



**Universidad  
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**Trabajo Académico**

Sobrecarga de trabajo y estrés laboral en el profesional de enfermería del  
servicio de emergencias de un centro materno de San Martín de Porres I-4,

2024

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

**Presentado por:**

**Autora:** Góngora Riquero, Rosenda

**Código ORCID:** <https://orcid.org/0009-0008-9838-0027>

**Asesora:** Mg. Yaya Manco, Elsa Magaly

**Código ORCID:** <https://orcid.org/0009-0006-1301-2539>

**Lima – Perú**

**2024**



Universidad  
Norbert Wiener

DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE  
INVESTIGACIÓN

CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033

VERSION: 01

REVISIÓN: 01

FECHA: 08/11/2022

Yo, ROSENDA GÓNGORA RIQUEIRO egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud y Escuela Académica Profesional 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 de trabajo y estrés laboral en el profesional de enfermería del servicio de emergencias de un Centro Materno de San Martín de Porres 1-4, 2024" Asesorado por el docente: ELSA MAGALY YAYA MANCO, DNI 4055893, ORCID <https://orcid.org/0009-0006-1301-2539>

tiene un índice de similitud de (NUMERO) (LETRAS) 20% con código OID:14912:398842669 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  
ROSENDA GÓNGORA RIQUEIRO  
DNI:25458957

Firma  
Elsa Magaly Yaya Manco  
DNI:40558938

Lima, 8 de Noviembre de 2024



## **DEDICATORIA**

Al Altísimo Omnipotente quien guía mis pasos  
para lograr cumplir mis metas trazadas en mi  
vida para ser una competente enfermera

## **AGRADECIMIENTO**

A mi adorada familia por ser el motivo para estar en la lucha constante para alcanzar mis objetivos como una enfermera emergencista

# ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE	iv
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
<b>1. EL PROBLEMA</b>	<b>1</b>
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	4
1.1.1. Problema general	4
1.1.2. Problemas específicos	4
1.3. Objetivos de la investigación	5
1.3.1. Objetivo general	5
1.3.2. Objetivos específicos	5
1.4. Justificación de la investigación	6
1.4.1. Teórica	6
1.4.2. Metodológica	6
1.4.3. Práctica	6
1.5. Delimitaciones de la investigación	7
1.5.1. Temporal	7
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	8
2.2. Bases teóricas	11
	iv

2.3.	Formulación de hipótesis	18
2.3.1.	Hipótesis general	18
2.3.2.	Hipótesis específicas	18
<b>3.</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>19</b>
3.1.	Método de la investigación	19
3.2.	Enfoque de la investigación	19
3.3.	Tipo de investigación	19
3.4.	Diseño de la investigación	19
3.5.	Población, muestra y muestreo	20
3.6.	Variables y operacionalización	21
3.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	23
3.7.1.	Técnica	23
3.7.2.	Descripción de instrumentos	23
3.7.3.	Validación	24
3.7.4.	Confiabilidad	24
3.8.	Plan de procesamiento y análisis de datos	24
3.9.	Aspectos éticos	25
<b>4.</b>	<b>ASPECTOS ADMINISTRATIVOS</b>	<b>26</b>
4.1.	Cronograma de actividades	26
4.2.	Presupuesto	27
<b>5.</b>	<b>REFERENCIAS</b>	<b>28</b>
	<b>Anexos</b>	<b>37</b>
	Anexo 1: Matriz de consistencia	38
	Anexo 2: Instrumentos	39
	Anexo 3: Formato de consentimiento	43

## RESUMEN

**Introducción:** Los enfermeros son trabajadores de la salud que desempeñan funciones para la recuperación del paciente, más aun en los servicios de emergencias que demandan mayor carga de trabajo lo que ocasiona niveles de estresores por su labor asistencial muy elevado; al brindar atención las 24 horas de manera inmediata y desarrollan una gran carga emocional, se enfrentan a una variedad de factores estresantes como la comunicación con los pacientes, familiares y pares, largas horas de trabajo, insatisfacción con los salarios y beneficios; asimismo, el trabajo por sobre turnos y en días festivos provoca estrés de enfermeros.

**Objetivo general:** Determinar la relación entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024. **Materiales y Métodos:** El presente estudio será de método hipotético-deductivo, con un enfoque cuantitativo, tipo aplicada, diseño no experimental, y descriptivo correlacional; teniendo una población y muestra constituido por 30 enfermeros emergencistas asistenciales. Los resultados del estudio serán reportados de manera descriptiva/inferencial en promedios, y la parte correlacional será mediante la aplicación de la Prueba de Spearman (Rho).

**Palabras clave:** Sobrecarga, estrés laboral, profesional de enfermería

## ABSTRACT

**Introduction:** Nurses are health workers who perform functions for patient recovery, even more so in emergency services that demand a greater workload, which causes very high levels of stressors due to their care work; by providing immediate 24-hour care and developing a great emotional burden, they face a variety of stressors such as communication with patients, family members and peers, long work hours, dissatisfaction with salaries and benefits; Likewise, working overtime and on holidays causes stress for nurses. **General objective:** Determine the relationship between work overload and nursing work stress in the Emergency Service of a Maternal and Child Center de San Martin de Porres I-4 2024. **Materials and Methods:** The present study will be a hypothetical-deductive method, with a quantitative approach. applied type, non-experimental design, and correlational descriptive; having a population and sample consisting of 30 emergency care nurses. The results of the study will be reported descriptively/inferentially in averages, and the correlational part will be through the application of the Spearman Test (Rho).

**Keywords:** Overload, work stress, nursing professional

## **1. EL PROBLEMA**

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

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en el 2023, reportó que los enfermeros presentan niveles muy elevados de estresores ocupacionales tanto de nivel grave 73.3% y moderado 26.7%; debido a la alta sobrecarga laboral 65.2% que realizan a diario durante su jornada de trabajo; trayendo consigo ansiedad 76.2%, depresión 52.4%, agotamiento y molestias somáticas 52.4%; además, padecer estrés crónico están asociados con una angustia mental, problemas de salud, miedo, ira y culpa, repercutiendo considerablemente en la calidad de vida laboral y la atención al paciente (1).

La Organización Internacional del Trabajo (OIT), en el 2023, estimó que el problema de salud mental en los profesionales de enfermería son los estresores como una epidemia global 80%, afectando al 100% de enfermeros sobre todo en los que laboran en los servicios de emergencias, alterando su estado emocional 56.8%, ausentismo laboral 52.5%, disminución de la productividad 36.2%, bajo rendimiento 49.2%, aumento de enfermedades y accidentes laborales 67.2%; así como intención de dejar su puesto en los próximos 6 meses, afecta negativamente su salud y por la falta de personal (2).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS), en el 2023, evidencio qué en las naciones de América Latina y El Caribe, más de 500 millones de personas sufren de estresores ocupacionales, en naciones de Argentina 60.8%, Brasil 28.5% y Chile 27.2%; ya que hoy en día las personas están viviendo unos momentos muy acelerados en cuanto a las vivencias laborales, familiares y sociales; es decir, respecto de lo cual, los resultados de numerosos estudios han demostrado que el estrés laboral repercute considerablemente en la calidad del cuidado de los enfermeros (3).

El Ministerio de Salud del Perú (MINSA), en el 2023, estimaron que a nivel nacional se presentaron casos de estresores ocupacionales en los enfermeros siendo en promedio en un 81,4%; asimismo, en los enfermeros cuyas edades oscilan entre 30 a 39 años 54.2% y más de 40 años 45.8%, especialmente en mujeres 79,3% y en hombres 20.7%, en casados 67.2% y solteros 32.8%; además, la profesión sanitaria es la más afectada encontrándose en los técnicos de enfermería 37.2%, enfermeros 79.5%, obstetras, 18,9%, médicos 14%, laboratoristas 4,9% y odontólogos 4,3% (4).

Según la encuesta realizada por el MINSA, en el 2022 más del 44.5% de enfermeras calificaron su salud emocional como no emocionalmente saludable o en absoluto saludable; la mayoría de las enfermeras encuestadas dijeron que se han sentido estresadas 75.2%, frustradas 69.5% y abrumadas 62.3%; cerca de la mitad 42.6% de las enfermeras encuestadas respondieron “sí” cuando se les preguntó si habían tenido una experiencia extremadamente estresante, perturbadora o traumática debido a la sobrecarga de trabajo que realizan (5).

Por todo ello, en los servicios de emergencia existen altas cargas de trabajo, la presión del tiempo, la falta de control de tareas, la ambigüedad de funciones, los niveles inadecuados de personal, los bajos ingresos y la violencia en el lugar de trabajo se han identificado como factores estresantes específicos del lugar de trabajo de enfermería; especialmente los niveles de agotamiento son altos e incluso pueden ser más altos que los de otras profesiones (6).

La gran carga de trabajo de enfermería de los hospitales es un problema importante para el sistema de atención médica, debido a que los enfermeros están experimentando cargas de trabajo más altas que nunca debido a cuatro razones principales como es mayor demanda de enfermeras, suministro inadecuado de enfermeras, reducción de personal, aumento de las horas extra, y reducción del tiempo de hospitalización de la población de pacientes de emergencias (7).

El estrés laboral de enfermería es una situación interactiva entre la situación laboral y la persona que trabaja en ese trabajo, que conduce a cambios en el estado psicológico y fisiológico del individuo y afecta su desempeño normal; es decir, el estrés relacionado con el trabajo puede dañar la salud física y mental de una persona y, en última instancia, tener un efecto negativo en la productividad laboral al aumentar los niveles de estrés; se ausenta cada semana debido a fatiga mental o discapacidad física causada por el trabajo, lo que es un más que otros grupos profesionales (8).

La sobrecarga de trabajo y el estrés laboral a largo plazo, conduce a enfermedades crónicas, como la hipertensión, enfermedades cardiovasculares y, por lo tanto, afectan su calidad de vida; además, el estrés laboral provoca abandono del trabajo, conflictos con los compañeros de trabajo, trastornos de salud, insatisfacción laboral, creatividad reducida, disminución de la satisfacción profesional, reducción de la toma de decisiones correcta y oportuna, sentimientos de insuficiencia y depresión, disgusto y fatiga en el trabajo, reducción de energía y eficiencia en el trabajo (9).

El estrés puede tener malas consecuencias, si la intensidad estresante supera los umbrales de tolerancia, podría provocar eventos relacionados con el trabajo, incluido un aumento del ausentismo y abandono del trabajo, disminución de la satisfacción laboral, reducción de la productividad y el compromiso organizacional; asimismo, el estrés laboral puede afectar el comportamiento solidario de las enfermeras debido a la excesiva actividad o carga de trabajo de las enfermeras y más obligaciones; si estas tensiones continúan, conducirán al agotamiento, cuya peor consecuencia es la reducción de la atención y posibles errores adversos (10).

En el centro materno infantil México se cuenta con insuficientes profesionales de enfermería en el área de emergencia que cumple diferentes actividades como la parte asistencial y administrativa y a la vez la población es mayor a la capacidad de profesionales de enfermería que labora en el área de emergencia. Por tal motivo se plantea el siguiente problema.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- a) ¿Cuál es la relación entre la sobrecarga de trabajo en su dimensión carga física y el estrés laboral en el profesional de enfermería?
- b) ¿Cuál es la relación en la sobrecarga de trabajo en su dimensión carga mental y el estrés laboral en el profesional de enfermería?
- c) ¿Cuál es la relación en la sobrecarga de trabajo en su dimensión trabajo a turnos y el estrés laboral en el profesional de enfermería?
- d) ¿Cuál es la relación en la sobrecarga de trabajo en su dimensión factores de la organización y el estrés laboral en el profesional de enfermería?

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

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- a) Identificar la relación en la sobrecarga de trabajo en su dimensión carga física y el estrés laboral en el profesional de enfermería
- b) Identificar la relación en la sobrecarga de trabajo en su dimensión carga mental y el estrés laboral en el profesional de enfermería
- c) Identificar la relación en la sobrecarga de trabajo en su dimensión trabajo a turnos y el estrés laboral en el profesional de enfermería
- d) Identificar la relación en la sobrecarga de trabajo en su dimensión factores de la organización y el estrés laboral en el profesional de enfermería

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

#### **1.4.1. Teórica**

El estudio elevará la parte científica de la sobrecarga y el estrés laboral de enfermería; basándose en la teoría de Adaptación de Callista Roy, ya que los enfermeros enfrentan muchos factores estresantes en el lugar de trabajo debido a la gran carga de trabajo, largas horas de trabajo y el desequilibrio entre el trabajo físico y mental; puede afectar la salud, aumentar su vulnerabilidad y disminuir la calidad de atención; por ello, el manejo del estrés es un imperativo ya que puede equiparlas con las herramientas necesarias para manejar la carga psicológica asociada con su profesión.

#### **1.4.2. Metodológica**

El estudio servirá como marco de referencia para futuros trabajos similares al tema; contribuirá con el aporte de su realidad problemática, estudios previos, bases teóricas y metodología cuantitativa, descriptiva y correlacional; e instrumentos válidos y confiables.

### **1.4.3. Práctica**

El manejo del estrés de enfermería, será fundamental por las responsabilidades y demandas relacionadas con el trabajo a menudo pueden crear desencadenantes de estrés que podrán afectar el desempeño además de socavar el bienestar físico, emocional y psicológico; por ende, las enfermeras podrán manejar el estrés a través de la atención plena; el mantenimiento vivencial saludable; el establecimiento de canales comunicacionales con la jerarquía superior; apoyo de los compañeros; terapia y asesoramiento; así como un equilibrio en la adaptación y afrontamiento ocupacional.

## **1.5. Delimitaciones de la investigación**

### **1.5.1. Temporal**

El estudio tendrá una duración de 6 meses desde junio a diciembre del 2024.

### **1.5.2. Espacial**

En el Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4.

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

Estará conformada por los enfermeros emergencistas de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4.

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes**

#### **Antecedentes internacionales**

Loayza et al (11), realizaron un estudio de investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el ámbito laboral en profesionales de enfermería del Instituto Mexicano de Seguridad Social de México, 2022. Realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, no experimental y correlacional; teniendo una muestra de 75 enfermeros a quienes se les aplicó dos instrumentos validados. Los resultados fueron sobrecarga laboral en un nivel medio 52.5%, bajo 28.3% y alto 19.2%; asimismo, el estrés laboral de enfermería nivel severo 60.3%, moderado 30.3% y leve 9.4%. Las conclusiones fueron que las enfermeras tenían niveles más severos de estrés percibido que puede tener efectos negativos en su calidad de vida y en los comportamientos de cuidado.

Perguachi et al (12), realizaron un estudio de investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre la sobrecarga de trabajo y el nivel de estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital José Carrasco Arteaga en la ciudad de Cuenca de Ecuador, 2021. Realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, no experimental y correlacional; teniendo una muestra de 50 enfermeros a quienes se les aplicó dos instrumentos validados. Los resultados fueron sobrecarga laboral en un nivel medio 58.2%, bajo 35.7% y alto 6.1%; asimismo, el estrés laboral de enfermería nivel moderado 55.3%, leve 32.6% y severo 12.1%. Las conclusiones fueron que el estrés laboral excesivo del enfermero tiene un impacto negativo en el bienestar psicológico de las enfermeras y reduce su productividad laboral.

García y Carrión (13), realizaron un estudio de investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre la sobrecarga laboral y el nivel de estrés laboral en el personal de enfermería que atienden en el Centro de Salud Félix Pedro Picado de Nicaragua, 2019. Realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, no experimental y correlacional; teniendo una muestra de 26 enfermeros a quienes se les aplicó dos instrumentos validados. Los resultados fueron sobrecarga laboral frecuente 54%, muy poco 42% y nada 4%; asimismo, el estrés laboral de enfermería un nivel severo 38%, moderado 38% y leve 23%. Las conclusiones fueron que el estrés laboral del enfermero al ser muy severo debido a la persistente carga laboral en el servicio donde realizan su trabajo tiene un efecto negativo en la calidad de vida profesional relacionada con la salud de las enfermeras, también puede eclipsar el desempeño de la calidad atención y reducir tales comportamientos en los enfermeros, lo que puede ser uno de los factores que afectan el resultado de los pacientes.

Dalri et al (14), realizaron un estudio de investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre la sobrecarga de trabajo y el nivel de estrés laboral en los profesionales de enfermería en un hospital público en el Ribeirão Preto de Brasil, 2019. Realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, no experimental y correlacional; teniendo una muestra de 95 enfermeros a quienes se les aplicó dos instrumentos validados. Los resultados fueron sobrecarga laboral en un nivel medio 51.6%, bajo 30.5% y alto 17.9%; asimismo, el estrés laboral de enfermería nivel leve 46.3%, moderado 42.1% y severo 11.6%. Las conclusiones fueron que los enfermeros presentaron un estrés de nivel leve debido a la presencia de una carga laboral de nivel medio lo cual repercute en su estado de salud lo que puede poner en peligro la salud física, psicológica y mental de las enfermeras, además de disminuir la energía y eficiencia del trabajo, no brindar una atención de enfermería adecuada, lo que en última instancia tiene un impacto negativo en los resultados de los pacientes.

## **Antecedentes nacionales**

Rosales (15), realizó un estudio de investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre la sobrecarga de trabajo y estrés laboral en el profesional de enfermería que atiende a pacientes en el servicio de emergencia del Hospital de Ventanilla de Lima, 2022. Realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, no experimental y correlacional; teniendo una muestra de 100 enfermeros a quienes se les aplicó dos instrumentos validados. Los resultados fueron una sobrecarga laboral en el nivel medio 50% y bajo 50%; asimismo, el estrés laboral de enfermería fueron mayormente de un nivel medio 97% y solo alto 3%. Las conclusiones fueron que no existe relación entre las variables ( $Rho = 0.059$  y  $p = 0.562$ ); es decir, han sido confirmados por los informes de otros investigadores; en este sentido, el estrés laboral del profesional de enfermería tiene relación con su baja satisfacción laboral, actitud negativa hacia el propio trabajo y consecuencias negativas en la calidad del cuidado.

Machaca y Quispe (16), realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación que existe entre sobrecarga de trabajo y estrés laboral del profesional de enfermería del servicio de emergencia del Hospital Goyeneche III de Arequipa, 2021. Realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, no experimental y correlacional; teniendo una muestra de 80 enfermeros a quienes se les aplicó dos instrumentos validados. Los resultados fueron un nivel de estrés medio 43.8%, bajo 28.8% y alto 27.5%; asimismo, la sobrecarga laboral de enfermería fue mayormente regular 36.3%, baja 32.5% y alta 31.3%. Las conclusiones fueron que existe relación entre las variables ( $Rho = 0.256$  y  $p = 0.197$ ); es decir, los enfermeros que presentaron un estrés medio tienen un efecto adverso de la carga de trabajo en la salud de los empleados, y el efecto amortiguador inverso implica que apoyar a un colega en el trabajo debe transmitirse de manera positiva sin una evaluación negativa.

Garma y Sánchez (17), realizaron un estudio de investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre la sobrecarga de trabajo y estrés laboral en profesionales de enfermería que atienden a pacientes en el Hospital Belén de Trujillo, 2019. Realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, no experimental y correlacional; teniendo una muestra de 62 enfermeros a quienes se les aplicó dos instrumentos validados. Los resultados fueron enfermeros con nivel de estrés medio 80.6% y bajo 19.4%; asimismo, la sobrecarga laboral de los enfermeros fue mayormente alta 69.3% y solo regular 30.7%. Las conclusiones fueron que existe relación entre las variables ( $Rho = 0.325$  y  $p = 0.000$ ); Por lo tanto, se requiere investigar los estresores y una planificación efectiva para eliminar estos factores estresores debido a la provisión de programas educativos para la correcta introducción de esta profesión a la comunidad puede aumentar la conciencia sobre los problemas y preocupaciones de las enfermeras y, en última instancia, mejorar su calidad de vida profesional por lo que se recomienda la gestión inicial se realice a nivel organizacional.

Cornejo y Tito (18), realizaron un estudio de investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre la sobrecarga de trabajo y estrés laboral en los profesionales de enfermería que laboran en el Hospital III Regional Honorio Delgado de Arequipa, 2019. Realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, no experimental y correlacional; teniendo una muestra de 17 enfermeros a quienes se les aplicó dos instrumentos validados. Los resultados fueron enfermeros con nivel de estrés alto 47.4%, medio 35.1% y bajo 17.5%; asimismo, la sobrecarga laboral de enfermería fue alta 55.1%, regular 28.2% y baja 16.7%. Las conclusiones fueron que existe relación entre las variables ( $Rho = 0.679$  y  $p = 0.003$ ); es decir, los altos niveles de sobrecarga se asociaron con altos niveles de estrés laboral de las enfermeras lo que conduce a disminuir su desempeño laboral, así como su nivel de satisfacción laboral, y trae como consecuencia una baja calidad de atención en el servicio.

## **2.2. Bases teóricas**

### **Variable 1: Sobrecarga de trabajo**

La sobrecarga de trabajo son el exceso de tareas que realiza un individuo para lograr una ganancia dentro del tiempo de trabajo especificado, aunque originalmente esto puede no estar contemplado en el estado contractual, y a medida que aumenta la cantidad, el grado de dificultad y la complejidad de las tareas realizadas por el individuo, se espera que la carga de trabajo aumente. La carga excesiva y la tensión se relaciona con el trabajo, y aparecen como un impacto importante en los empleados, la sobrecarga se define como el papel excesivo de los empleados en la organización, que agotan tanto física y mentalmente (19).

La tensión relacionada con el trabajo es el conjunto de eventos en donde los individuos perciben los cambios relacionados con el trabajo como una amenaza o peligro, se adaptan cuando la organización proporciona un entorno adecuado y se sienten amenazados cuando no se proporciona soporte para posibles riesgos. La sobrecarga si bien es una experiencia inevitable e indispensable en la vida laboral, cuando la frecuencia, intensidad y duración de esta sobrecarga superan la capacidad del individuo para hacer frente a ellas (20).

Si la carga de trabajo es excesiva, situación que ocurre cuando el individuo realiza más trabajo del que puede realizar en el tiempo de rutina y crea una presión negativa sobre el individuo puede traer consecuencias físicas y emocionales. La sobrecarga laboral es uno de los componentes básicos de la vida organizacional, se define como la cantidad de trabajo que un individuo tiene que realizar a un cierto nivel dentro de un cierto período de tiempo en relación con su rol que cumple en la institución y se relaciona con la productividad (21).

En la enfermería la sobrecarga laboral se asocia con todo el trabajo que se le asigne a un individuo o grupo de individuos en una organización de salud, también se define como la cantidad de trabajo por persona según el tiempo de trabajo. La carga de trabajo se refiere a la productividad y el desempeño del enfermero desde una perspectiva relacionada a la productividad organizacional, y se refiere a la vez al tiempo y la energía gastados (mano de obra) para cumplir con los requisitos del trabajo desde una perspectiva individual, la carga excesiva de trabajo es la percepción que excede o que está al límite de sus capacidades (22).

El trabajo que se considera más exigente de lo normal, forma parte aun de lo contractual con la relación organizacional, el cumplimiento de los roles de enfermería puede ser demasiado abrumador, desafiando la capacidad, agotadores física y mentalmente. También tiene que ver con la obligación de completar el trabajo bajo cierta presión de tiempo, la inadecuación del enfermero de acuerdo con las calificaciones del trabajo o el alto nivel de exigencia del trabajo. La sobrecarga es un tema importante, ya que mientras que los enfermeros experimentan agotamiento, insatisfacción, y estrés debido a la sobrecarga, la organización puede experimentar ineficiencia debido a la disminución del rendimiento (23).

La sobrecarga laboral explica la relación entre las habilidades del enfermero y los requisitos del puesto en la cual se va desempeñar, en el caso de que los requisitos del trabajo excedan las habilidades, la carga laboral será pesada. Desde un punto de vista que se pueda cuantificar, la carga de trabajo puede describir la relación entre el enfermero y el tiempo que se considera apropiado para completar dichas labores. Si este período no es corto, la carga de trabajo será pesada, y si es por un tiempo adecuado existe la posibilidad de que el trabajo sea ligero, la sobrecarga inhibe los comportamientos organizacionales positivos, como son el desempeño laboral, la autoeficiencia, la capacidad de respuesta y la resiliencia (24).

**Dimensión carga física:** En la mayoría de casos el enfermero debe trabajar en condiciones adversas, en los primeros problemas que pueden presentarse son en la parte postural, quiere decir que debido a las extensas jornadas laborales pueden estar de pie o en cualquier postura durante tiempos muy prolongados y con el agravante de que cuenten con pocos minutos para poder descansar. Entre estas posiciones se encuentran la postura de pie o en una posición ergonómicamente inadecuada, la columna suele ser la más afectada, las extremidades tanto superiores como inferiores sufren de sobrecarga y estrés muscular (25).

En el servicio de emergencia suele ser muy trajinado entre el ingreso de nuevos pacientes, y los cuidados a los pacientes que ya están recibiendo asistencia suele ser las tareas que implican estar en condiciones físicas saludables para rendir satisfactoriamente. Una mención especial es la movilización de pacientes, el desplazar al paciente de una silla de ruedas a la camilla, las maniobras de resucitación, puede ser en un área limitada de acción, pero el trajín intenso. Las lesiones que presentan los enfermeros es debido a las diversas posiciones que adoptan, una amplia variedad de consecuencias que derivan en enfermedades ocupacionales (26).

Lesiones en los miembros superiores como son las manos, brazos, molestias musculares son frecuentes, dado que deben levantar cargas pesadas, en posiciones incómodas e incluso en ocasiones en maniobras anti ergonómicas. Las demandas de energía, y los trastornos musculoesqueléticos no solo provocan que los enfermeros experimenten problemas sociales y económicos, sino que también afectan negativamente su calidad de vida. Aunque existe manuales y protocolos para poder manipular cargas pesadas, estas no suelen aplicarse a cabalidad, es llamativo las lesiones musculo-esqueléticas y su incidencia en estos profesionales, ocupando el tercer grupo de las enfermedades más comunes (27).

**Dimensión carga mental:** En la enfermería la parte psicológica es importante en la relación enfermero-paciente, pero cuando hay demasiada presión en la ejecución de tareas, muchas veces el nivel de atención debe estar al máximo, el estado de alerta es bueno cuando se mantiene por un tiempo determinado ya que contribuye a la correcta ejecución de labores. Pero ciertamente cuando esta atención es mantenida por tiempos muy extensos surge el agotamiento y con ello una disminución de las facultades, pérdida de capacidad mental por desgaste y es más probable que el enfermero incurra en errores involuntarios fácilmente (28).

Por ello las pausas entre labores es esencial y permite una recuperación, aunque no total, todas las experiencias afectan negativamente el estado psicológico y con ello aumenta el riesgo de experimentar trauma psicológico. Para que estos profesionales puedan afrontar con eficacia las dificultades vividas durante el proceso de la atención y proteger su salud mental frente a estos problemas, primero deben tener una psicología fuerte. Por tal motivo las instituciones de salud deben replantearse en cómo abordar el problema de la carga psicológica y como debe enfocarse en que la carga de trabajo sea menos agobiante, brindando alternativas y se disminuya o reparta la carga de trabajo de manera equitativa (29).

Por ello la forma de tratar este déficit psicológico o el desbalance del impacto psicológico de los enfermeros a causa de la sobrecarga laboral es en cómo se debe encarar estos problemas psicológicos. La resiliencia es una de las herramientas que cuentan estos profesionales, dado la alta complejidad del área y las múltiples tareas que deben realizar, se hace indispensable una forma de encarar estos problemas. Por ello el proceso de adaptación, resiliencia o afrontamiento exitoso a los cambios se hace necesario para reducir el impacto de dicha carga laboral, esto ayudará a enfrentar las principales fuentes de estrés, como son un trauma, una amenaza, una tragedia, la angustia familiar, y problemas de salud graves (30).

**Dimensión trabajo a turnos:** Las jornadas de trabajo suelen ser el principal factor que favorece a la sobrecarga laboral, están en el deber de trabajar en las condiciones contractuales pactadas con los centros hospitalarios, estas instituciones brindan servicio las 24 horas del día, los 7 días de la semana, en donde es obligatorio trabajar en turnos o en sistema de turnos para la continuidad de los servicios prestados. El personal de enfermería es un grupo que tiene que trabajar fuera de los días y horas normales de trabajo, tiene deberes y responsabilidades que amenazan su vida, compite constantemente con el tiempo y sus múltiples labores, utiliza diferentes tecnologías y trabaja bajo elevados niveles de estrés (31).

El efecto fisiológico más importante del trabajo por turnos son los trastornos del sueño, no poder adaptarse al trabajo nocturno continúa sus efectos negativos sobre el organismo incluso 10 años después de abandonar el sistema de trabajo. El insomnio, los trastornos del sueño provocan deterioro de los ritmos corporales, disminución de la secreción de la hormona melatonina, supresión del sistema inmunológico, fatiga, todos estos factores provocan osteoporosis, trastornos de la alimentación, cánceres, menopausia precoz, artritis, diferentes grados de depresión, problemas en el embarazo y enfermedades crónicas (32).

Y no siendo poco estos efectos, los trastornos del sueño y los efectos del trabajo por turnos influye en los sistemas corporales, siendo una fuerte causa de muerte cuando no se cambia el sistema de trabajo y no se trata los diversos problemas de salud mental y fisiológica que ocasiona. El trabajo por turnos afecta la vida social, los enfermeros que trabajan por la noche y en horarios variables tienen reducida la comunicación con otras personas. Este aislamiento social, hace que se sientan excluidos de sus familias y círculos de amigos, tienen dificultad para cumplir con sus roles sociales y familiares, se sienten atrapados entre las demandas y requisitos de su labor, provocando una disminución de la autoestima (33).

**Dimensión factores de la organización:** Los enfermeros brindan atención médica en los centros de salud, la organización de las tareas que tiene que desempeñar a diario están basadas en las funciones y responsabilidades que tienen que asumir. Estas son las responsables de satisfacer todas las necesidades médicas de los pacientes a su cargo, las principales responsabilidades de los enfermeros son la planificación y evaluación de sus tareas, están comprometidas a realizarlas en el momento adecuado y con el menor tiempo invertido. Preparar a los pacientes para los exámenes, trabaja en equipo y a la vez ir atendiendo en forma simultánea a varios pacientes conforme vayan ingresando al área (34).

Así mismo debe organizar su tiempo en preparar a los pacientes para los exámenes solicitados por el médico, si el momento y la circunstancia lo amerita administrar medicamentos y sueros a los pacientes, cuidar al paciente antes y después de cada intervención. Informar a los demás enfermeros y al equipo multidisciplinario sobre las intervenciones que deben hacerse, monitorear de cerca todos los cambios en el paciente, así como el de su condición. Los deberes y responsabilidades están establecidas por el equipo multidisciplinario o por el que comanda el equipo, con una comunicación constante (35).

El brindar atención inmediata a pacientes en situaciones médicas de emergencia, como accidentes automovilísticos, ataques cardíacos, quemaduras y accidentes cerebrovasculares, son las principales labores que enfrentan los enfermeros emergencistas. Por ello necesitan adoptar comportamientos que vayan enfocadas en el momento y la gravedad de la situación, debe tomarse iniciativas rápidas y en conjunto, debe haber la disposición de colaboración intuitiva. No se necesita recalcar sus deberes, estos deben ser naturales, de propia iniciativa, ante situaciones agobiantes es donde debe resaltar el liderazgo, los deberes y lo que ello implica deben entenderse como deberes ineludibles (36).

## **Variable 2: Estrés laboral**

Los estresores ocupacionales son reacciones de los trabajadores ante el deterioro de su equilibrio biológico y psicológico, es una respuesta física normal del cuerpo para establecer su propio equilibrio frente a eventos que provocan una sensación de amenaza o dolor, ansiedad, estado de hiper excitación, frustración, depresión emocional, tensión y conflictos. No debe entenderse que el estrés es algo malo, en tiempos prolongados suele ser muy perjudicial y puede ser el responsable directo de muchos problemas psicológicos y problemas de salud que incluso puede traer consecuencias graves y dejar cierta incapacidad a la persona que lo padezca (37).

Las situaciones de estrés suponen un aumento de la activación fisiológica del organismo, se activa el sistema nervioso simpático, segrega el cuerpo una sustancia llamada adrenalina, elevándose el pulso cardiaco, la presión sanguínea, la respiración se acelera, la sangre es dirigida a los órganos internos principalmente en los músculos esqueléticos. Las glándulas sudoríparas se activan, el sistema gastrointestinal reduce su actividad considerablemente, estas reacciones son llamadas las reacciones de alarma que es un reflejo que el cuerpo manifiesta como varios estímulos que comunican al cuerpo que debe adecuarse el organismo para responder de forma adecuada ya sea para la defensa, ataque o huida (38).

Si el esfuerzo que realiza el organismo para adaptarse ante un peligro es válido se pondrá fin a ese estado, ya entrando en la resolución de dicho peligro o aplicando la huida, en cambio cuando ese estrés se prolonga a través del tiempo se pasa a la fase de la resistencia del organismo. Esto se da cuando el estrés a mellado en el organismo y la psiquis del individuo, al ser agobiante el estrés, la parte corporal manifiesta una barrera resistente contra los estresores ocupacionales, en la cual se despliega varias formas de lucha como son la resiliencia, adaptabilidad, etc. (39).

En este estado el organismo sigue manteniendo un nivel alto de excitación fisiológica, en este momento, se alcanza el equilibrio homeostático (estado de estabilidad corporal), si se alcanza este estado finaliza el proceso de estrés, de lo contrario sino logra alcanzar el individuo la finalización del estrés se pasa a la siguiente fase. Ya en la última fase del proceso de estrés dependerá de la capacidad adaptativa del organismo del individuo, si se logra la adaptación la etapa de resistencia perdurará por un tiempo determinado. Ya en la última fase el agotamiento, cuando el estrés se prolonga por un tiempo extenso, el organismo no es capaz de mantener la excitación y estimulación producida por el estrés (40).

En la fase de agotamiento pierde el equilibrio por debajo de los niveles considerados normales, es justo en ese momento cuando surgen las enfermedades psicológicas y físicas, que se asocian al estrés conocidas como trastornos psicofisiológicos, debe recalcarse que la primera fase del estrés suele ir acompañada tanto de emociones negativas como positivas, mientras que en la segunda y tercera fase son casi exclusivamente de emociones negativas. Ante situaciones que el organismo detecta como novedosas o poco conocidas, el organismo responde con mecanismos de defensa naturales como neuroendocrinos y endocrinos (41).

En forma sencilla se puede decir que el cerebro envía señales por los nervios motores hasta los músculos de las extremidades superiores e inferiores, y al sistema esquelético preparándose para un movimiento repentino y rápido. Las consecuencias negativas del estrés y de todo lo que sucede en el organismo van a ser múltiples tanto a nivel cognitivo y físico se va resumir en el rendimiento y la capacidad funcional. Estas consecuencias se verán expresadas en hábitos poco saludables, una alimentación inadecuada, el dormir alterado, hábitos de fumar, consumo de drogas, alcoholismo, consumo de café (cafeína), menos actividad física, afecta el sistema inmunológico, y problemas de salud (42).

**Dimensión física:** El estrés debido a los rápidos cambios en las organizaciones de salud de hoy en día, hace que los enfermeros trabajen con grandes problemas sanitarios física-psicológica; asimismo, una afectación clara en la eficiencia organizacional y la productividad. Influyendo en la cantidad y calidad de los servicios prestados, el estrés físico, es a causa de levantar cargas pesadas y transportar dichas cargas pesadas, y el trabajo en posturas forzadas, estrés conlleva a sufrir en un futuro de enfermedades como es la diabetes, problemas cardiacos y gastrointestinales, presión arterial, entre otras (43).

Aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades nerviosas, cardiovasculares, del sistema digestivo, en momentos que sobrepasa las capacidades funcionales del enfermero, este queda en un estado de bloqueo y le costará cierto tiempo en recuperarse en el mejor de los casos, en otras ocasiones puede el enfermero colapsar. También reduce la capacidad del sistema inmunitario y la resistencia a las enfermedades, dejando mermado los sistemas de defensa naturales del organismo. Provoca trastornos del sueño, es un factor importante en los enfermeros que trabajan en el horario nocturno, la exposición al estrés se ve acompañado de fatiga crónica, nerviosismo, irritabilidad, y el empeorando del estado corporal (44).

Provoca la aparición de los espasmos musculares y el dolor en las articulaciones, dolores de cabeza; desencadena el deterioro en el apetito o, por el contrario, el deseo de comer excesivamente alimentos insanos y procesados, comer una gran cantidad de alimentos destruye la mayoría de vitaminas, viola los procesos de cambio naturales, provocando el deterioro de la memoria y la inestabilidad emocional. Favorece la aparición de la depresión, apatía, pérdida de interés en la vida, falta de concentración a la hora de realizar las tareas, entre más extenuante es el estrés más frecuentemente el enfermero tendrá la necesidad de miccionar constantemente, causa disfunción sexual, con una salud reproductiva mermada en los hombres y en mujeres tendrán una capacidad de concebir gravemente afectada (45).

**Dimensión psicológica:** Los enfermeros pueden mostrar mayor estrés psicológico cuando el trabajo diario se caracteriza por exigencias elevadas, y estas se caracterizan por un bajo apoyo social debido al distanciamiento social por los horarios de trabajo que tienen, que causa un desfase en la necesidad de descanso, entretenimiento y el fortalecimiento social que necesitan tener. El poco margen para la toma de decisiones, las situaciones estresantes afectan negativamente no sólo los mecanismos psicológicos, sino en todo el cuerpo, dando lugar a una serie de problemas psicológicos, es evidente que los cambios de turno y las modificaciones en las jornadas de día por la noche afectan el estado normal del sueño (46).

Las características psicológicas asociadas a las manifestaciones de estrés profesional en enfermeras son un alto nivel de ansiedad y pesimismo, baja tolerancia a la frustración y excesivo control sobre las manifestaciones de reacciones negativas. El nivel de desgaste dependerá directamente del nivel de inestabilidad neuro psíquica, del potencial de adaptación de la personalidad y de la gravedad de los rasgos del carácter acentuados del enfermero. El desarrollo del estrés laboral en los enfermeros está influenciado por características sociodemográficas, como la edad, el nivel de instrucción, el cargo y la experiencia laboral y del cómo se desenvuelve en su área y en la institución de salud (47).

Los recursos psicológicos de la personalidad de los enfermeros influyen en el nivel potencial de adaptación, estos trabajadores laboran en áreas como emergencia de alta complejidad, la gravedad del estrés es significativamente mayor que en enfermeros que trabajan en departamentos menos exigentes. Las características psicológicas de los enfermeros en condiciones de estrés los vuelve vulnerables ante el desgaste emocional como resultado de una excesiva implicación emocional en las experiencias que tienen con los pacientes a su cargo, y estas experiencias dejan una huella en el estado psicológico (48).

**Dimensión social:** Los riesgos psicosociales que son factores que contribuyen al desarrollo del estrés en el lugar de trabajo, el estrés relacionado a lo social tiene diversos factores, el miedo a estar lejos y no frecuentar a sus familiares y amigos, está asociado a los riesgos psicosociales. Dado que el estrés desencadena descompensación general, las diversas áreas que constituyen a la integridad de los enfermeros como son la interacción, por un lado, el ambiente de trabajo, el contenido del trabajo y las condiciones organizacionales de la institución hospitalaria y, por otro lado, entre las habilidades, necesidades, el grado cultural y las responsabilidades suele ocasionar conflictos que contribuyen al aislamiento social (49).

Los riesgos de mantener episodios de estrés cuando se labora, afectarán las relaciones con los colegas, y con todo el personal multidisciplinario en el área de emergencias, ya que pueda haber condiciones que generan estrés y afectan el día a día, y hacer mella. El estrés cuando no se soluciona o se pone fin a sus diversas manifestaciones suele entrar en una fase en la cual ocurre un deterioro en todas las áreas personales, conflictos con el entorno cercano laboral e incluso externo (familiares y amistades). Los problemas en la disponibilidad, la adecuación y el mantenimiento de equipos y locales destinados al trabajo de enfermería (50).

Las acciones repetitivas como los tratamientos, terapias, medicación, el trabajo con un alto grado de incertidumbre que cause un distanciamiento de colegas, jefatura, puede causar estrés. También en la falta de definición de tareas organizacionales, responsabilidades no cumplidas por otros miembros del equipo, incertidumbre en las funciones, los diversos obstáculos que impidan el crecimiento laboral y personal, una inadecuada promoción a puestos de mayor importancia tanto laboral como salarialmente, son grandes estresores que contribuyen al descontento personal que puede manifestarse hacia un rechazo de su entorno y que puede ampliarse a familiares, y al aislamiento o evasión de los vínculos sociales (51).

## **Teoría del Afrontamiento de Callista Roy**

Esta teoría se basa en la aplicación de la correcta adaptabilidad del enfermo al medio ambiente que le rodea, este ambiente puede ser variable según el área en donde se desenvuelva, así también ayuda al paciente a encontrar un equilibrio entre el estado psicofísico del paciente y las condiciones que lo rodean. Cuando se habla de la adaptación se entiende por el proceso de ajuste de la persona hacia un comportamiento correcto con respecto a su salud. Sus actividades deben estar de acorde a las condiciones exteriores e interior del medio ambiente, sus acciones deben enfocarse a los cambios del entorno (52).

La teoría desarrollada en 1976 se compone de cuatro conceptos fundamentales, el hombre, la salud, el medio ambiente y la atención sanitaria, así como de los procesos de enfermería. Roy menciona que el objetivo de la enfermería es proporcionar la conducta adaptativa correcta del paciente, en donde se basa en las necesidades fisiológicas, su autoconcepto, el rol, sus funciones y las relaciones. El proceso de enfermería consta de los siguientes pasos, la evaluación de la conducta, la evaluación de los incentivos, el diagnóstico de enfermería, planteamiento de objetivos, la ejecución de los servicios y su evaluación (53).

Esta teoría busca la acumulación de información sobre la conservación y promoción de la salud en relación con las personas y las familias, así como la definición de la función de la enfermería como promotores sanitarios; por ello, el modelo debe permitir la creación de condiciones que contribuya a desarrollar la interacción como un medio hacia la adaptación, en donde los objetivo sea la promoción de la salud. En el caso de que la adaptación no pueda lograrse, la institución de salud debe encargarse de preparar las condiciones, realizando intervención de soporte emocional, y/o espiritual para la recuperación del paciente por el enfermero (54).

## **2.3. Formulación de hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

H0: No existe relación significativa entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4 2024

Ha: Existe relación significativa entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

Ha1: Existe relación significativa en la sobrecarga de trabajo en la dimensión carga física y el estrés laboral en el profesional de enfermería

Ha2: Existe relación significativa en la sobrecarga de trabajo en la dimensión carga mental y el estrés laboral en el profesional de enfermería

Ha3: Existe relación significativa en la sobrecarga de trabajo en la dimensión trabajo a turnos y el estrés laboral en el profesional de enfermería

Ha4: Existe relación significativa entre en la sobrecarga de trabajo en la dimensión factores de la organización y el estrés laboral en el profesional de enfermería

### **3. METODOLOGIA**

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

Es hipotético-deductivo porque consiste en formular una hipótesis de investigación las cuales van a ser contrastadas estadísticamente para ser aceptadas o rechazadas (55).

#### **3.2. Enfoque de la investigación**

Es cuantitativo porque está basada en la recopilación de la información por medio del llenado de instrumentos mediante la cuantificación de resultados numéricamente (56).

#### **3.3. Tipo de investigación**

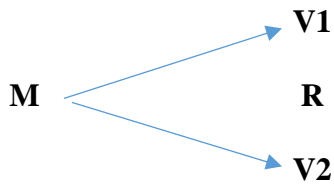
Es aplicada o básica porque utiliza en el ámbito científico para comprender y ampliar nuestros conocimientos sobre un fenómeno o campo específico llevados a la práctica (57).

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

Es no experimental porque las variables de estudio no son manipulables ya que solo son observables y se presentan tal como se presentan naturalmente sin cambio alguno (58).

Es de corte transversal porque el estudio se realizará espacialmente y temporalmente; es descriptivo porque se describen las características y los comportamientos de las variables; y es correlacional porque la investigación aborda la asociación o relación entre ellas (59).

El esquema que representa la relación entre las variables es:



Donde:

V1 : Sobrecarga de trabajo

V2 : Estrés laboral

M : Profesionales de enfermería

R : Relación entre variables

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

La población de estudio estará conformada por los 30 profesionales de enfermería que laboran en el Servicio de Emergencias del Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4; asimismo, la muestra será la misma población muestral por ser una población pequeña (menor de 100); es decir, se tomará al total de la población y el muestreo no probabilístico por conveniencia.

#### **Criterios de inclusión:**

- Enfermeros asistenciales en un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4.
- Enfermeros de ambos sexos.
- Enfermeros nombrados y contratados.
- Enfermeros que acepten participar voluntariamente en el estudio.

#### **Criterios de exclusión:**

- Enfermeros con cargo administrativo.

- Enfermeros de otros servicios que no sean de emergencia

### 3.6. Variables y operacionalización

**Matriz de operacionalización de la variable 1**

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (niveles o rangos)
V1 Sobrecarga de trabajo	Es la interacción que existe entre el nivel de exigencia de las actividades laborales y las capacidades que tiene el enfermero (19)	Es la sobrecarga laboral de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4; según dimensiones carga física, carga mental, trabajo a turnos y factores de la organización.	Carga física	Postura Desplazamiento Esfuerzo muscular	Ordinal	Baja (00 – 22)  Media (23 – 46)  Alta (47 – 68)
			Carga mental	Atención Ritmo de trabajo Tratamiento Información Experiencias		
			Trabajo a turnos	Turnos Estabilidad Registro adecuado Evaluación de la salud Respeto al ciclo de vida Protección y seguridad Limitaciones		
			Factores de la organización	Tareas Preparación Iniciativa Informes Toma de decisiones Relación interpersonal		

**Matriz de operacionalización de la variable 2**

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (niveles o rangos)
V2 Estrés laboral de enfermería	Es la reacción que presenta un enfermero frente a la exigencia o presión laboral que no son acordes con su capacidad y afrontamiento (37)	Es el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4; según dimensiones físico, psicológico y social.	Físico	Carga de trabajo Insuficiente tiempo Transferencia Personal insuficiente	Ordinal	Leve (34 – 79)  Moderado (80 – 124)  Severo (125 – 170)
			Psicológico	Muerte y sufrimiento Preparación insuficiente Falta de apoyo Incertidumbre Apoyo emocional Pena y dolor Impotencia Disponibilidad		
			Social	Temor a la muerte Pánico personal Problemas con médicos Problemas con pares Estrés por desacuerdos Trato inadecuado Conflictos Dificultades Sentimientos Críticas		

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

#### **3.7.1. Técnicas**

Para ambas variables se utilizarán la técnica de las encuestas; es decir, método de recogida de datos cuantitativos mediante preguntas a una muestra generalmente con alternativas de respuesta cerradas, donde el entrevistador o investigador hace las preguntas y anota las respuestas, o los encuestados leen las preguntas y brindan las respuestas ellos mismos en un formulario de cuestionario de forma presencial o virtual (59).

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

**Instrumento 1.** Cuestionario para medir la variable sobrecarga laboral de enfermería; elaborado por Gonzales y adaptado por Rosales (15); el cual consta de 68 ítems, según dimensiones carga física (16 ítems), carga mental (15 ítems), trabajo a turnos (13 ítems), y factores de la organización (24 ítems); teniendo como la escala de medición (no=0, si=1); y el valor final será sobrecarga baja (00 – 22), media (23 – 46) y alta (47 – 68).

**Instrumento 2.** Cuestionario para medir la variable estrés laboral de enfermería; elaborado por Gonzales y adaptado por Rosales (15); el cual consta de 34 ítems, según dimensiones físico (04 ítems), psicológico (18 ítems), y social (12 ítems); teniendo como la escala de medición (nunca=1, casi nunca=2, a veces=3, casi siempre=4, siempre=5); y el valor final será estrés laboral leve (34 – 79), moderado (80 – 124) y severo (125 – 170).

### 3.7.3. Validación

	<b>Prueba Binomial</b>	
<b>Autora</b>	<b>Instrumento 1. Sobrecarga de enfermería</b>	<b>Instrumento 2. Estrés laboral de enfermería</b>
Rosales Dueñas, Carmen del Pilar, 2022	p = 0.022	p = 0.023

### 3.7.4. Confiabilidad

	<b>Alfa de Cronbach</b>	
<b>Autora</b>	<b>Instrumento 1. Sobrecarga de enfermería</b>	<b>Instrumento 2. Estrés laboral de enfermería</b>
Rosales Dueñas, Carmen del Pilar, 2022	$\alpha = 0.92$	$\alpha = 0.98$

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

Luego de aplicados los instrumentos se procederá al procesamiento mediante el Microsoft Excel 2021 y el Programa Estadístico SPSS versión 26.0; para ser reportados en tablas y/o figuras descriptivas e inferenciales; y para calcular la contratación de la hipótesis se aplicará la Prueba de Correlación de Spearman ( $R_{h0}$ ) para determinar la relación entre las variables.

### 3.9. Aspectos éticos

Se tendrá en cuenta al Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener y los principios bioéticos de Belmont: autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia.

**Autonomía.** Se respetará la decisión voluntaria de los profesionales de enfermería dando su firma del consentimiento informado para ser participante del presente estudio.

**Beneficencia.** El estudio será en beneficio de los profesionales de enfermería en beneficio de su salud física y mental para afrontar la sobrecarga y el estrés laboral.

**No Maleficencia.** Su participación no causará daño a los profesionales de enfermería debido a que su participación solo consistirá en el llenado de instrumentos validados.

**Justicia.** Los profesionales de enfermería tendrán la libertad de ser parte del estudio al ser respetados sin discriminación alguna de su sexo, raza, edad, religión y política.

#### 4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

##### 4.1. Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2024						
	J	J	A	S	O	N	D
Identificación del Problema	X						
Búsqueda bibliográfica	X						
Situación problemática y marco teórico	X						
Importancia y justificación de la investigación	X						
Objetivos de la investigación		X					
Enfoque y diseño de investigación		X					
Población, muestra y muestreo		X					
Técnicas e instrumentos de recolección de datos		X	X				
Aspectos bioéticos			X				
Métodos de análisis de información			X				
Aspectos administrativos del estudio			X				
Elaboración de los anexos			X	X			
Aprobación del proyecto					X	X	X

#### 4.2. Presupuesto

	Rubros	Unidad	Cantidad	Costo (S/.)	
				Unitario	Total
<b>Servicios</b>	Tipeo	Hoja	150	2.00	300.00
	Internet	Horas	250	2.00	500.00
	Encuadernación	Unidad	06	35.00	210.00
	Viáticos	Unidad	100	10.00	1,000.00
	Movilidad	Unidad	100	2.00	200.00
	<b>Subtotal</b>				
<b>Recursos materiales</b>	Papel bond	Millar	01	100.00	100.00
	Lapiceros	Unidad	10	2.00	20.00
	Archivadores	Docena	05	20.00	100.00
	Memoria USB	Unidad	01	100.00	100.00
	<b>Subtotal</b>				

N°	ÍTEMS	COSTO (S/.)
1	Servicios	2,210.00
2	Recursos materiales	320.00
<b>TOTAL</b>		<b>2,530.00</b>

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Estrés en el personal de enfermería y su asociación con el desempeño hospitalario. Ginebra: OMS. [Internet]. 2023. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: <https://kutt.it/5YNDRn>
2. Organización Internacional del Trabajo. Estrés laboral. Ginebra: OIT. [Internet]. 2022. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/genericdocument/wcms\\_475146.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/genericdocument/wcms_475146.pdf)
3. Organización Panamericana de la Salud. Estrés laboral es una carga para los individuos, los trabajadores y las sociedades. Washington: OPS. [Internet]. 2022. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: <https://kutt.it/alqWPh>
4. Ministerio de Salud del Perú. Estrés laboral en los establecimientos de salud del sector estatal, enfermeras con diferentes grados de estrés. Lima: MINSA. [Internet]. 2022. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/minsa>
5. Ministerio de Salud del Perú. Minsa inició encuesta para conocer principales factores que ocasionan enfermedades. Lima: MINSA. [Internet]. 2022. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/41540-minsa-inicio-encuesta-para-conocer-principales-factores-que-ocasionan-enfermedades>
6. Yuwanich N, Akhavan Sh, Nantsupawat W, Martin L. Experiencias de estrés ocupacional entre enfermeras de emergencia en hospitales privados en Bangkok. Open Journal of Nursing. 07(06):657-670. [Artículo]. 2017. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: [https://www.scirp.org/pdf/OJN\\_2017062316280732.pdf](https://www.scirp.org/pdf/OJN_2017062316280732.pdf)

7. Ramírez S. Síndrome de desgaste profesional y su influencia en las estrategias de afrontamiento en profesionales de la salud que laboran en los centros de salud del distrito 18DO6. Ambato: Universidad Técnica de Ambato. [Tesis]. 2019. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: <https://anon.to/5pz1gt>
8. Maresca G, Corallo F, Catanese G, Formica C, Lo Buono V. Estrategias de afrontamiento de profesionales sanitarios con síndrome de burnout: una revisión sistemática. Medicina (Kaunas). 58(02):01-09. [Artículo]. 2022. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: <https://anon.to/PL5mIW>
9. Sharma K, Joshi A, Poudyal S, Khatiwada K. Emociones y estrategias de afrontamiento del personal de salud que trabajan en diferentes hospitales de Chitwan durante la pandemia de Covid-19. Journal of Chitwan Medical College. 10(34):09-15. [Artículo]. 2020. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: <https://anon.to/2okV5E>
10. Mejia Ch, Chacon J, Enamorado O, Garnica L, Chacón S, García Y. Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica. Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo. 28(03):204-211. [Artículo]. 2019. [Fecha de acceso: 02 mayo de 2023]. Disponible en: <https://anon.to/brO52R>
11. Loayza G, Troya L, González E, Sánchez L. La sobrecarga y el estrés en el ámbito laboral, analizado desde la óptica del trabajador. Revista Multidisciplinaria Ciencia Latina. 06(03):3569-3586. [Artículo]. 2022. [Fecha de acceso: 03 mayo de 2023]. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2485/3673>
12. Perguachi V, Ramírez A, Mesa I, Martínez P. Carga laboral y nivel de estrés en el personal de enfermería. Revista de Producción Ciencias e Investigación Pro Sciences. 05(39):10-15. [Artículo]. 2022. [Fecha de acceso: 03 mayo de 2023]. Disponible en: <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/367>

13. García L, Carrión K. Carga laboral y nivel de estrés del personal de Enfermería en León, Nicaragua. *Revista Española de Enfermería de Salud Mental*. 06(2018):42-50. [Artículo]. 2019. [Fecha de acceso: 03 mayo de 2023]. Disponible en: <http://www.reesme.com/index.php/REESM-AEESME/article/download/44/38>
14. Darli R, Da Silva L, Cruz A, Carmo M. Carga de trabajo de los enfermeros y su relación con el estrés. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*. 22(06):959-965. [Artículo]. 2019. [Fecha de acceso: 03 mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/NpMQSrbV9mcbrnvTjDsPyXg/?format=pdf&lang=es>
15. Rosales C. Sobrecarga laboral y estrés en el profesional de enfermería del Hospital de Ventanilla. Lima: Universidad César Vallejo. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 04 mayo de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/86055/Rosales\\_DCDP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/86055/Rosales_DCDP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
16. Machaca M, Quispe C. Estrés y sobrecarga laboral del profesional de enfermería en Emergencia del Hospital Goyeneche III, Arequipa. Lima: Universidad César Vallejo. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 04 mayo de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70534/Machaca\\_IML-Quispe\\_UCY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70534/Machaca_IML-Quispe_UCY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
17. Garma A, Sánchez L. Nivel de estrés laboral y su relación con la sobrecarga de trabajo en enfermeras del Hospital Belén de Trujillo. Trujillo: Universidad César Vallejo. [Tesis]. 2019. [Fecha de acceso: 04 mayo de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34605/Garma\\_AA-Sanchez\\_MLM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34605/Garma_AA-Sanchez_MLM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

18. Cornejo M, Tito J. Sobrecarga laboral y estrés en la enfermera del Hospital III Regional Honorio Delgado. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín. [Tesis]. 2019. [Fecha de acceso: 05 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/c1ff92e0-3281-48ec-926c-4d64c490c476/content>
19. Bustamante K. Sobrecarga de trabajo y desempeño laboral del profesional de enfermería en los servicios de emergencia. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 05 mayo de 2023]. Disponible en: <https://goo.su/J8nQZuz>
20. Valle K. La sobrecarga laboral del personal de enfermería que influye en la atención a pacientes. Revista San Gregorio. 2021(47):168-183. [Artículo]. 2021. [Fecha de acceso: 05 mayo de 2023]. Disponible en: <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/rsan/v1n47/2528-7907-rsan-1-47-00165.pdf>
21. Pérez A. Estrés y estrategias de afrontamiento en profesionales de ciencias de la salud, Lambayeque. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 06 mayo de 2023]. Disponible en: <https://kutt.it/42vjan>
22. Trujillo N. Sobrecarga laboral del profesional de enfermería en Unidad Cuidados Intensivos del Hospital María Auxiliadora. Lima: Universidad María Auxiliadora. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 06 mayo de 2023]. Disponible en: <https://goo.su/K5CqgYO>
23. Huamán R. Sobrecarga laboral en enfermeras del Servicio de Emergencia en el Hospital Nacional Sergio E. Bernales. Lima: Universidad César Vallejo. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 06 mayo de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40649/Huam%c3%a1n\\_VRM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40649/Huam%c3%a1n_VRM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

24. Román V. Sobrecarga laboral en el personal de enfermería de cuidados intensivos en el Hospital General Dr. Liborio Panchana Sotomayor. Santa Elena: Universidad Estatal Península de Santa Elena. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 06 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/46000/7119/UPSE-TEN-2022-0036.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
25. Zúñiga K. Sobre carga laboral y calidad del cuidado en profesionales de enfermería que laboran en el Hospital Nacional Dos de Mayo. Callao: Universidad Nacional del Callao. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 07 mayo de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/5609/TESIS%20MAESTRO-ZU%c3%91IGA%20CHAVEZ-FCS-2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
26. Martínez S, González J. Sobrecarga laboral y satisfacción del personal de enfermería en un hospital público de Argentina. Buenos Aires: Recimed Editorial Ciencias Médicas. 2022(05-06):01-14. [Artículo]. 2022. [Fecha de acceso: 07 mayo de 2023]. Disponible en: <https://revinfodir.sld.cu/index.php/infodir/article/view/1226/1566>
27. Castro L. Percepción de sobrecarga laboral en enfermeras del Servicio de Emergencia. Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. [Tesis]. 2020. [Fecha de acceso: 07 mayo de 2023]. Disponible en: [https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/2397/1/TL\\_CastroMazabelLuz.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/2397/1/TL_CastroMazabelLuz.pdf)
28. Calderón F. Carga laboral de enfermería y satisfacción de los usuarios atendidos del Hospital Referencial de Ferreñafe. Pimentel: Universidad Señor de Sipán. [Tesis]. 2018. [Fecha de acceso: 08 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5623/Calder%c3%b3n%20Carrasco%2c%20Fiorela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

29. Gómez D, Granada M, García N. Factores asociados a la sobrecarga laboral en personal de enfermería en hospital de tercer nivel de Cartagena. Cartagena: Universidad de Cartagena. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 08 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/15153/DANIELA%20GOMEZ%20ESPITIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
30. Asto E, Diaz A. Sobrecarga laboral y estrés en enfermeras del Hospital Regional Ayacucho. Ica: Universidad Autónoma de Ica. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 09 mayo de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1604/3/Ana%20Diaz%20De%20La%20Cruz.pdf>
31. Calderón D. Carga laboral y desempeño profesional de enfermería, Servicio de Cirugía, Hospital Militar Central. Ica: Universidad Autónoma de Ica. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 09 mayo de 2023]. Disponible en: <https://goo.su/Zc2zj>
32. Acosta M, Maya G. Competencias clínicas y carga laboral de enfermería en unidades de cuidado intensivo adultos. Pasto: Revista Ciencia y Cuidado Scientific Journal of Nursing. 17(02):22-32. [Artículo]. 2020. [Fecha de acceso: 09 mayo de 2023]. Disponible en: <https://goo.su/LGQn>
33. Quispe M. Sobrecarga laboral y bienestar psicológico, en profesionales de enfermería del servicio de emergencia de un hospital de Lima. Lima: Universidad Norbert Wiener. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 09 mayo de 2023]. Disponible en: <https://goo.su/uR5q>
34. Mejía P, Murga S, Aguilar N. Sobrecarga laboral y calidad de cuidado del profesional de enfermería desde la perspectiva del usuario. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo. [Tesis]. 2019. [Fecha de acceso: 09 mayo de 2023]. Disponible en: <https://goo.su/1rkmhF>

35. Sigampa J, Valle E, Laura M, Fernández M, Montenegro F, Cufre C, Montero E, Ascuet D, Rojo Z. Carga de trabajo, percepción y repercusión en la salud de las enfermeras y en la organización de hospitales públicos provinciales de Córdoba. Córdoba: Revista Crear en Salud. 13(2019):01-18. [Artículo]. 2020. [Fecha de acceso: 10 mayo de 2023]. Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revcs/article/view/31498/32186>
36. Quintana D, Tarqui C. Desempeño laboral del profesional de enfermería en un hospital de la seguridad social del Callao. Revista de la Universidad de Manizales Archivos de Medicina. 20(01):123-132. [Artículo]. 2020. [Fecha de acceso: 10 mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/2738/273862538013/html/>
37. García P, Jiménez A, Hinojosa L, Gracia G, Cano L, Abeldaño A. Estrés laboral en enfermeras de un hospital público de la zona fronteriza de México, en el contexto de la pandemia Covid-19. Revista de Salud Pública, Edición Especial. 1(2):65-73. [Artículo]. 2020. [Fecha de acceso: 10 mayo de 2023]. Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/31332/32042>
38. Molina P, Muñoz M, Schlegel G. Estrés laboral del profesional de enfermería en unidades críticas. Medicina y Seguridad del Trabajo. 65(256):177-185. [Artículo]. 2019. [Fecha de acceso: 10 mayo de 2023]. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v65n256/0465-546X-mesetra-65-256-177.pdf>
39. Vásquez S, González Y. El estrés y el trabajo de enfermería: factores influyentes. Revista de Ciencias de la Salud MásVita. 02(02):51-59. [Artículo]. 2020. [Fecha de acceso: 10 mayo de 2023]. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/08/1284113/85-texto-del-articulo-267-1-10-20200829.pdf>

40. Chocce M. Estrés laboral en profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos de un hospital de Lima norte, durante la pandemia. Lima: Universidad María Auxiliadora. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 10 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/919/TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
41. Porta M. Estrés laboral y resiliencia en el personal de enfermería del Hospital Regional de Moquegua. Ica: Universidad Autónoma de Ica. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 10 mayo de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1757/1/Marco%20Antonio%20Porta%20%C3%91avincopa.pdf>
42. Sivana M, Suero J. Estilos de vida y nivel de estrés laboral en el personal de salud de la Microred de Hunter. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 11 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/27fb776e-7146-4eac-9bc9-fe837cefcc66/content>
43. Pacheco S, Palomino K. Nivel de estrés laboral en enfermeros del Servicio de Emergencia del Hospital III Yanahuara – EsSalud. Arequipa: Universidad Católica de Santa María. [Tesis]. 2020. [Fecha de acceso: 11 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/10206/60.1454.EN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
44. Bellodas J, Tiburcio B. Nivel de estrés laboral en las enfermeras del servicio de emergencia. Hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen. Lima: Universidad César Vallejo. [Tesis]. 2019. [Fecha de acceso: 12 mayo de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35533/Bellodas\\_CJ.-Tiburcio\\_SB.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35533/Bellodas_CJ.-Tiburcio_SB.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

45. Alfaro J. Estrés laboral del enfermero que labora en el Servicio de Emergencia-Hospital San Juan de Lurigancho. Lima: Universidad María Auxiliadora. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 14 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1048/ALFARO%20CANCINO%20JONATHAN%20ENRIQUE%20-%20TRABAJO%20AC.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
46. Matos M. Nivel de estrés laboral en enfermeras del Servicio de Emergencia del Hospital de Ventanilla. Lima: Universidad Privada del Norte. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 14 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28547/Matos%20Poma%20Melina.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
47. Salinas D. Estrés laboral y calidad de vida en personal de enfermería por niveles de atención en Puebla. Puebla: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 14 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.buap.mx/bitstream/handle/20.500.12371/16994/20220929100845-2691-T.pdf?sequence=1>
48. Calderón G, Rivas L. Factores laborales y nivel de estrés en enfermeras de centro quirúrgico. Lima: Revista Recimed Editorial Ciencias Médicas. 37(04):01-18. [Artículo]. 2021. [Fecha de acceso: 14 mayo de 2023]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/enf/v37n4/1561-2961-enf-37-04-e4143.pdf>
49. Nacimiento F. Evidencias científicas sobre estrés laboral en los profesionales de enfermería de los servicios de emergencia clínica. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia. [Tesis]. 2022. [Fecha de acceso: 15 mayo de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/13244/Evidencias\\_NacimientoValera\\_Fabiola.pdf?sequence=1](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/13244/Evidencias_NacimientoValera_Fabiola.pdf?sequence=1)

50. Aranda F. Síndrome de burnout y su influencia en el entorno familiar del personal de enfermería del Hospital EsSalud Huánuco. Huánuco: Universidad Nacional Hermilio Valdizán. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 15 mayo de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/6679/PGS00173A66.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
51. Sonco D. Estrés laboral de la enfermera(o) y calidad de atención según el usuario del Servicio de Emergencias Hospital Carlos Alberto Seguin Escobedo, EsSalud. Arequipa: Universidad Alas Peruanas. [Tesis]. 2019. [Fecha de acceso: 15 mayo de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uap.edu.pe/jspui/bitstream/20.500.12990/8646/1/Tesis\\_Estr%C3%A9s\\_Laboral\\_Enfermera%28o%29.pdf](https://repositorio.uap.edu.pe/jspui/bitstream/20.500.12990/8646/1/Tesis_Estr%C3%A9s_Laboral_Enfermera%28o%29.pdf)
52. Coto A, Salas M. Intervención de enfermería en salud mental, para fortalecer las estrategias de afrontamiento y adaptación al estrés en tiempos de Covid-19, dirigido al personal de la sede de Paraíso de la Universidad de Costa Rica. Ciudad Universitaria Rodrigo Facio: Universidad de Costa Rica. [Tesis]. 2021. [Fecha de acceso: 16 mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.kerwa.ucr.ac.cr/bitstream/handle/10669/84446/TFG%20%28KERWA%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
53. Osorio E, Lapeira P, Acosta D. Cuidado al familiar del paciente críticamente enfermo desde la teoría de Callista Roy. Santa Marta: Revista Duazary. 16(02):50-62. [Artículo]. 2019. [Fecha de acceso: 16 mayo de 2023]. Disponible en: <https://goo.su/AFkA4H>
54. García E, Cusme N. Aplicación del modelo de Callista Roy como herramienta de adaptación al estrés. Ambato: Brazilian Journal of Health Review. 06(01):1832-1854. [Artículo]. 2023. [Fecha de acceso: 16 mayo de 2023]. Disponible en: <https://goo.su/oylDQJ>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p><b>Problema general</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4 2024?</p> <p><b>Problemas específicos</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión carga física y el estrés laboral en el profesional de enfermería?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión carga mental y el estrés laboral en el profesional de enfermería?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión trabajo a turnos y el estrés laboral en el profesional de enfermería?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión factores de la organización y el estrés laboral en el profesional de enfermería?</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Determinar la relación entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <p>Identificar la relación entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión carga física y el estrés laboral en el profesional de enfermería</p> <p>Identificar la relación entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión carga mental y el estrés laboral en el profesional de enfermería</p> <p>Identificar la relación entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión trabajo a turnos y el estrés laboral en el profesional de enfermería</p> <p>Identificar la relación entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión factores de la organización y el estrés laboral en el profesional de enfermería</p>	<p><b>Hipótesis general</b></p> <p>Existe relación significativa entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024</p> <p><b>Hipótesis específicas</b></p> <p>Existe relación significativa entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión carga física y el estrés laboral en el profesional de enfermería</p> <p>Existe relación significativa entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión carga mental y el estrés laboral en el profesional de enfermería</p> <p>Existe relación significativa entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión trabajo a turnos y el estrés laboral en el profesional de enfermería</p> <p>Existe relación significativa entre la sobrecarga de trabajo en la dimensión factores de la organización y el estrés laboral en el profesional de enfermería</p>	<p><b>Variable Independiente</b></p> <p>Sobrecarga de trabajo</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Carga física</li> <li>▪ Carga mental</li> <li>▪ Trabajo a turnos</li> <li>▪ Factores de la organización</li> </ul> <p><b>Variable Dependiente</b></p> <p>Estrés laboral</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Físico</li> <li>▪ Psicológico</li> <li>▪ Social</li> </ul>	<p><b>Método de la investigación</b> Hipotético-deductivo</p> <p><b>Enfoque de la investigación</b> Cuantitativo</p> <p><b>Tipo de investigación</b> Aplicada Descriptivo Correlacional</p> <p><b>Diseño de la investigación</b> No experimental</p> <p><b>Población</b> 30 enfermeros del Servicio de Emergencia de un <b>Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4</b></p> <p><b>Muestra</b> 30 enfermeros</p> <p><b>Muestreo</b> No Probabilístico por Conveniencia</p> <p><b>Técnicas</b> Encuesta para ambas variables Observación</p> <p><b>Instrumentos</b> Instrumento 1 Instrumento 2</p>

## ANEXO 2. INSTRUMENTOS

**INTRODUCCIÓN:** Saludos estimados(as) colegas, soy Lic. Rosenda Góngora Riquero, estoy realizando una investigación acerca: “Sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024”; asimismo, se le pide la mayor sinceridad en sus respuestas y agradece su participación.

**INSTRUCCIONES:** Se pide que respondan a las preguntas planteadas, están referidos al problema de investigación, marque con un aspa la alternativa que considere conveniente.

### DATOS GENERALES:

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Condición laboral: \_\_\_\_\_ Años de servicio: \_\_\_\_\_

### INSTRUMENTO 1. SOBRECARGA LABORAL DE ENFERMERÍA

Nº	Carga física	No	Si
01	El trabajo permite cambiar la posición de pie-sentado		
02	Mantiene la columna en una postura adecuada de pie o sentado		
03	Mantiene los brazos por debajo del nivel de hombros durante la jornada laboral		
04	El trabajo exige desplazamiento de un lugar a otro		
05	Los desplazamientos ocupan un tiempo inferior de la jornada laboral		
06	Se realizan desplazamientos con cargas menores a 2 kg.		
07	El trabajo exige realizar un esfuerzo muscular frecuente		
08	Para realizar las tareas se utiliza solo la fuerza de las manos		
09	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		
Nº	Carga mental	No	Si
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 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		
Nº	Trabajo a turnos	No	Si
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 mía 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 huno nocturno es inferior a un turno diurno		
42	Los servicios de protección y prevención en seguridad y salud son los mismos		
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>Nº</b>	<b>Factores de la organización</b>	<b>No</b>	<b>Si</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 (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 final		
51	La organización de las tareas está previamente definida		
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		
57	Las instrucciones de ejecución están claramente definidas y se dan a conocer		
58	Se evitan las incompatibilidades o contradicciones entre órdenes de trabajo		
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 problemas referidos al trabajo		
63	Cuando se introducen nuevos equipos se consultan o discuten a los trabajadores		
64	La tarea facilita o permite el trabajo en grupo o comunicación con otras personas		
65	Por regla general, el ambiente laboral permite una relación amistosa		
66	Cuando existe algún conflicto se asume y se buscan vías de solución		
67	Si la tarea se realiza en ambiente aislado se cuenta con sistema de comunicación		
68	Ante la exposición a conductas violentas externas cuenta con una actuación		

## INSTRUMENTO 2. ESTRÉS LABORAL DE ENFERMERÍA

(Nunca = 1, Casi nunca = 2, A veces =3, Casi siempre = 4, Siempre = 5)

Nº	Físico	1	2	3	4	5
01	Sus labores en su servicio implican tareas no relacionadas con su ámbito de desempeño					
02	El tiempo para completar sus labores dentro del ámbito de hospitalización es insuficiente					
03	Durante su turno en su servicio ha sido transferido (a) a otras áreas por escasez de personal					
04	El personal de salud es insuficiente para desarrollar un servicio adecuado					
Nº	Psicológico	1	2	3	4	5
05	Se siente afectados cuando conversan con un paciente sobre su inminente deceso					
06	Se siente conmovido cuando observa el sufrimiento de sus pacientes					
07	Le es difícil superar el fallecimiento de un paciente con el que estableció estrecha relación					
08	El fallecimiento de un paciente le entristece abrumadoramente					
09	Le es complicado tomar decisiones para atender un paciente cuando la autoridad responsable no está					
10	Se siente frustrado (a) cuando un paciente consulta algo para lo que no tiene respuesta inmediata					
11	Le faltan oportunidades para compartir con otros miembros de su unidad sentimientos negativos hacia los pacientes					
12	Saber que no está en la capacidad de ayudar a los familiares de pacientes a su cargo le hacer sentir desmoralizado					
13	El insuficiente conocimiento para el manejo de equipos especializados le hace sentir contrariado(a)					
14	Le afecta emocionalmente no poder brindar apoyo emocional a los pacientes que lo requieren					
15	Le genera temor realizar procedimientos dolorosos para los pacientes					
16	Tener desconocimiento de la situación médica de un paciente o su tratamiento le incomoda sobremanera					
17	Le asusta cometer algún error en el tratamiento de un paciente					
18	Le genera sentimientos de culpabilidad el no tener preparación adecuada para ayudar a un paciente					
19	Le faltan oportunidades para conversar con otras personas del ámbito de hospitalización acerca de problemas relacionados a los pacientes					
20	Se siente impotente ante casos de pacientes que no presentan mejoría					
21	Siente que las roturas de equipos tecnológicos como ordenador o equipos electrónicos le irritan demasiado					
22	La falta de disponibilidad del personal y las atenciones a los pacientes fuera del horario le hacer perder la cordura					
Nº	Social	1	2	3	4	5
23	Le da temor la muerte súbita de un paciente sin que exista motivo aparente					
24	Le genera pánico la ausencia de personal ante una situación de urgencia					
25	Tiene conflictos con el personal de salud					
26	Le enfurece ser criticado por especialistas de otras áreas					
27	Le estresa estar en desacuerdo con el tratamiento que otro especialista indica					
28	Si un colega o superior prescribe un tratamiento inadecuado para un					

	paciente usted le contradice					
29	Cuando un especialista da información inadecuada sobre la condición de un paciente usted le critica					
30	Tiene conflictos con sus superiores					
31	Las dificultades al trabajar con colegas en su propia área disminuyen su eficiencia					
32	Tiene pocas oportunidades de compartir experiencias y sentimientos con otras personas del área de hospitalización					
33	Le dificulta trabajar con colegas externos al área de hospitalización					
34	Ser criticado por un superior le produce sentimientos de odio					

### ANEXO 3. FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud, antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados

**Título del proyecto:** “Sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024”

**Nombre de la investigadora principal:** Lic. Rosenda Góngora Riquero

**Propósito del estudio:** Determinar la relación que existe entre la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el profesional de enfermería del Servicio de Emergencias de un Centro Materno Infantil de San Martín de Porres I-4, 2024.

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

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

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

**Confidencialidad:** La información que usted proporcione estará protegida, solo la investigadora puede conocerla. 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 usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a ..... 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 Universidad Norbert Wiener, correo electrónico.....

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

#### DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante o apoderado	Firma o huella digital	
N° de DNI:		
N° de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp		
Correo electrónico		
Nombre y apellidos del investigador		Firma
N° de DNI		
N° teléfono móvil		
Nombre y apellidos del responsable de encuestadores	Firma	
N° de DNI		
N° teléfono		
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados		Firma o huella digital
Nombre y apellido:		
DNI:		
Teléfono:		

Lima, junio del 2024

\* Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.

.....  
Firma de la participante

## ● 20% Overall Similarity

Top sources found in the following databases:

- 19% Internet database
- 0% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 19% Submitted Works database

### TOP SOURCES

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	<b>repositorio.uwiener.edu.pe</b> Internet	4%
2	<b>uwiener on 2024-03-29</b> Submitted works	3%
3	<b>uwiener on 2023-10-24</b> Submitted works	2%
4	<b>uwiener on 2023-10-17</b> Submitted works	2%
5	<b>uwiener on 2024-10-10</b> Submitted works	1%
6	<b>uwiener on 2024-05-21</b> Submitted works	<1%
7	<b>repositorio.uma.edu.pe</b> Internet	<1%
8	<b>uwiener on 2023-10-16</b> Submitted works	<1%