



Universidad  
Norbert Wiener

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA**  
**SEGUNDA ESPECIALIDAD EN CUIDADO ENFERMERO EN**  
**EMERGENCIAS Y DESASTRES**

**Trabajo Académico**

Sobrecarga laboral y trastornos musculoesqueléticos en el personal de  
enfermería de un hospital público de Cañete, 2026

**Para optar el Título de**  
Especialista en Cuidado Enfermero en Emergencias y Desastres

**Presentado por:**

**Autor:** Chang Ruiz, Jesus Fermin

**Código ORCID:** <https://orcid.org/0009-0000-8360-2848>

**Asesora:** Mg. Gil Miranda, Elizabeth Maribel

**Código ORCID:** <https://orcid.org/0009-0000-6440-6454>

**Lima – Perú**

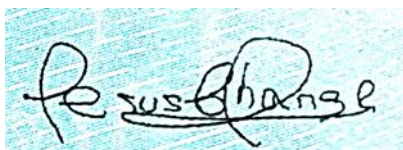
**2026**

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

Yo **CHANG RUIZ, JESUS FERMIN** egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud y Programa Académico de Enfermería, del programa **Segunda especialidad en Cuidado Enfermero en Emergencias y Desastres**, de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación **“Sobrecarga Laboral y Trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de un Hospital Público de Cañete, 2026”** Asesorado por el docente: **GIL MIRANDA ELIZABETH MARIBEL**, DNI **09774617** ORCID <https://orcid.org/0009-0000-6440-6454>, tiene un índice de similitud de **14 % (catorce)** con código OID: **:14912:575987192**, 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  
 CHANG RUIZ, JESUS FERMIN  
 DNI N°: 43436848



.....  
 Firma  
 GIL MIRANDA, ELIZABETH MARIBEL  
 DNI N° 09774617

Lima, 07 de Abril del 2026

## **DEDICATORIA**

A mis padres por haberme dado lo necesario para poder seguir mi camino, y ser la persona que soy hoy en día, siendo varios de mis logros a razón de dicho esfuerzo.

## **AGRADECIMIENTO**

Al concluir este capítulo de mi vida, me siento lleno de inmensa gratitud hacia quienes hicieron posible este viaje. Me gustaría expresar mi más sincero agradecimiento a mis padres, hermanos por su inquebrantable apoyo y aliento.

Me gustaría expresar mi agradecimiento a la escuela de enfermería y extender mi más sincero agradecimiento a mi asesora de tesis.

## ÍNDICE

DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
ÍNDICE .....	iv
RESUMEN .....	vii
ABSTRACT.....	viii
<b>1. EL PROBLEMA.....</b>	<b>1</b>
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema .....	3
1.2.1. Problema general .....	3
1.2.2. Problemas específicos.....	3
1.3. Objetivos de la investigación .....	4
1.3.1. Objetivo general.....	4
1.3.2. Objetivos específicos .....	4
1.4. Justificación .....	5
1.4.1. Justificación teórica .....	5
1.4.2. Justificación metodológica.....	5
1.4.3. Justificación práctica.....	6
1.5. Delimitación.....	6
1.5.1. Temporal.....	6
1.5.2. Espacial.....	7
1.5.3. Población o unidad de análisis .....	7
<b>2. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>8</b>
2.1. Antecedentes de la investigación .....	8
2.1.1. Antecedentes internacionales .....	8
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	9
2.2. Bases teóricas.....	11
2.3. Formulación de Hipótesis.....	37
2.3.1. Hipótesis general .....	17
2.3.2. Hipótesis específicas .....	38

3. METODOLOGÍA.....	18
3.1. Método de investigación.....	18
3.2. Enfoque investigativo.....	18
3.3. Tipo de investigación.....	18
3.4. Diseño de la investigación.....	19
3.5. Población, muestra y muestreo.....	19
3.6. Variables y operacionalización.....	21
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	22
3.7.1. Técnica.....	22
3.7.3. Validación.....	22
3.7.4. Confiabilidad.....	23
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos.....	23
3.9. Aspectos éticos.....	23
4 ASPECTOS ADMINISTRATIVOS.....	25
4.1. Cronograma.....	25
4.2. Presupuesto.....	26
5. REFERENCIAS.....	37
ANEXOS.....	37
Anexo 01: Matriz de consistencia.....	38
Anexo 02: Instrumentos de recolección de datos.....	40
Anexo 03: Consentimiento informado.....	45
Anexo 04: Informe de Originalidad.....	38

## RESUMEN

Su objetivo es “Determinar la relación entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos”. El estudio es de tipo aplicada con un paradigma cuantitativo, correlacional, y no experimental con una muestra de 80 enfermeras, en un hospital público ubicado en Cañete, con el uso de dos cuestionarios validados y confiables. Luego de la aplicación de las encuestas se codificar los datos obtenidos de la muestra, lo cual se plasmará en una data en Excel, lo que luego será analizado estadísticamente por el programa SPSS 26.0, le cual nos brindará resultados descriptivos como inferenciales con la prueba de Spearman, de igual forma el desarrollo del estudio se rige bajo la ética de la investigación con principios como la justicia, la beneficencia, la no maleficencia y la autonomía, que asegura la libre voluntad de participación de la muestra y del respeto que se aplicará en le proceso tanto para los participantes como la institución involucrada.

**Palabras claves:** Sobrecarga laboral, Trastornos musculoesqueléticos, personal de enfermería.

## ABSTRACT

His objective is "To determine the relationship between work overload and musculoskeletal disorders". The study is applied with a quantitative, correlational, and non-experimental paradigm with a sample of 80 nurses, in a public hospital located in Cañete, with the use of two validated and reliable questionnaires. After the application of the surveys, the data obtained from the sample will be coded, which will be reflected in data in Excel, which will then be statistically analyzed by the SPSS 26.0 program, which will provide us with descriptive and inferential results with the Spearman test, in the same way the development of the study is governed by the ethics of research with principles such as justice, beneficence, non-malefficiency and autonomy, which ensures the free will of participation of the sample and the respect that will be applied in the process both for the participants and the institution involved.

**Keywords:** Work overload, Musculoskeletal disorders, Nursing staff.

## **1. EL PROBLEMA**

### **1.1. - Planteamiento del problema**

En el mundo según la *Organización Mundial de la Salud* (OMS), más de 1.700 millones de personas sufren trastornos musculoesqueléticos, y la zona lumbar es la más incidente y afecta a 568 millones de individuos. La discapacidad resultante ha ido en aumento y se espera que siga aumentando en las próximas décadas afectando principalmente el desempeño de los trabajadores de la salud. Los trastornos musculoesqueléticos contribuyen a los años vividos con discapacidad (AVD) en todo el mundo, ya que representan aproximadamente 149 millones, lo que equivale al 17% de todos a nivel mundial (1).

En Malasia un estudio del 2021, realizado en 300 enfermeras de emergencia de un hospital nacional en un 97,3 % presentaron dolor asociado con el trabajo en los últimos 12 meses, con dolor intenso en la parte inferior de la espalda (19,7 %), el hombro derecho (29,7 %) y el izquierdo. hombro (30,3%) se debieron a trastornos musculoesqueléticos muy frecuentes en el ámbito sanitario (2).

A nivel de Centro América en Portugal 2023, se halló una incidencia de 12 meses de trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo entre enfermeras osciló entre 71,8% y 84%, por lo que existe una necesidad urgente de programas de intervención preventiva para evitar efectos negativos físicos, psicológicos, socioeconómicos y sociales. aspectos laborales (3).

De igual forma en Sudamérica, particularmente en Colombia del año 2005 al 2020, se identificó que los principales elementos de riesgo ergonómico que se asocian a TME en profesionales de enfermería fueron el sobrepeso con 38 %, el trabajo manual de carga con 62% y la alta demanda de turnos con 55 %. En otros países latinoamericanos como Brasil, México, Perú, Ecuador y Argentina, destacaron la movilización repetida de pacientes con 70 %, los movimientos repetitivos con 68 %, la sobrecarga laboral con 60 % y las posturas incómodas

con 72 %, factores que constituyen un foco prioritario de prevención debido a que estos trastornos generan discapacidad física en más del 50 % del personal de salud (4).

Por otro lado, en Colombia en un estudio del 2024, la carga laboral promedio fue del 66,4%, siendo más alta en turnos nocturnos, en donde cada enfermera atendía mínimo 3 pacientes. La regresión logística indicó que tanto la carga laboral, como la relación enfermero/paciente están significativamente asociadas con la ocurrencia de eventos adversos y una alta exposición física en la salud del personal (5).

Un estudio en Ecuador del 2023, muestra que la población estudiada, en su mayoría menor de 40 años y con poca experiencia laboral, está compuesta principalmente por médicos, de los cuales el 49% presenta lumbalgia. Aunque los factores de riesgo analizados no mostraron una relación estadísticamente significativa con la afección, el estudio concluye que la lumbalgia en el personal sanitario de una Clínica, es de origen multifactorial, involucrando tanto factores sociodemográficos como laborales (6).

En el Perú en un estudio en Lima del 2022 evidenció que el 62% de los participantes reportaron dolor lumbar. En el modelo multivariado, se halló que la prevalencia de lumbalgia aumentaba con más años de trabajo y con antecedentes de incapacidad laboral. Sin embargo, a mayor edad, la prevalencia de lumbalgia disminuía, referido por una mayor experiencia en el manejo de la carga laboral (7). De igual forma en otro estudio lograron evidenciar que, los factores asociados a dolor lumbar fueron el sexo masculino, el sobrepeso, la demanda laboral alta, el realizar actividad física y el antecedente de trauma lumbar (8).

Según un estudio realizado en una de las Clínicas Privadas de Lima las afecciones provocadas con respecto al dolor, molestias o incomodidad presentadas en algún momento durante los últimos doce meses, las zonas con mayor compromiso fueron la región cervical, dorsal y lumbar, con una frecuencia de 76,7%, la postura obsesiva y el movimiento

frecuente ocupan el segundo lugar entre las enfermedades profesionales, el personal de enfermería es el más afectado, con una prevalencia del 80% (9).

En el mismo contexto en un hospital del Seguro Social de Lima del 2023, la sobrecarga laboral tuvo un impacto negativo en el desempeño del personal del 66.7% del personal de enfermería, ya que redujo el tiempo dedicado a cada paciente y provocó un desgaste físico y mental, lo que resultó en un déficit en su rendimiento (10).

En el contexto hospitalario, las enfermeras cumplen con un rol crucial en la atención de los pacientes, enfrentándose a jornadas laborales extensas, demandas físicas y emocionales intensas. En el Hospital Público Regional Rezo de Cañete durante el año 2025, se ha observado que la carga laboral del personal de enfermería parece estar asociada con mayores niveles de fatiga física y molestias musculares. Sin embargo, no se ha determinado con claridad cómo estas dinámicas influyen en el desarrollo de trastornos musculoesqueléticos.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026?

### **1.2.2. Problemas específicos**

¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga física y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026?

¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga mental y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026?

¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión trabajo a turnos y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026?

¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión factores de la organización y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital de público de Cañete, 2026?

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

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

Determinar la relación entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

Identificar la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga física y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete 2026

Identificar la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga mental y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital de público de Cañete, 2026

Identificar la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión trabajo a turnos y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026

Identificar la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión factores de la organización y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital de público de Cañete, 2026.

## **1.4. Justificación**

### **1.4.1. Justificación teórica**

Es importante investigar el nivel de conexión entre la sobrecarga laboral y los TME en trabajadores de enfermería, ya que ello permitirá analizar cómo las exigencias físicas y emocionales afectan la salud y el desempeño de estos profesionales. Para la variable sobre carga laboral tendremos en cuenta desde la teoría de autocuidado de Dorothea Orem que se profundizará en cómo las demandas laborales impactan la capacidad de autocuidado del personal, mientras que la teoría de adaptación de Calista Roy proporcionará un marco para analizar las respuestas adaptativas frente a los estímulos laborales, sentando las bases para una mejor prevención y promoción de la salud y la sostenibilidad en el entorno hospitalario.

Por otro lado para la variable trastornos musculoesqueléticos será abordado con la teoría de MPS de Nola Pender quien describe la manera en que los individuos escogen participar en conductas que mejoran su bienestar, enfocándose en factores de tipo afectivo y cognitivo, así como la teoría de ambiental de Florence Nigthingale quien postula que el entorno influye directamente en la salud y recuperación del paciente, estableciendo que la enfermería debe manipular factores externos para sanar.

### **1.4.2. Justificación metodológica**

Estudio de diseño no experimental de enfoque cuantitativo, lo que permite analizar el nivel de relación entre variables, en trabajadores de enfermería sin alterar su entorno natural, garantizando así la objetividad de los datos. Este enfoque facilita la recolección de información medible y confiable, como la intensidad de la carga laboral y la prevalencia de molestias musculoesqueléticas, empleando cuestionarios validados y confiables y técnicas estadísticas que podrán servir de modelo para otros estudios que tengas objetivos similares.

Además, los instrumentos seleccionados cumplen con los criterios de ser validados y confiables, los cuales fueron utilizados por Córdova en el 2022 y Santamaria en el 2018, para las variables respectivamente, ajustándose apropiadamente a este estudio para alcanzar los resultados esperados.

### **1.4.3. Justificación práctica**

Radica en su capacidad para identificar cómo la sobrecarga laboral impacta en la aparición de trastornos musculoesqueléticos en trabajadores de enfermería, lo que permitirá diseñar estrategias concretas para mejorar su bienestar, seguridad y desempeño laboral. Entre los beneficios específicos que se podrían lograr en el hospital se incluyen: la reducción de lesiones y ausentismo laboral mediante programas de capacitación en ergonomía adaptados a las áreas de trabajo del hospital, la implementación de pausas activas y ejercicios preventivos durante los turnos, la optimización de la distribución de tareas y la planificación de cargas físicas para minimizar el esfuerzo repetitivo, y la dotación de equipos y ayudas mecánicas adecuadas para el traslado seguro de pacientes. Estas acciones contribuirán a mejorar la calidad del cuidado brindado, aumentar la satisfacción del personal y garantizar un entorno laboral más seguro y eficiente, repercutiendo directamente en la atención de los pacientes y en la eficiencia de los servicios hospitalarios.

## **1.5. Delimitación**

### **1.5.1. Temporal**

la investigación será ejecutada en los meses de octubre a diciembre del 2025 y de enero a febrero del 2026

**1.5.2. Espacial**

El trabajo será aplicado en un hospital público de Cañete, ubicado en el cruce de la avenida Hermilio Valdizan con calle 13, Mz B Lt. 1, fundo don Luis – San Luis de Cañete

**1.5.3. Población o unidad de análisis**

Personal de enfermería, constituido entre licenciados y técnicos de enfermería de un hospital público de Cañete

## **2. MARCO TEÓRICO**

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

#### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Rahmadani et al. (11), en el 2022, en Indonesia se realizó un estudio con el objetivo de “determinar el efecto del índice de masa corporal y la carga de trabajo sobre la fatiga y los trastornos musculoesqueléticos, así como su impacto en el desempeño del personal de enfermería”, con una muestra de 103 participantes, utilizando cuestionario. Los resultados mostraron que el IMC no afectó la fatiga ni el rendimiento, mientras que la carga de trabajo sí influyó significativamente en las quejas por trastornos musculoesqueléticos y en el rendimiento laboral. Además, las quejas de alta gravedad fueron 6,8%, gravedad moderada 14,6% y los de gravedad 78,6%

De Araújo et al. (12), en el 2023, en Brasil realizaron un estudio con el objetivo de “Investigar la relación entre la carga de trabajo en equipo y el desempeño en trabajadores de la salud con diferentes intensidades de síntomas musculoesqueléticos”. Se realizó una encuesta con 348 profesionales de la salud de 24 instituciones del sistema público. A través del análisis de conglomerados no jerárquico. En el grupo con mayores puntuaciones de síntomas musculoesqueléticos en un 38%, hubo menor desempeño y peor carga de trabajo en equipo con un 42%, Evidenciando una conexión significativa entre la carga de trabajo del equipo y el rendimiento mejora en situaciones de baja intensidad de síntomas musculoesqueléticos.

Keyaerts et al. (13), en el 2022, en Bélgica realizaron un estudio con el objetivo de “Analizar la asociación entre factores físicos y psicosociales relacionados con el trabajo y trastornos musculoesqueléticos en trabajadores de la salud: papel moderador del miedo al movimiento”. estudio transversal, 305 trabajadores de la salud de varios hospitales belgas completaron un cuestionario que incluía factores sociodemográficos, factores relacionados con el trabajo (apoyo social, autonomía en el trabajo, carga de trabajo y demandas físicas del trabajo).

Resultados: Las quejas se localizaron con mayor frecuencia en la región del cuello y los hombros (79,5 %) y la espalda baja (72,4 %). Se concluye que Los factores físicos y psicosociales laborales, así como el miedo al movimiento se relacionan con los trastornos musculoesqueléticos, además de los factores físicos y psicosociales laborales.

Ou et al. (14), en el 2021, en Taiwán realizaron un estudio con el objetivo de “explorar la relación entre los trastornos musculoesqueléticos y el desempeño laboral del personal de enfermería”. Investigación cuantitativa con 117 enfermeros y el uso del Cuestionario TME nórdico (NMQ) y el Índice de capacidad en el trabajo para examinar la prevalencia de los TME, en 117 miembros. Los hallazgos indican que el personal de enfermería estaba expuesto a un entorno laboral con un alto riesgo de TME en un 32%. El personal de urgencias tenía un riesgo particularmente alto de TME en un 23%. Concluyeron que la carga laboral media y alta aumentaban el riesgo de TME.

Acuña et al. (15), en el 2021, en Colombia realizó un estudio con el objetivo de “Analizar las evidencias sobre los factores de riesgo ergonómico que afectan el estado de salud del personal asistencial hospitalario”. Estudio correlacional donde se hizo una revisión selectivamente y retrospectiva de 34 artículos de investigación cuya búsqueda se sometió a una lectura analítica y crítica. De donde se obtuvo que las lesiones por presión no se pueden identificar fácilmente en el 36% de los casos, debido a que el síntoma de dolor es sensación sugestiva, en la gran parte los casos se deben a condiciones de trabajo las que pueden generar este tipo de enfermedad en un 43%. Se concluye que elementos de riesgo afecta a la salud del trabajador asistencial.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Manzano (16) ,en el 2024, en Ica realizó un estudio con el objetivo de “analizar la relación entre la sobrecarga laboral y el desgaste físico en enfermeros del área de emergencia

de un Hospital de Ica en 2024”. Estudio no experimental. La población constó de 65 enfermeros, con el uso de cuestionarios validados por expertos. Se halló que el 68% del personal percibe la sobrecarga laboral como de nivel medio, mientras que el 58% reporta un desgaste físico también regular. Se concluyó que la SL presenta una conexión directa con el desgaste físico.

Medina. (17), en el 2023, en Huacho realizó un estudio con el objetivo de “determinar la relación entre la sobrecarga laboral y los riesgos ergonómicos de los enfermeros del Hospital Gustavo Lanatta Luján Huacho”. Disertación cuantitativa, experimental. de población 105 enfermeros, utilizó cuestionarios. Se halló que la sobrecarga laboral alcanzó un 22,9% nivel alto, 67,5% un nivel medio y 9,6 5 nivel bajo y en la variable riesgos ergonómicos alcanzaron un nivel alto 31,3%, 60,2% nivel medio y 8,4% nivel bajo. Se concluye que existe una conexión significativa entre los elementos estudiados.

Arque y Holgado. (18), en el 2025, en Cusco buscaron “Determinar la relación entre la carga Laboral y la sintomatología musculo esquelética en los Licenciados de Enfermería del servicio de emergencia del Hospital Regional, Cusco”, con una muestra de 50 participantes, utilizando el Cuestionario. Los resultados mostraron que el 84 % de los participantes eran mujeres entre 36 y 50 años, y el 66 % tenía entre 1 y 10 años de experiencia laboral. En cuanto la carga laboral, 60 % reportó nivel medio, 6 % nivel alto, lo cual contribuye al desarrollo de sintomatología musculoesquelética; el 60 % presentó síntomas moderados y 2 % severos. Se concluye que existe una correlación positiva entre la carga laboral y la severidad de los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería.

Cachay (19), en el 2022, en Lima buscó “Determinar la prevalencia de los trastornos musculoesqueléticos (TME) en el personal profesional asistencial de enfermería”. Estudio no experimental, para la recolección de datos se utilizó un cuestionario de 24 ítems adaptado del

cuestionario nórdico de Kuorinka, que se aplicó a una muestra de 72 enfermeros. Resultados: La prevalencia de TME encontrada es de 62.5%, asimismo el 51.4% presentó sobrepeso y 19.5% obesidad. Concluyó que la incidencia de TME se asocia a ser mujeres, con una mayor prevalencia en la zona dorsal y lumbar.

Pulcha. (20), en el 2022, en Arequipa realizó un estudio con el objetivo de “determinar la relación entre las características laborales y los trastornos musculoesqueléticos que presenta el personal de enfermería, Hospital Regional Honorio Delgado”. Un estudio correlacional, con 74 enfermeras y se usó cuestionario Nórdico y de carga laboral. Resultados: las características laborales fueron regulares en un 38% y el caso de los trastornos musculoesqueléticos se presentó en un nivel moderado en el 42%. Concluyó que existe una conexión directa entre los elementos estudiados.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1 Sobrecarga laboral**

Se refiere al exceso de tareas o demandas que requieren habilidades, destrezas y conocimientos, generando un estrés significativo que genera un desgaste psicológico y físico. Este fenómeno puede dividirse en dos tipos: la sobrecarga cuantitativa, que implica un exceso en la cantidad de actividades que deben realizarse durante la jornada laboral, y la sobrecarga cualitativa, que se refiere a las demandas excesivas en términos de competencias, habilidades y conocimientos que se exigen al trabajador (21).

Es el exceso de tareas asignadas a un trabajador, lo que genera sobrecarga laboral y afecta negativamente su desempeño diario, al exigirle esfuerzos psicofísicos que muchas veces superan sus funciones y limitaciones. Esto tiene consecuencias tanto psicológicas como físicas

en los trabajadores, los cuales presentan en su mayoría malos hábitos, bajo desempeño 5 laboral, falta de interés, entre otros (22).

Por otro lado, se ha demostrado que la carga de trabajo de los enfermeros genera estrés y afecta la seguridad del paciente. Los efectos directos de esta carga en la atención al paciente pueden manifestarse en la falta de tiempo para llevar a cabo tareas cruciales, lo que puede resultar en complicaciones, resultados adversos y un aumento en la mortalidad (23).

### **Dimensiones de sobrecarga laboral**

**Carga física:** La cantidad de actividad física necesaria para realizar una tarea se conoce como carga de trabajo. Todas las actividades laborales demandan una cierta cantidad de energía, y a mayor esfuerzo requerido, mayor es el consumo de energía (24). Todo trabajo muscular implica una cantidad de fuerza, que puede clasificarse como estática o dinámica según la forma en que se aplique. Además, se refiere a las transformaciones o adaptaciones corporales que una persona experimenta, las cuales generan fatiga física debido a las exigencias del cuerpo (25).

**Carga mental:** La sobrecarga laboral, influenciada por los rasgos de personalidad de cada individuo, puede generar problemas conductuales y emocionales, tales como ansiedad, depresión, dificultades de concentración y una inclinación hacia el aislamiento. Además, se define como el conjunto de demandas mentales, intelectuales o cognitivas que enfrenta un trabajador durante su jornada laboral; en otras palabras, es la cantidad de esfuerzo intelectual o actividad mental necesaria para llevar a cabo un trabajo (26).

**Trabajo a turnos:** Esta modalidad, además de tener la particularidad en muchas ocasiones de no contar con horarios definidos, también cuenta con algunos factores relevantes que generan alto impacto en los individuos y pueden llegar a aumentar el nivel de riesgo en cada una de las tareas. Algunos de estos factores están asociados a la convivencia,

alimentación, áreas de trabajo, zonas de influencia, cambios repentinos en la jornada laboral, entre otras situaciones que se pueden presentar en el desarrollo del turno (27).

**Factores de la organización:** Son aquellos elementos propios de la estructura, jerarquía y organización de la empresa que pueden influir en la aparición de riesgos, o bien mitigarlos. Guardan relación con la capacidad de la entidad para gestionar todo lo relacionado con la seguridad vial laboral. Y suele existir gran heterogeneidad (28).

### **Teoría de adaptación de Callista Roy**

En la teoría se menciona que las formas más comunes de afrontamiento son el afrontamiento centrado en el problema, donde se hacen todos los esfuerzos para apuntar conscientemente a la causa del estrés, tratando de cambiarlo o eliminarlo, y el afrontamiento centrado en la emoción, que intenta abordar el estrés creado por la situación (29).

Según Roy, las enfermeras recurren a procesos de adaptación en cuatro modos principales: fisiológico, autoconcepto, función de rol e interdependencia. En el modo fisiológico, la exposición a largas jornadas laborales y tareas físicamente exigentes puede generar fatiga y trastornos musculoesqueléticos, afectando su capacidad de respuesta. En el modo de autoconcepto, el estrés continuo puede impactar su autoestima y bienestar emocional. En el modo de función de rol, la sobrecarga puede dificultar el cumplimiento adecuado de sus responsabilidades profesionales, mientras que, en el modo de interdependencia, puede afectar sus relaciones con colegas, pacientes y familiares (30).

### **Autocuidado de Dorothea Orem**

La Teoría refiere que cada persona, respecto a su salud tiene la capacidad de sí mismos de cuidarla, y que la enfermería interviene cuando las personas presentan déficits de autocuidado que impiden satisfacer sus necesidades básicas. Según Orem, el cuidado de enfermería se centra en identificar las carencias de autocuidado, brindar apoyo parcial o total

según sea necesario, y fomentar la independencia del paciente, promoviendo así la recuperación, la prevención de enfermedades y la mejora de la calidad de vida. Esta teoría se aplica tanto a nivel individual como familiar y comunitario, integrando aspectos físicos, psicológicos y sociales del cuidado (31).

### **2.2.2 Trastornos musculoesqueléticos (TME)**

Son una serie de trastornos que afectan directamente al sistema motor y pueden manifestarse como eventos a corto plazo como fracturas, esguinces, pero también pueden presentarse tan graves como limitaciones funcionales, discapacidades, etc. (32).

Los TME van desde enfermedades repentinas y de corta duración, como fracturas, esguinces y distensiones, hasta enfermedades crónicas que provocan una limitación permanente de la capacidad funcional y la discapacidad (33). El MSD identificó una gran cantidad de condiciones resultantes de un trauma físico, ya sea significativo dentro de un minuto o con el tiempo (34).

Esto cubre dolencias que van desde molestias menores y temporales hasta lesiones irreversibles e incapacitantes. Los trastornos musculoesqueléticos pueden ocurrir en todas las partes del cuerpo, pero la espalda, el cuello, los hombros y las extremidades superiores son las áreas más comúnmente afectadas (35).

Los trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo son lesiones en los músculos, , nervios, articulaciones, y en diversas parte del cuerpo, agravados por tareas como levantar, empujar o tirar de objetos. Los síntomas pueden incluir dolor, rigidez, hinchazón, entumecimiento y hormigueo (36).

### **Dimensiones de trastornos musculoesqueléticos**

**Cervicalgia:** La cervicalgia es el dolor que afecta a la nuca y las vértebras cervicales y que puede extenderse al cuello, la cabeza o a las extremidades superiores. Esta dolencia limita los movimientos y puede venir acompañada incluso de disfunción neurológica, aunque sólo en

el 1% de los casos. El dolor cervical ocurre por anomalías en las partes blandas, músculos, ligamentos, discos y nervios. También en las vértebras y articulaciones. La causa más común de dolor cervical son las lesiones de las partes blandas, debidas a traumatismos o deterioro progresivo (37).

**Dorsalgia:** La dorsalgia es una de las afecciones de columna más habituales, se refiere al dolor que se experimenta en la espalda, entre la columna cervical y la columna lumbar. Este dolor puede producirse por diversas razones y en algunos casos estar asociado a problemas más graves, como enfermedades cardíacas o pulmonares (38).

**Lumbalgia:** Es el dolor localizado en la zona lumbar, entre el borde inferior de las costillas y los glúteos; puede ser aguda, subaguda o crónica, y afecta la movilidad, la calidad de vida, el bienestar mental y el desempeño laboral. Hay dos tipos de lumbalgia: específica e inespecífica. En la específica, hay presencia de dolor ocasionado por alguna enfermedad o problema estructural de la columna vertebral, o bien, dolor que irradia desde otra parte del cuerpo (39).

**Mano y muñeca:** Algunas de las lesiones y enfermedades más comunes de la muñeca incluyen el síndrome del túnel carpiano, que ocurre cuando un nervio que va del antebrazo a la palma se comprime en la muñeca; el quiste ganglionar, que son masas o nódulos no cancerosos; la gota, una forma de artritis causada por la acumulación de ácido úrico en las articulaciones; fracturas o huesos rotos; osteoartritis, el tipo más común de artritis causada por el desgaste de las articulaciones; torceduras y distensiones que afectan los ligamentos, músculos o tendones; y tendinitis, que es la inflamación de los tendones, generalmente debido al uso excesivo de la muñeca (40).

Por otro lado, cualquier hueso de la mano puede romperse. Las fracturas de la mano incluyen: fracturas de los huesos del carpo (huesos de la muñeca), huesos metacarpianos

(huesos metacarpianos) y huesos del pulgar y de los dedos (falanges). Las fracturas comunes del carpo incluyen fracturas de escafoides y fracturas en gancho ganchoso (o gancho ganchoso) (ver Lesiones comunes de la mano), generalmente consideradas fracturas de muñeca. Para que la mano funcione correctamente, muchos músculos, tendones, ligamentos y huesos deben trabajar juntos. Obviamente, las fracturas menores pueden lesionar gravemente los tejidos blandos. Si estas lesiones no se tratan adecuadamente, las articulaciones pueden volverse rígidas, débiles o deformarse permanentemente, dejando al paciente gravemente discapacitado (41).

**Brazo y codo:** El brazo humano, compuesto por tres huesos principales (húmero, cúbito y radio), junto con músculos, articulaciones, tendones y otros tejidos conectivos, está sujeto a diversas lesiones que pueden ocurrir durante la práctica de deportes, caídas o accidentes. Entre los tipos de lesiones más comunes se encuentran la tendinitis y bursitis, torceduras, dislocaciones, fracturas, problemas en los nervios y osteoartritis. Además, las lesiones pueden afectar partes específicas del brazo, como la mano, muñeca, codo o hombro, generando diversas complicaciones que requieren tratamiento médico y cuidados adecuados para su recuperación (42).

### **Teoría de promoción de la salud**

La Teoría, desarrollada por Nola Pender, se centra en la motivación y el comportamiento del individuo para mejorar su salud y prevenir enfermedades. Plantea que los factores personales, cognitivos y sociales influyen en las decisiones de salud y que la enfermería tiene un rol clave en facilitar, educar y reforzar hábitos saludables, promoviendo estilos de vida que potencien el bienestar físico, mental y social. Esta teoría se aplica en la práctica clínica para implementar estrategias preventivas, programas educativos y acciones que fomenten la autonomía del paciente en el cuidado de su propia salud (43).

### **Teoría del Entorno de Florence Nightingale**

Nightingale sostiene que la salud y la recuperación del paciente dependen en gran medida de las condiciones del entorno, tales como la limpieza, ventilación, luz, temperatura, alimentación y tranquilidad. Nightingale enfatiza que la enfermería tiene la responsabilidad de optimizar estas condiciones para minimizar riesgos, prevenir enfermedades y favorecer la recuperación, considerando que un entorno adecuado es fundamental para el bienestar del paciente y para la eficacia de los cuidados de enfermería. Esta teoría resalta la importancia de la observación, la higiene y la organización del entorno en la práctica clínica diaria (44).

### **2.3. Formulación de hipótesis**

#### **2.3.1. Hipótesis general**

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.

#### **2.3.2. Hipótesis específicas**

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga física y los trastornos musculoesqueléticos en la enfermera en emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga mental y los trastornos musculoesqueléticos en la enfermera en emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral en su dimensión trabajo a turnos y los trastornos musculoesqueléticos en la enfermera en emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral en su dimensión factores de la organización y los trastornos musculoesqueléticos en la enfermera en emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Método de investigación**

Se utilizará el método hipotético deductivo, Es aquel que parte de una hipótesis sustentada por el desarrollo teórico de una determinada ciencia, que, siguiendo las reglas lógicas de la deducción, permite llegar a nuevas conclusiones y predicciones empíricas, las que a su vez son sometidas a verificación (45).

#### **3.2. Enfoque investigativo**

Se empleará un enfoque cuantitativo, el cual se orienta a la obtención de datos medibles y verificables, así como al análisis estadístico y numérico de la información recolectada a través de encuestas y cuestionarios, o mediante el uso de herramientas informáticas para el procesamiento de datos estadísticos existentes (46).

#### **3.3. Tipo de investigación**

El trabajo es de tipo aplicada porque la razón de su existencia es desempeñar un papel activo en la solución del problema en cuestión utilizando el conocimiento y aplicándolo de manera práctica (47).

### **3.4. Diseño de la investigación**

El diseño es observacional porque la labor del investigador se limita a la medición de las variables que se tienen en cuenta en el estudio. (48) Es descriptivo, porque se busca descifrar las características principales de las variables de estudio (49).

De nivel correlacional porque se busca la relación entre las variables de estudio (50). Asimismo, el estudio es prospectivo es un tipo de estudio longitudinal en el que los investigadores seguirán y observarán a un grupo de sujetos durante un período de tiempo para recopilar información y registrar el desarrollo de los resultados (51). De corte transversal como su nombre lo indica desde una perspectiva temporal y espacial (52).

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

#### **Población**

Tendrá una constitución de 80 personal de enfermería entre Licenciados y técnicos del área de emergencia de un hospital público de Cañete. El número total de individuos o grupos que exhiben o es probable que exhiban la característica que desea estudiar (53).

#### **Muestra**

En este caso dado que la población es menor a 100, la muestra estará conformado por el total de la población, que son 80.

#### **Muestreo**

Este estudio propone un muestreo probabilístico aleatorio simple, es una técnica de muestreo en la que todos los elementos que forman el universo y que por lo tanto están incluidos en el marco muestral tienen idéntica probabilidad de ser seleccionados para la muestra (54).

#### **Criterios de inclusión**

- Personal de enfermería, constituido entre licenciados y Técnicos

- Personal de enfermería que firme el consentimiento informado
- Que tiene más de 6 meses laborando en la institución

**Criterios de exclusión**

- Practicantes de enfermería
- Personal de enfermería que no llene correctamente los cuestionarios
- Personal de enfermería que este de licencia y/o vacaciones

### 3.6. Variables y operacionalización

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (niveles o rangos)
<b>V1: Sobrecarga laboral</b>	Es un desgaste profesional que afecta al trabajador por una serie de obligaciones y exigencias afectivas, físicas y mentales (55)	La sobrecarga laboral será evaluada mediante un cuestionario de 68 ítems, estructurado en cuatro dimensiones: C. física, C. mental, trabajo a turnos y F. organizacionales (56).	Carga física	Postura Desplazamiento Esfuerzo muscular	Ordinal	Alta (46-68) Media (23-45) Baja (00-22)
			Carga mental	Ritmo de trabajo Información Experiencia		
			Trabajo a turnos	Distribución de tiempo Estabilidad Cuidado del personal Seguridad Limitaciones		
			Factores de la organización	Preparativo Adelanto Determinación Vínculos		
<b>V2: Trastornos musculoesqueléticos</b>	Son afecciones localizadas que comprometen huesos, articulaciones, músculos, tendones y nervios, y que actualmente representan el problema de salud ocupacional más común, impactando a millones de trabajadores (57).	Los Trastornos de desgaste musculoesquelético del personal de enfermería serán medidos por un cuestionario de 24 ítems, de 5 dimensiones, tales como: cervicalgia, dorsalgia, lumbalgia, traumatismo en mano y muñeca y traumatismos específicos en brazo y codo (58)	Cervicalgia	Inflamación Síntomas	Ordinal	Grave (88-120) Moderado (56-87) Leve (24-55)
			Dorsalgia	Factores de riesgo		
			Lumbalgia	Factores causales Signos y síntomas		
			Traumatismo específico en mano y muñeca	Tendinitis Teno sinovitis Dedo en gatillo Síndrome del canal de Guyon Y del túnel carpiano		
			Traumatismos específicos en brazo y codo	Síndrome del pronador redondo y del túnel cubital		

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

#### **3.7.1. Técnica**

Para la recolección de datos se utilizará la encuesta técnica estructurada muy utilizada en la investigación por su rápida obtención de datos de una población determinada (59).

#### **3.7.2. Descripción**

##### **a) Instrumento para medir la variable sobrecarga laboral:**

El instrumento que se utilizará fue diseñado por Córdova (56) en el año 2022, El Cuestionario contiene un total de 68 ítems, distribuido en 4 dimensiones: “Carga física” (1-16), “Carga mental” (17-31), “Trabajo a turnos” (32-44), “Factores de la organización” (45-68). Para la calificación de las respuestas, se empleará la escala de dicotómica con la siguiente escala: Si (1) No (0). Para la categorización de la variable, se utilizará las siguientes escalas de evaluación: Alta (46-68), Media (23-45), Baja (00-22)

##### **b) Instrumento para medir la variable trastornos musculoesqueléticos:**

El instrumento que se utilizará para medir el “trastornos de desgaste musculoesquelético”, será el cuestionario de Santamaria (58), en Perú en el año 2018. Este instrumento contiene un total de 24 ítems, distribuido en 5 dimensiones: Cervicalgia (5 ítems), dorsalgia (6 ítems), lumbalgia (5 ítems), traumatismo específico en mano y muñeca (5 ítems) y traumatismos específicos en brazo y codo (3 ítems), con escala de Likert de 5 puntos. Se usara los siguientes niveles: Grave (88-120), Moderado (56-87) y Leve (24-55)

#### **3.7.3. Validación**

##### **a) Validación del instrumento que mide la variable sobrecarga laboral:**

Fue validado por juicios de 6 expertos aplicado en profesionales de salud alcanzando un 97%, quienes calificaron el instrumento con una valoración de “Muy alto” (56).

### **b) Validación de la variable trastornos musculoesqueléticos**

Se sometió a validez del juicio de 5 expertos con un 75% de concordancia indicando una lata validez (58).

### **3.7.4. Confiabilidad**

#### **a) Confiabilidad del instrumento que mide la variable sobrecarga laboral:**

Se utilizó el alfa de Cronbach obteniéndose el valor de 0.885, definiéndolo como confiabilidad fuerte (56).

#### **b) Confiabilidad de la variable trastornos musculoesqueléticos**

La confiabilidad del instrumento se realizó mediante la prueba piloto con 20 personas, obteniendo un resultado de 0.981 de Alfa Cronbach, considerada una confiabilidad alta (58).

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

Una vez obtenida información, las contestaciones serán sistematizadas y ingresadas en una base de datos en Excel. Posteriormente, la información será computada y analizada con el software estadístico SPSS versión 25.0, permitiendo la generación de estadísticos descriptivos a través de tablas de distribución de frecuencias y representaciones gráficas. Asimismo, se aplicarán análisis inferenciales para contrastar las hipótesis planteadas, empleando el coeficiente Rho de Spearman para comprobar las hipótesis.

### **3.9. Aspectos éticos**

El desarrollo del trabajo considerara los siguientes principios bioéticos (60):

**El principio de la justicia:** Los participantes serán tratados todos cordialmente con respeto e igualdad. Asimismo, la información recolectada será considerada válida y legítima.

En relación con la **autonomía**, se acatará la entereza voluntaria de los participantes, la

cual será expresada mediante la firma del consentimiento informado.

Respecto a la **beneficencia**, la muestra será informada sobre los objetivos de la estudio, cuyos resultados contribuirán a la mejora del bienestar y desempeño del personal de enfermería.

En cuanto a la **no maleficencia**, el estudio no ocasionará daño alguno a los participantes, ya que se desarrollará con fines estrictamente académicos y sin acciones que comprometan su integridad; además, se garantizará el anonimato y la confidencialidad de toda la información obtenida.

## IV. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

### 4.1. Cronograma

ACTIVIDADES	2025												2026							
	OCT				NOV				DIC				ENE				FEB			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Delimitación y definición del problema de investigación	■	■																		
Revisión y análisis de literatura científica pertinente			■	■	■															
Redacción de la introducción				■	■															
relevancia y fundamentación del estudio				■	■															
Formulación de los objetivos de la investigación					■	■	■													
Desarrollo de metodología					■	■	■	■												
Desarrollo del apartado de materiales y métodos: población de estudio, tamaño muestral y técnica de muestreo									■	■	■	■								
Desarrollo del apartado de materiales y métodos: técnicas e instrumentos para la recolección de datos									■	■	■	■								
Desarrollo del apartado de materiales y métodos: consideraciones éticas y bioéticas									■	■	■	■								
Desarrollo del apartado de materiales y métodos: procedimientos para el análisis de la información													■	■						
Organización de los aspectos administrativos													■	■						
Anexos													■	■						
validación del proyecto de investigación															■	■	■			
Defensa del informe final																			■	■
Sustentación del Trabajo																			■	■

Actividades realizadas ■

Actividades por realizar ■

## 4.2. Presupuesto

	2026	
Recursos		Costo total (S/.)
Internet	S/. 80 (5 meses)	S/. 400.00
Laptop	Adquisición única	S/. 1,650.00
USB	Adquisición única	S/. 25.00
Lapiceros	S/. 5 (5 meses)	S/. 25.00
Hojas bond A4	S/. 8 (5 meses)	S/. 40.00
Fotocopias	S/. 12 (5 meses)	S/. 60.00
Impresiones	S/. 15 (5 meses)	S/. 75.00
Espiralado	S/. 12 (3 meses)	S/. 36.00
Movilidad	S/. 35 (5 meses)	S/. 175.00
Alimentos	S/. 45 (6 meses)	S/. 270.00
<b>Total general</b>		<b>S/. 2,756.00</b>

## 5. REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Trastornos musculoesqueléticos [Internet]. 2021 [Consultado el 15 de enero de 2025] Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions>
2. Krishnan K, Raju G, Shawkataly O. Prevalencia de los trastornos musculoesqueléticos relacionados con el trabajo: factores de riesgo psicológicos y físicos/Prevalence of work-related musculoskeletal disorders: Psychological and physical risk factors. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021;18(17):9361. [Consultado el 15 de enero de 2025]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18179361>
3. Sousa A, Baixinho C, Presado M, Henriques M. The effect of interventions on preventing musculoskeletal injuries related to nurses work: Systematic Review. *J Pers Med* [Internet]. 2023;13(2). [Consultado el 15 de enero de 2025] Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3390/jpm13020185>
4. Daza M. Revisión bibliográfica sobre los trastornos músculo-esqueléticos más comunes asociados al riesgo ergonómico en los profesionales de la salud en Latinoamérica. [Internet] 2021 [Consultado el 15 de enero de 2025]; Disponible en: <https://digitk.areandina.edu.co/handle/areandina/4210>
5. Guzmán A, Gómez E. Relación entre la carga laboral de enfermería en las unidades de cuidado intensivo de un hospital de alta complejidad y la ocurrencia de eventos adversos. *Acta Colomb Cuid Intensivo* [Internet]. 2025; Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.acci.2025.09.001>
6. Gutiérrez Á, Manzano F, Quinde A. Lumbalgia aguda asociada a la carga laboral en el personal de salud y auxiliares de enfermería: Clínica Albán, Cuenca-Ecuador. *MQRInvestigar* [Internet]. 2023 [Consultado el 15 de enero de 2025];7(3):3760–88. Disponible en: <https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/644>

7. Llerena Y, Gomero R, Mejia C. Factores socio-laborales asociados a la lumbalgia en técnicas y enfermeras que atendieron pacientes Covid-19 en Perú. *Rev Asoc Esp Espec Med Trab* [Internet]. 2022 [Consultado el 15 de enero de 2025];31(2):146–54. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S3020-11602022000200003](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S3020-11602022000200003)
8. Delgado G, Virú H, Alburquerque J, Virú P, Nieves L, Vidal C. Factores asociados a dolor lumbar en trabajadores sanitarios de un hospital de referencia del Perú. *Med Clín Soc* [Internet]. 2023 [Consultado el 15 de enero de 2025];7(2):77–83. Disponible en: <https://www.medicinaclicaysocial.org/index.php/MCS/article/view/279>
9. Ballena A, Ramos P, Suárez CA. Trastornos musculoesqueléticos en trabajadores de salud de una clínica privada de Lima. *Health care & global health* [Internet]. 2021;5(2). [Consultado el 15 de enero de 2025]. Disponible en: <http://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/125>
10. Palomino V. Sobrecarga laboral relacionado con el desempeño de enfermería en el área de emergencia en un hospital nacional del seguro social-2023. [Tesis de titulación] Universidad Norbert Wiener; 2023. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/80ea2220-c56b-460d-8252-e23ec4a215d0>
11. Rahmadani R, Pujiati L. The Effect of Workload and Musculoskeletal Complaints on Nurse Performance at Pirngadi Hospital, Medan City. *Tour Health Journal* [Internet]. 2022;1(2):63-70. [Consultado el 15 de enero de 2025]. Disponible en: <https://tourjurnal.akupuntour.com/index.php/tourhealthjournal/article/view/17>
12. De Araújo E, da Silva J, Leite S, Lucas R, da Silva L. Team workload and performance of healthcare workers with musculoskeletal symptoms. *Int J Environ Res Public Health*

- [Internet]. 2022;20(1):742. [Consultado el 15 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/20/1/742>
13. Keyaerts S, Godderis L, Delvaux E, Daenen L. The association between work-related physical and psychosocial factors and musculoskeletal disorders in healthcare workers: Moderating role of fear of movement. *J Occup Health* [Internet]. 2022;64(1). [Consultado el 15 de enero de 2025] Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1002/1348-9585.12314>
  14. Ou Y, Liu Y, Chang Y, Lee B. Relationship between Musculoskeletal Disorders and work performance of nursing staff: A comparison of hospital nursing departments. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021;18(13):7085. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/13/7085>
  15. Acuña L, García M, Ramírez P. Factores De Riesgo y Trastornos Musculoesqueléticos Que afectan El Estado De Salud De Los Auxiliares De Enfermería. *PATA* [Internet]. 2021;15(2 (27):40-7. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://revistas.poligran.edu.co/index.php/poliantea/article/view/1697>
  16. Manzano Y. Sobrecarga laboral y desgaste físico del enfermero del área de emergencia de un hospital de Ica 2024 [Tesis para obtener el grado académico de: Maestra en Gestión de los Servicios de la Salud]. Universidad César Vallejo; 2024. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/155600>
  17. Medina M. Sobrecarga laboral y riesgos ergonómicos de los enfermeros del hospital Gustavo Lanatta Lujan Huacho. [Tesis para optar el grado académico de maestro(a) en gerencia de servicios de salud] Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2023. Disponible en: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/7338>
  18. Arque M, Holgado L. Carga laboral y sintomatología musculo esquelética en licenciados de enfermería del servicio de emergencia del hospital Regional, Cusco -

2024. [Tesis de titulación] Universidad Nacional De San Antonio Abad del Cusco;

2025. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en:

<https://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/11397>Cachay D. Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos en personal asistencial de enfermería - Hospital

Sergio Enrique Bernales “Collique” – 2021. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería] Universidad Nacional Federico Villareal; 2022. Disponible en:

en:

[https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/6696/UNFV\\_FMHU\\_Cachay\\_Villacorta\\_Daniel\\_Marcelo\\_Titulo\\_profesional\\_2022.pdf?sequence=1](https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/6696/UNFV_FMHU_Cachay_Villacorta_Daniel_Marcelo_Titulo_profesional_2022.pdf?sequence=1)

19. Pulcha O. Características laborales y trastornos musculoesqueléticos en personal de enfermería de un área COVID -19. Hospital Regional Honorio Delgado. Arequipa, 2021. [Tesis para optar el grado académico de: maestro en salud ocupacional y del medio ambiente] Universidad Católica de Santa María; 2022. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/5d67d3d3-900a-4ad8-950c-545f58becf9f>
20. Nieto M. Sobrecarga Laboral Y Satisfacción Del Personal Del Hospital I Pacasmayo, 2018. Universidad César Vallejo; 2019. 2021 [Tesis de maestría]; Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/31075>
21. Gonzales E. Sobrecarga Laboral del Personal de Enfermería en los Servicios de Medicina y Cirugía del Hospital Nacional Dos de Mayo, Lima 2017, Lima - Perú. [Tesis de maestría] Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2018 [citado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/14380>.
22. Niculca P, Rico D. Carga de trabajo de enfermería en la unidad de cuidados intensivos de adultos. Revisión sistemática. Nure Investig [Internet]. 2018; 15:5. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://www.nureinvestigacion.es/OJS/index.php/nure/article/view/1306>

23. Silvera A, Prol S, Gallardo Y. Situación de carga física y mental en enfermería de Uruguay durante la pandemia Covid 19. RUE [Internet];17(2):e2022v17n2a4. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://rue.fenf.edu.uy/index.php/rue/article/view/359>
24. Ccorahua D. Estrés laboral y resiliencia en profesionales de enfermería en el hospital Rezola de Cañete en pandemia COVID-19, Lima 2022. Universidad Norbert Wiener; 2023; [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/9417>
25. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. La carga mental de trabajo. Ministerio de trabajo y asuntos sociales. [Internet]. 2018 [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://www.insst.es/documents/94886/96076/carga+mental+de+trabajo/2fd91b55-f191-4779-be4f-2c893c2ffe37>
26. Radware block page. El trabajo por turnos y su impacto en la salud del trabajador [Internet]. Quironprevencion. 2022 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.quironprevencion.com/blogs/es/prevenidos/trabajo-turnos-impacto-salud-trabajador>
27. Plan Movilidad. Factores organizacionales [Internet]. 2022 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://planmovilidad.lineaprevencion.com/consideraciones-generales/factores-de-riesgo/2-factores-organizacionales>
28. González L, Martín A, Bayarre V, Hernández A. Estrategias de afrontamiento de pacientes en espera de trasplante renal. Rev haban cienc méd [Internet]. 2019;18(3): 539-549. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2019000300539&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2019000300539&lng=es).

29. Hernández J, Jaimes M, Carvajal Y, Suárez D, Medina P, Fajardo S. Modelo de adaptación de Callista Roy: Instrumentos de valoración reportados por la literatura en escenarios cardiovasculares. *cultrua* [Internet]. 2020;13(1):6–21. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/cultura/article/view/2107>
30. Naranjo Hernández Y, Concepción Pacheco JA, Rodríguez Larreynaga M. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. *Gac médica espirituaana* [Internet]. 2017 [citado el 15 de enero de 2026];19(3):89–100. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1608-89212017000300009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009)
31. Coronel E. Riesgos ergonómicos y trastornos de desgaste musculoesqueléticos en el profesional de enfermería en el área quirúrgica del Hospital Regional Docente de Cajamarca, 2022. Universidad María Auxiliadora; 2022. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/handle/20.500.12970/1269>
32. Organización Mundial de la Salud. Trastornos musculoesqueléticos [Internet]. Who; 2021 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions>
33. Malca S. Trastornos musculoesqueléticos de origen laboral en el cuello y las extremidades superiores de los fisioterapeutas en Cataluña. Universitat de Lleida; 2017. [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: <https://www.tdx.cat/handle/10803/420862>
34. Nunes I. Ergonomics - A Systems Approach. Nunes IL, editor. Londres, Inglaterra: InTech; [Internet] 2012. [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: [https://books.google.com.pe/books?hl=en&lr=&id=kuCZDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=info:WzUG6WrvJNQJ:scholar.google.com&ots=yEunabhAq&sig=5xPINz9s7ItHMyIX--aXAFPbmew&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=en&lr=&id=kuCZDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=info:WzUG6WrvJNQJ:scholar.google.com&ots=yEunabhAq&sig=5xPINz9s7ItHMyIX--aXAFPbmew&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

35. Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. Datos Breves de NIOSH: Cómo prevenir los trastornos musculoesqueléticos [Internet]. Cdc; 2019 [Consultado el 7 de enero de 2025] Disponible en: [https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/2012-120\\_sp/default.html](https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/2012-120_sp/default.html)
36. De la Torre M. Cervicalgia: por qué se produce, síntomas y tratamiento - Neurocirugía de la Torre [Internet]. Neurocirugía de la Torre. Unidad de Neurocirugía Equipo de la Torre; 2021 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.neurocirugiaequipodelatorre.es/cervicalgia-por-que-se-produce-sintomas-y-tratamiento>
37. Traumadrid. Causas, síntomas y tratamiento [Internet] 2022. [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.traumadrid.es/traumatologia-madrid/traumatologo-especialista-columna/dorsalgia/>
38. Organización Mundial de la Salud. Lumbalgia [Internet]. 2023 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/low-back-pain>
39. Biblioteca Medline Plus. Lesiones y enfermedades de la muñeca. Bones, Joints and Muscles [Internet]. Institutos Nacionales de la Salud Biblioteca Nacional de Medicina; 2018 [Consultado el 7 de enero de 2025]; Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/wristinjuriesanddisorders.html>
40. Campagne D. Fracturas de la mano [Internet]. Manual MSD versión para público general; 2020 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.msmanuals.com/es/hogar/traumatismos-y-envenenamientos/fracturas/fracturas-de-la-mano>
41. Biblioteca Medline Plus. Lesiones y enfermedades del brazo. Bones, Joints and Muscles [Internet]. Institutos Nacionales de la Salud Biblioteca Nacional de Medicina;

- 2018 [Consultado el 7 de enero de 2025]; Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/arminjuriesanddisorders.html>
42. Hidalgo E. Abordaje de enfermería basado en el modelo de Nola Pender sobre hábitos del sueño. *Ene* [Internet]. 2022 [citado el 15 de enero de 2026];16(2). Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2022000200010](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2022000200010)
43. Denis R. Aplicación de La Teoría de Florence Nightingale en los servicios de salud en Cuba. *Multimed* [Internet]. 2021 [citado el 15 de enero de 2026];25(5). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-48182021000500014](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182021000500014)
44. Carrasco S. Metodología de La Investigación Científica. [Internet]. 2016 [Consultado el 7 de enero de 2025]; Disponible en: [https://www.academia.edu/26909781/Metodologia\\_de\\_La\\_Investigacion\\_Cientifica\\_Carrasco\\_Diaz\\_1\\_](https://www.academia.edu/26909781/Metodologia_de_La_Investigacion_Cientifica_Carrasco_Diaz_1_)
45. Guerrero V. Enfoque cuantitativo: taxonomía desde el nivel de profundidad de la búsqueda del conocimiento. *Llalliq* [Internet]. 2022;2(1). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.32911/llalliq.2022.v2.n1.936>
46. Dzul M. Diseño No-Experimental. [Internet]. 2013 [Consultado el 7 de enero de 2025]; Disponible en: <http://repository.uaeh.edu.mx/bitstream/handle/123456789/14902>
47. VIU España. ¿Qué es un estudio observacional? [Internet]. 2017 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/que-es-un-estudio-observacional>
48. Ochoa J, Yunkor Y. El estudio descriptivo en la investigación científica. *ACTA JURÍDICA PERUANA* [Internet]. 2019 [Consultado el 7 de enero de 2025];2(2). Disponible en: <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/AJP/article/view/224>

49. Manterola C, Hernández M, Otzen T, Espinosa ME, Grande L. Estudios de Corte transversal. Un diseño de investigación a considerar en ciencias morfológicas. *Int J Morphol* [Internet]. 2023 [Consultado el 7 de enero de 2025];41(1):146–55. Disponible en: [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-95022023000100146](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022023000100146)
50. López P, Fachelli S. Metodología de la investigación social cuantitativa [Internet]. 2018 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: [https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsocua\\_a2016\\_cap2-3.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsocua_a2016_cap2-3.pdf)
51. Manterola C, Hernández M, Otzen T, Espinosa M, Grande L. Estudios de Corte transversal. Un diseño de investigación a considerar en ciencias morfológicas. *Int J Morphol* [Internet]. 2023;41(1):146–55. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-95022023000100146>
52. Medina M, Rojas R, Bustamante W. Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación. [Internet]. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi; 2023. [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <http://coralito.umar.mx:8383/jspui/handle/123456789/1539>
53. Vizcaíno P, Cedeño R, Maldonado I. Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina* [Internet]. 2023;7(4):9723–62. Disponible en: [http://dx.doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i4.7658](http://dx.doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658)
54. Espinel J, Rojas L, Santos E, Solorzano H, Pérez C, Martínez J. Sobrecarga laboral en personal de enfermería de unidades de cuidados intensivos. *QhaliKay Rev Cienc Salud* [Internet]. 2022;6(2):21–7. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.33936/qkracs.v6i2.4757>
55. Cordova M. Publicación: Sobrecarga laboral del profesional de enfermería y desempeño en el servicio de emergencias, hospital, Essalud, Lima, 2022. [Trabajo académico para optar el título de especialista en Cuidado Enfermero en Emergencias y

- Desastres] Universidad Privada Norbert Wiener; 2022. Universidad Privada Norbert Wiener <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/53089fed-82b8-443c-9352-daaea9ca69a4>
56. Zhunio F., Tacuri M., Villa C., Salvatierra L. Trastornos musculoesqueléticos en trabajadores mineros del cantón Zaruma – 2023. Polo del Conocimiento [Internet] 2024; 9(7), 2621-2634. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/7656>
57. Santamaria R. Riesgos ergonómicos y trastornos de desgaste musculoesquelético en enfermeros del Hospital Nacional Arzobispo Loayza, 2018. Universidad César Vallejo; 2018. [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/17502>
58. López P, Fachelli S. Metodología de la investigación social cuantitativa [Internet]. 2016 [Consultado el 7 de enero de 2025]. Disponible en: [https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsoccua\\_a2016\\_cap2-3.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsoccua_a2016_cap2-3.pdf)
59. Colegio Tecnólogo Médico del Perú código de ética y deontología Modificado por Resolución N° 252-CTMP-CN/2020 [Consultado el 7 de enero de 2025]; Disponible en: <https://ctmperu.org.pe/images/ctmp/principal/linkintereses/archivos/codigo-de-etica.pdf>

**ANEXOS**

### Anexo 01: Matriz de consistencia

**Título:** Sobrecarga laboral y Trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería del área de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño Metodológico
<p><b>Problema general:</b> ¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026?</p> <p><b>Problemas específicos:</b> ¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga física y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga mental y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de</p>	<p><b>Objetivo general:</b> Determinar la relación entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> Identificar la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga física y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026</p> <p>Identificar la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga mental y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de</p>	<p><b>Hipótesis general</b> Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.</p> <p>Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.</p> <p><b>Hipótesis Específica</b> Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga física y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.</p>	<p><b>V1: Sobrecarga laboral</b></p> <p>Carga física Carga mental Trabajo a turnos Factores de la organización</p> <p><b>V2: Trastornos musculoesqueléticos</b></p> <p><b>Dimensiones</b> Cervicalgia Dorsalgia Lumbalgia Mano y muñeca Brazo y codo</p>	<p><b>Tipo de investigación:</b> Aplicada</p> <p><b>Método y diseño de Investigación</b> Método hipotético - Deductivo</p> <p><b>Diseño</b> Observacional de corte transversal</p> <p><b>Población y muestra</b> 80 personal de enfermería de un hospital público de Cañete, 2026</p> <p>80 personal de enfermería</p>

<p>emergencia de un hospital público de Cañete, 2026?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión trabajo a turnos y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete 2026?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión factores de la organización y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026?</p>	<p>emergencia de un hospital público de Cañete, 2026</p> <p>Identificar la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión trabajo a turnos y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026</p> <p>Identificar la relación entre la sobrecarga laboral en su dimensión factores de la organización y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026</p>	<p>Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral en su dimensión carga mental y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026</p> <p>Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral en su dimensión trabajo a turnos y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026</p> <p>Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre la sobrecarga laboral en su dimensión factores de la organización y los trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026.</p>		<p><b>Técnica</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumentos</b> Cuestionario</p>
---	---	---	--	--

## Anexo 02: Instrumentos de recolección de datos.

### CUESTIONARIO DE SOBRECARGA LABORAL (56)

Instrucciones: Para desarrollar el cuestionario, le solicito que lo lea detenidamente y se tome el tiempo que considere oportuno para responder cada dato requerido. Las respuestas se harán de acuerdo a su percepción, de acuerdo a los puntos que puedan optar por contestar, de acuerdo a los detalles indicados, marcando con una “X” cada ítem afirmativo propuesto en el ítem del instrumento de la siguiente manera:

Si (1) y No (0)

		Si	No
<b>Carga física</b>			
1	El trabajo permite cambiar la posición de pie-sentado		
2	Mantiene la columna en una postura adecuada de pie o sentado		
3	Mantiene los brazos por debajo del nivel de los hombros durante la jornada laboral.		
4	El trabajo exige desplazamiento de un lugar a otro		
5	Los desplazamientos ocupan un tiempo inferior de la jornada laboral		
6	Se realizan desplazamientos con cargas menores a 2 kg		
7	El trabajo exige realizar un esfuerzo muscular frecuente		
8	Para realizar las tareas se utiliza solo la fuerza de las manos		
9	Se cuenta con la información necesaria para el desempeño de las tareas		
10	Si se manipulan cargas estas son menores a 3 kilos		
11	Los pesos que deben manipularse son menores a 25 kg		
12	El peso de la carga permite movilizar con facilidad.		
13	El tamaño de la carga permite movilizar con facilidad		
14	El entorno se adapta al tipo de esfuerzo que debe realizarse.		
15	Se ha informado al trabajador sobre la correcta manipulación de cargas.		
16	Se manipula el manejo de las cargas de manera correcta		
<b>Carga mental</b>			

17	El nivel de atención requerido para la ejecución de la tarea es elevado.		
18	Debe mantenerse la atención al menos la mitad del tiempo o solo de forma parcial		
19	El trabajo le permite algunos descansos durante la jornada laboral		
20	Se puede cometer algún error sin que provoque daños sobre otras personas		
21	El ritmo de trabajo es por causas externas		
22	El ritmo de trabajo es fácilmente realizado por un trabajador con experiencia.		
23	El trabajo se basa en los procesos de información.		
24	La información se percibe correctamente		
25	Se entiende con facilidad los procedimientos establecidos.		
26	La cantidad de información que se recibe es razonable		
27	La información es sencilla, se evita la memorización excesiva de datos		
28	El diseño de trabajo es adecuado a la acción requerida.		
29	El trabajador tiene la experiencia o conoce los procedimientos y los equipos		
30	El trabajo suele realizarse sin interrupciones.		
31	El entorno físico facilita el desarrollo de la tarea		
<b>Trabajo a turnos</b>			
32	El trabajo que se realiza es a turnos		
33	El calendario de turnos se conoce con anticipación		
34	Los trabajadores participan en la determinación de los grupos.		
35	Los equipos de trabajo son estables.		
36	Se facilita la posibilidad de una comida caliente y equilibrada		
37	Se realiza una evaluación de la salud antes de la iniciar la jornada laboral.		
38	El trabajo implica los turnos nocturnos.		
39	Se respeta el ciclo sueño/vigilia.		
40	Se procura que el número de noches de trabajo consecutivas sea mínimo.		
41	La descripción a un turno nocturno es inferior a un turno diurno		
42	Los servicios y medios de protección y prevención en materia de seguridad y salud son los mismos en el turno diurno y nocturno.		
43	La carga de trabajo es menor en el turno noche		
44	Existe en la institución una política de limitación para trabajar en turno nocturno		
<b>Factores de la organización</b>			
45	El trabajo permite realizar tareas cortas, muy sencillas y repetitivas.		
46	El trabajo permite realizar la ejecución de varias tareas		
47	Se realizan tareas con identidad propia (se incluyen tareas de preparación, ejecución y revisión)		

48	La preparación de los trabajadores está en relación con el trabajo que realizan.		
49	El trabajador conoce la totalidad del proceso		
50	El trabajador sabe para qué sirve su trabajo en el conjunto fina		
51	La organización de las tareas está previamente definida, sin posibilidad de intervención u opinión por el interesado		
52	El trabajador puede tener iniciativa de resolver algunas incidencias.		
53	Puede detener el trabajo o ausentarse cuando lo necesite.		
54	Puede elegir el método de trabajo.		
55	Tiene posibilidad de controlar el trabajo realizado		
56	Se carece de una definición exacta de las funciones que deben desarrollarse en cada puesto de trabajo		
57	Las instrucciones de ejecución (órdenes de trabajo, instrucciones, procedimientos...) están claramente definidas y se dan a conocer a los trabajadores		
58	Se evitan las incompatibilidades o contradicciones entre órdenes o métodos de trabajo, exigencias temporales.		
59	Se informa a los trabajadores sobre la calidad del trabajo realizado		
60	Generalmente se toman decisiones sin consultar a los trabajadores		
61	Para la asignación de tareas se tiene en cuenta la opinión de los trabajadores.		
62	Existe un sistema de consulta. Suelen discutirse los problemas referidos al trabajo		
63	Cuando se introducen nuevos métodos o equipos se consultan o discuten con los trabajadores		
64	La tarea facilita o permite el trabajo en grupo o la comunicación con otras personas		
65	Por regla general, el ambiente laboral permite una relación amistosa		
66	El ambiente permite una relación amistosa. Cuando existe algún conflicto se asume y se buscan vías de solución, evitando situaciones de acoso		
67	Si la tarea se realiza en un ambiente aislado, cuenta con un sistema de comunicación con el exterior (teléfono, etc.).		
68	En caso de existir riesgo de exposición a conductas violentas de personas externas está establecido un programa de actuación		

Fuente: [https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/53089fed-82b8-](https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/53089fed-82b8-443c-9352-daaea9ca69a4)

[443c-9352-daaea9ca69a4](https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/53089fed-82b8-443c-9352-daaea9ca69a4)

## CUESTIONARIO DE TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS (58)

**Instrucciones:** Lea detenidamente las preguntas formuladas y responda con seriedad, marcando con un aspa en la alternativa correspondiente.

Siempre = 5

Casi siempre = 4

A veces = 3

Casi nunca= 2

Nunca= 1

N	ítems	1	2	3	4	5
<b>CERVICALGIA</b>						
Inflamación del Tendón del mango rotatorio del hombro						
1	¿Siente dolor en los hombros?					
2	¿Siente dolor al realizar actividades en posición elevada o estirada?					
Síntoma clavicular						
3	¿Siente dolor al realizar trabajos que le origina movimientos repetitivos por arriba de los hombros?					
Síntoma cervical por tensiones						
4	¿Siente dificultad para movilizar el cuello?					
5	¿Siente dolor en el cuello?					
<b>DORSALGIA</b>						
Concepto						
6	¿siente dolor en la región dorsal de su cuerpo?					
7	¿Siente contractura muscular y limitación de movimiento en la zona dorsal?					
Factores de riesgo individuales						
8	¿Presenta patología dorso lumbar?					
Factores de riesgos laborales						
9	¿Siente dolor al realizar cargas con un exagerado peso?					
10	¿Siente dolor en las vértebras dorsales al realizar movimientos de flexión?					
11	¿Siente dolor en las vértebras dorsales al levantar o bajar peso?					
<b>LUMBALGIA</b>						
Factores causales						
12	¿Siente dolor en la columna vertebral al realizar sus labores?					
13	¿Siente dolor en la musculatura lumbar al trabajar sentado?					
Signos y síntomas						
14	¿Siente dolor en la región lumbar baja?					
15	¿Siente dolor en los músculos dorsales, acrecentando la inflexibilidad muscular?					
16	¿Presenta dolor al realizar un esfuerzo lumbar habitual?					
<b>TRAUMATISMO ESPECÍFICO EN MANO Y MUÑECA</b>						
Tendinitis						
17	¿Presenta inflamación o ensanchamiento de un tendón?					
Teno sinovitis						
18	¿Presenta dolor al realizar flexiones y/o extensiones extremas de la muñeca?					
Dedo en gatillo						
19	¿Presenta dolor al realizar flexión repetida de algún dedo?					
Síndrome del canal de Guyon						

20	¿Presenta dolor al realizar flexión y extensión prolongada de la muñeca, por presión repetida en la base de la palma de la mano?					
Síndrome del túnel carpiano						
21	¿Presenta dolor, entumecimiento, hormigueo y adormecimiento en la mano y/o dedo?					
<b>TRAUMATISMOS ESPECÍFICOS EN BRAZO Y CODO</b>						
Epicondilitis y epitrocleitis						
22	¿Presenta dolor en algún brazo?					
Síndrome del pronador redondo						
23	¿Siente dolor en algún brazo cuando realiza movimientos?					
Síndrome del túnel cubital						
24	¿Siente dolor al flexionar el codo?					

Fuente: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/17502/SANTAMARIA\\_YR.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/17502/SANTAMARIA_YR.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

**Anexo 03: Consentimiento informado****CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Este formulario de consentimiento informado contiene información para ayudarle a decidir si desea participar en este estudio. Debe conocer y comprender cada una de las siguientes secciones antes de decidir si participar. Tómese el tiempo necesario y lea atentamente la información que se proporciona a continuación. No obstante, si aún tiene preguntas, comuníquese con los investigadores a través del teléfono móvil o el correo electrónico que figuran a continuación para este documento. No debe dar su consentimiento hasta que comprenda esta información y se hayan resuelto todas las preguntas.

**Título del proyecto:** “Sobrecarga laboral y Trastornos musculoesqueléticos en el personal de enfermería de emergencia de un hospital público de Cañete, 2026”.

**Nombre del investigador principal:**

**Propósito del estudio:** Determinar la relación entre el Sobrecarga laboral y Trastornos musculoesqueléticos

**Participantes:** personal de enfermería entre licenciados y Técnicos, de un hospital público de Cañete

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

**Beneficios por participar:** Los participantes del estudio podrán acceder a los resultados de la investigación.

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

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

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

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

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

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

**Contacto con el Comité de Ética:** Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse al Presidente del Comité de Ética de la ..... ubicada en la 4, correo electrónico: .....

### CONSENTIMIENTO

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

Participante

Investigador

Nombres:

Nombres:

DNI:

DNI:

Firma:

Firma:




# 14% 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

- 10%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 14%  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

- 10% Fuentes de Internet
- 3% Publicaciones
- 14% 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.

Rank	Source	Percentage
1	Internet repositorio.uwiener.edu.pe	2%
2	Trabajos entregados uwiener on 2024-03-29	2%
3	Trabajos entregados Universidad Privada San Juan Bautista on 2025-06-19	<1%
4	Trabajos entregados uwiener on 2024-04-29	<1%
5	Trabajos entregados Universidad Wiener on 2023-10-15	<1%
6	Trabajos entregados Universidad Wiener on 2025-08-08	<1%
7	Trabajos entregados uwiener on 2023-12-28	<1%
8	Trabajos entregados uwiener on 2023-11-20	<1%
9	Trabajos entregados uwiener on 2023-02-19	<1%
10	Trabajos entregados uwiener on 2024-08-16	<1%
11	Trabajos entregados Universidad Wiener on 2025-08-08	<1%