tesis para obtener el título profesional de licenciada en enfermería]. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca, 2024. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/7031/tesis%20pdf%20hayde%20fanny.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. Palacios J, Rodríguez R, Fuerte L, Pereyra V, Ramírez Y. relación entre calidad de sueño y somnolencia diurna en estudiantes universitarios. *Rev de investigación en salud* [Internet]. May-Ago 2024; 7(20): 382-392. Disponible en: <https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i20.307>

23. Sánchez S, Solarte W, Correa S, Imbachí D, Anaya M., et al. Factores relacionados con la calidad de sueño y la somnolencia diurna en universitarios del suroccidente colombiano. Rev Internacional de ciencias de la salud [Internet] . Jul 2021; 18(3):232-246. Disponible en:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9142258>
24. Avilla I, Arango A, Cruz F, Gómez N, Márquez Y, Perlaza C., et al. Somnolencia diurna excesiva en adultos mayores de un programa municipal de actividad física. Rev. Facultad de ciencias médica de Córdoba [Internet] 2024 Mar; 81 (1):40-42
Disponible en:
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/med/article/view/41826>
25. Rodríguez C, Carreño S, Ortiz R, Avalos A. Análisis de la relación entre el índice de masa corporal y la somnolencia diurna en universitarios mexicanos. Rev Esp Nutr Hum Diet [Internet] 2023 Jul-Sep; 27(3):205-12. Disponible en:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452023000300005&lng=es&nrm=iso
26. Trejo M, Ríos I, López J, Aguilar M, Andrade E. Calidad de sueño y la somnolencia diurna en los estudiantes de la Facultad de Ciencias, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Bin Bang Faustiniiano [Internet] 2022 Oct 11(01). Disponible en:
<https://datos.unjfsc.edu.pe/index.php/BIGBANG/article/view/748>
27. Pico J, Bravo G. Estrés laboral y sus efectos psicosomáticos en el personal obrero del ministerio de transporte y obras públicas “MTOPE” zonal 4. Axioma [Internet] 2020. Dic (23): 39-44. Disponible en:
<https://axioma.pucesi.edu.ec/index.php/axioma/article/view/626/556>
28. Chávez A, Sáenz L, Cámara A. Asociación entre el estilo de vida saludable y estrés laboral en médicos de un distrito de Lima, Perú. Rev Peru Med Integrativa. [Internet]. 2023 Oct ;7(4). Disponible en:
<https://rpmpe.pe/index.php/rpmpe/article/view/693/752>
29. Veneros G. Estrés laboral en el personal de salud de un hospital público del Callao durante la pandemia del COVID – 19. Rev Ecu Psicología. [Internet] 2024 En-Abr 6(14):19-29. Disponible en: <https://doi.org/10.33996/repsi.v6i14.86>
30. Cruz L, Placencia M, Saavedra C, Tipula M. Somnolencia diurna y calidad de sueño en el rendimiento escolar de adolescentes de una institución educativa estatal. An. Fac. med. [Internet]. 2021 Oct 82(4):309-313. Disponible en:

VII. ANEXOS

ANEXO 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIE-VRI

Instituciones :	Universidad Privada Norbert Wiener
Investigadores:	Luz Elita Díaz Rojas y Piero Andre Regalado Montañez
Título :	Somnolencia Diurna y Estrés Laboral en trabajadores del mercado Villa Señor de los Milagros, Callao, 2025

I. INVITACIÓN

Estamos invitando a usted a participar en un estudio denominado: **Somnolencia diurna y estrés laboral en trabajadores del mercado de Villa Señor de los Milagros, Callao, 2025.**

II. INFORMACIÓN

2.1 Propósito del estudio

Es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener, que tiene como propósito: Determinar la relación entre la Somnolencia diurna y el estrés laboral en trabajadores del mercado de Villa Señor de los Milagros. Su ejecución permitirá aportar y ampliar el conocimiento para futuras investigaciones, como también a la creación de nuevas formas de intervención que permitan promover la salud y bienestar de los trabajadores del mercado, con la finalidad de reducir problemas en su salud física, mental y en el ámbito social – familiar.

Duración del estudio: El estudio se realizará en un periodo de cuatro meses, que corresponde entre junio a septiembre del 2025.

2.2 Numero esperado de participantes: La cantidad de personas como muestra serán 80 trabajadores que cuenten con antecedentes de somnolencia diurna y estrés laboral.

2.3 Criterios de inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión:

- Trabajadores del mercado que tengan laborando mínimo 6 meses.
- Trabajadores que acepten y firmen el consentimiento informado.
- Trabajadores que laboren mínimo 10 horas diarias.
- Trabajadores que laboren 7 días a la semana.
- Trabajadores con edades comprendidas entre 30 a 60 años.

Criterios de exclusión:

- Trabajadores con alguna alteración psicológica y/o Psiquiátrica diagnosticadas.
- Trabajadores que reciban medicación para inducir al sueño.
- Trabajadores que no completen el llenado de los cuestionarios de medición
- Trabajadores que utilicen dispositivos para dormir
- Trabajadores que reciban terapia psicológica.

2.4 Procedimientos del estudio

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

- Con la autorización respectiva se coordinará con el supervisor del mercado 20 de enero, para la aplicación de los instrumentos previo consentimiento informado y firmado.
- Se realizará la recolección de datos correspondientes, edad, sexo.
- Posterior a ellos, se realizará el llenado de ambos instrumentos, Epworth para Somnolencia diurna y Hock para estrés laboral.
- Se estimará un tiempo de 10 minutos para llevar a cabo la encuesta a cada trabajador del mercado.
- A modo de terminar, se les agradecerá por su participación y se procederá a realizar el análisis de los datos que se obtendrán.
- La encuesta de Somnolencia diurna y estrés laboral puede demorar unos 10 minutos, los resultados se le entregaran a Usted en forma individual y almacenaran respetando la confidencialidad y el anonimato.

2.6 Riesgos:

Su participación en el estudio a pesar de ser una prueba de bajo riesgo puede traer consigo incomodidad.

2.7 Beneficios:

Usted se beneficiará, informándose si es o no un trabajador que presenta somnolencia diurna y estrés laboral.

2.8 Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por la participación. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

2.9 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.

2.10 Derechos del paciente:

Si usted se siente incómodo al momento de llenar la encuesta, podrá retirarse o no participar en el estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud y/o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio.

2.11 Preguntas/contacto

Si tiene preguntas o inquietudes puede comunicarse con los investigadores Luz Elita Díaz Rojas y Piero Andre Regalado Montañez al 937023601/990923588. También puede contactar al Comité de Ética que validó este estudio a través de la Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, al correo etica@uwiener.edu.pe.

2.12 Ocurrencia/reclamo

En caso de existir alguna ocurrencia o reclamo, puede contactar al Comité de Ética que validó este estudio a través de la Mg Angelica Karina Minaya Galarreta presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, al correo comité.etica@uwiener.edu.pe

III. DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que cosas pueden pasar si participo en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Participante
Nombres:
DNI:




Investigador
Nombres: Díaz Rojas Luz Elita
DNI: 73880699



Investigador

Nombres: Regalado Montañez Piero Andre

DNI: 70285295

Anexo 2: Instrumentos

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:

Sexo:

- a) Femenino
- b) Masculino

Edad:

- a) 30-39
- b) 40-49
- c) 50-60

ESCALA DE EPWORTH (VERSIÓN PERUANA MODIFICADA)

¿Qué tan probable es que usted cabecee o se quede dormido en las siguientes situaciones?

Considere los últimos meses de sus actividades habituales. No se refiere a sentirse cansado debido a la actividad física- Aunque no haya realizado últimamente las situaciones descritas, considere como le habrían afectado. Use la siguiente escala y marque con una x la opción más apropiada para cada situación:

- Nunca cabecearía (0)
- Poca probabilidad de cabecear (1)
- Moderada probabilidad de cabecear (2)
- Alta probabilidad de cabecear (3)

Situación	Probabilidad de cabecear			
	Nunca	Poca	Moderada	Alta
Sentado leyendo				
Viendo televisión				
Sentado (por ejemplo, en el teatro, en una reunión, en el cine, en una conferencia, escuchando la misa o el culto)				
Como pasajero en un automóvil, ómnibus, micro o combi durante una hora o menos de recorrido				
Recostado en la tarde si las circunstancias lo permiten				
Sentado conversando con alguien				
Sentado luego del almuerzo y sin haber bebido alcohol				
Parado y apoyándose o no en una pared o mueble				

Fuente: Rosales E. 2009

¿Usted Maneja vehículos motorizados, ¿auto, camioneta, ómnibus, micro, combi, etc.?
 SI NO

MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN

CUESTIONARIO DE PROBLEMAS PSICOSOMÁTICOS (CPP) DE HOCK

Por favor seleccione y marque con una “X” la frecuencia con la que se le han presentado los siguientes síntomas en los últimos 3 meses, tomando como referencia los siguientes valores:

0	1	2	3	4	5
NUNCA	CASI NUNCA	POCAS VECES	ALGUNAS VECES	RELATIVAMENTE FRECUENTE	MUY FRECUENTE

1	Imposibilidad de conciliar el sueño	0	1	2	3	4	5
2	Jaqueca y dolores de cabeza	0	1	2	3	4	5
3	Indigestión y molestias estomacales	0	1	2	3	4	5
4	Sensación de cansancio extremo o agotamiento	0	1	2	3	4	5
5	Tendencia a comer, beber o fumar más de lo habitual	0	1	2	3	4	5
6	Disminución de interés sexual	0	1	2	3	4	5
7	Respiración entrecortada o sensación de ahogo	0	1	2	3	4	5
8	Disminución de apetito	0	1	2	3	4	5
9	Temblores musculares (por ejemplo, tics nerviosos o parpadeos)	0	1	2	3	4	5
10	Pinchazos o sensaciones dolorosas en las distintas partes del cuerpo	0	1	2	3	4	5
11	Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana	0	1	2	3	4	5
12	Tendencias a sudar o palpitaciones	0	1	2	3	4	5
Subtotal							
Total							

Adaptado: del cuestionario de Problemas Psicosomáticos (CPP) de HOCK (1988, adaptado al español por García., Et al)

Anexo 3: Validez de juicios de expertos

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS

TÍTULO: “SOMNOLENCIA DIURNA Y ESTRÉS LABORAL EN TRABAJADORES DEL MERCADO DE VILLA SEÑOR DE LOS MILAGROS, CALLAO 2025”

Nº	Dimensiones	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencia
VARIABLE 1: SOMNOLENCIA DIURNA								
	DIMENSIÓN 1:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Sin Somnolencia							
	DIMENSIÓN 2:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia leve							
	DIMENSIÓN 3:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia moderada							
	DIMENSIÓN 4:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia severa							
Nº	Dimensiones	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencia
VARIABLE 2: ESTRÉS LABORAL								
	DIMENSIÓN 1:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Fases del estrés							
	DIMENSIÓN 2:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Alarma							
	DIMENSIÓN 3:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Resistencia							
	DIMENSIÓN 4:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Agotamiento							

1 pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2. relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

3. claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Aplicación solo para este estudio

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable []

Aplicables después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador:

Dra. Aimeé Yajaira Diaz Mau

DNI: 40604280

Especialidad del validador: Doctora en Educación –
Fisioterapeuta Cardiorrespiratorio

05 de agosto del
2025



Firma del Experto Informante

Apellidos y nombres del juez validador.

Mg: Rosas Sudario Milagros Nohely

DNI: 45898804

Especialidad del validador: Magister en Docencia Universitaria –
Fisioterapeuta Cardiorrespiratorio

09 de agosto del
2025



Firma del Experto Informante

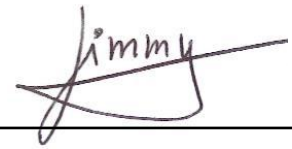
Apellidos y nombres del juez validador.

Mg: Jimmy Teobaldo Huamán Vila

DNI: 48514944

Especialidad del validador: Magister en docencia universitaria
y Especialista en Fisioterapia Cardiorrespiratorio

11 de agosto del
2025



Firma del Experto Informante

Anexo 4: Confiabilidad del instrumento

RESULTADOS

PRUEBA DE NORMALIDAD

Resumen de procesamiento de casos						
	Casos					
	Válido		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Somnolencia diurna	80	100.0%	0	0.0%	80	100.0%
Estrés laboral	80	100.0%	0	0.0%	80	100.0%

Pruebas de normalidad						
	Kolmogórov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Somnolencia diurna	0.100	80	0.046	0.974	80	0.110
Estrés laboral	0.109	80	0.021	0.979	80	0.200

a. Corrección de significación de Lilliefors

Prueba de normalidad para variable somnolencia diurna: Según resultados de la prueba de normalidad de denota que el grado de libertad (gl) es de 80 por lo tanto se empleará la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov con un valor de P valor (sig.) de 0.046 esto determina que la distribución de datos no presenta normalidad.

Prueba de normalidad para variable estrés laboral: Según resultados de la prueba de normalidad se interpreta que el grado de libertad (gl) es de 80 por lo tanto se empleará la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov con un valor de P valor (sig.) de 0.021 esto determina que la distribución de datos no presenta normalidad.

Para ambas pruebas de valor de normalidad aceptada es la prueba de Kolmogórov-Smirnov con la corrección Lilliefors el valor de sig. Es de $P > 0.05$.

CONFIABILIDAD Y VALIDEZ DEL INSTRUMENTO SOMNOLENCIA DIURNA / ESTRÉS LABORA.

- Se aplicó el coeficiente de Alfa de Cronbach para medir la fiabilidad de una escala de medida

Criterio para la evaluación del Coeficiente Alfa de Cronbach	
0 a 0.2	Muy baja
0.2 a 0.4	Baja
0.4 a 0.6	Moderado
0.6 a 0.8	Buena
0.8 a 1.0	Alta

- Se evalúa con una muestra de 35 trabajadores del mercado de Villa Señor de los Milagros, Callao 2025.
- El coeficiente de Alfa de Cronbach obtenido fue de 0.823 para Somnolencia diurna, al encontrarse en el rango de consistencia del instrumento es **alta**, según criterio de coeficiente de Alfa de Cronbach.
- El coeficiente de Alfa de Cronbach obtenido fue de 0.926 para Estrés laboral, al encontrarse en el rango de consistencia del instrumento es **alta**, según criterio de coeficiente de Alfa de Cronbach.

Anexo 5: Aprobación del comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 18 de julio del 2025.

Autor Responsable:
REGALADO MONTAÑEZ PIERO ANDRE

Exp. N°: 1490-2025

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) evaluó y **APROBÓ** el siguiente proyecto de investigación:

Proyecto Titulado: "SOMNOLENCIA DIURNA Y ESTRÉS LABORAL EN TRABAJADORES DEL MERCADO DE VILLA SEÑOR DE LOS MILAGROS, CALLAO 2025." Versión Nro. 1, con fecha 16/07/2025.

El cual tiene como Autor(es) a:

REGALADO MONTAÑEZ PIERO ANDRE
DÍAZ ROJAS LUZ ELITA

La **APROBACIÓN** comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

- La **vigencia** de la aprobación es **24 meses** a partir de la emisión de este documento.
- Toda **enmienda** deberá presentarse al CIEIC-UPNW; el proyecto no podrá ejecutarse sin su aprobación previa.
- La constancia de aprobación por el CIEIC **no garantiza la aceptación** por parte de las **instituciones** donde pretende ejecutar el trabajo de investigación.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Mg. Angélica Karina Minaya Galarraga
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 6: Carta de aprobación de la institución para la recolección de datos

Lima, 28 de junio del 2025

CARTA DE ACEPTACIÓN

Presidente del mercado 20 de enero Villa señor de los Milagros:
Guardales Huasupoma Edgar.

Hace constar que:

Los Bachilleres de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación, Luz Elita Díaz Rojas con DNI N° 73880699 con código 2019101104 y Piero Andre Regalado Montañez con DNI N° 70285295, con código 2020100039, de la universidad Norbert Wiener, respecto a lo solicitado se les brinda la aprobación para la recolección de datos a los trabajadores del mercado Villa Señor de los Milagros, como población de estudio para su tesis que tiene como título.

“Somnolencia Diurna y Estrés Laboral en trabajadores del mercado de Villa Señor de los Milagros, Callao, 2025”

Se expide la presente constancia de solicitud del interesado:

Asoc. Comerciantes
“EL AMAUTA”


PRESIDENTE

Presidente: Guardales Huasupoma Edgar

DNI: 085 146 96

● 9% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 8% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 6% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

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

1	repositorio.unu.edu.pe Internet	2%
2	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	1%
3	apirepositorio.unh.edu.pe Internet	1%
4	Universidad Privada San Juan Bautista on 2025-04-04 Submitted works	<1%
5	hdl.handle.net Internet	<1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Internet	<1%
7	coursehero.com Internet	<1%
8	Universidad Católica de Santa María on 2024-08-26 Submitted works	<1%