



# UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO**  
**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN GESTIÓN DE**  
**LOS SERVICIOS DE LA SALUD**

Factores laborales y estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Maestra en Gestión de los Servicios de la Salud

**AUTORA:**

Br. Pocori Otivo Zully Elizabeth (ORCID: 0000-0002-5141-1892)

**ASESOR:**

Dr. Arturo Eduardo Melgar Begazo (ORCID: 0000-0002-1150-1519)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Calidad de las Prestaciones Asistenciales

**Lima – Perú**

**2018**

## **Página del Jurado**

### **Dedicatoria**

A mis padres Ricardo Pocori e Iris  
Otivo por su amor, apoyo  
incondicional y sacrificio.

A los miembros de mi familia por  
sacrificar su tiempo libre para  
brindarme el suyo.

A mis colegas por su colaboración  
y a mis compañeros por compartir  
conocimientos y entusiasmo.

### **Agradecimiento**

A Dios por permitirme cumplir mis metas que son resultados de su apoyo y por haber estado presente en cada en paso que he dado; guiándome y cuidándome.

A la Dra. Flor de María Sánchez Aguirre por todo el apoyo brindado.

## Declaratoria de autenticidad

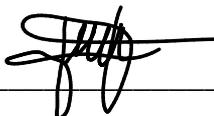
Yo, Zully Pocori Otivo, estudiante de la Escuela de Posgrado, Maestría en Gestión de los Servicios de la Salud, de la Universidad César Vallejo, Sede Lima; declaro el trabajo académico titulado "Factores laborales y Estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

- Declaro bajo juramento que:

1. La tesis es de mi autoría.
2. He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
3. La tesis no ha sido auto plagiada, es decir no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo a título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presentan en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (Presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (Representar falsamente las ideas de otros). Asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Lima, Febrero de 2018



---

Zully Elizabeth Pocori Otivo

DNI: 42900089

## Presentación

Señores miembros del jurado:

Presento ante ustedes la tesis titulada “Factores laborales y estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017”, en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo para optar el grado de Maestra en Gestión de los Servicios de la Salud.

La investigación se encuentra estructurada en ocho capítulos: Capítulo I presenta la Introducción, antecedentes, fundamentación, justificación, problema, hipótesis y objetivos. En el capítulo II se desarrolla el método; las variables, la operacionalización de las variables, tipo de estudio, diseño de la investigación, población, muestra u muestreo, las técnicas e instrumentos de recolección de datos y el método de análisis de datos. En el capítulo III, se explican los resultados obtenidos del proceso estadístico a nivel descriptivo e inferencial. En el capítulo IV, se procede a discutir los resultados obtenidos con los antecedentes recopilados respecto al tema investigado y en capítulo V se concluye el tema de investigación de tesis haciendo referencia al análisis inferencial estadístico para posteriormente dar a conocer las recomendaciones en el capítulo VI, el capítulo VII referencias bibliográficas y finalmente en el capítulo VIII Anexos.

Siendo la conclusión general que una relación significativa media entre los factores laborales y estilos de vida, teniendo un coeficiente de correlación de Spearman de 0.626, por lo rechaza la hipótesis nula.

Señores miembros del jurado, hago entrega de la investigación realizada y plasmada en el siguiente trabajo, la que espero se ajuste a las exigencias establecidas por la universidad y merezca su aprobación.

La autora

## Índice

	Página
Carátula	i
Página del Jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	x
Resumen	xi
Abstract	xii
<b>I. Introducción</b>	
1.1 Realidad Problemática	2
1.2 Trabajos Previos	3
1.3 Teorías relacionadas al tema	8
1.4 Formulación del problema	23
-Problema general	23
-Problemas específicos	24
1.5 Justificación	24
1.6 Hipótesis	25
- Hipótesis general	25
- Hipótesis específicas	
1.7 Objetivos	25
-Objetivo general	25
-Objetivos específicos	26

<b>II. Método</b>	
2.1 Diseño de investigación	28
2.1.1 Tipo de investigación	28
2.2 Variables, Operacionalización	29
- Variables	29
- Operacionalización de las variables	30
2.3. Población y muestra	31
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	
-Técnica	31
- Instrumento	32
2.5 Métodos de análisis de datos	33
2.6 Aspectos éticos	34
<b>III. Resultados</b>	36
<b>IV. Discusión</b>	49
<b>V. Conclusiones</b>	53
<b>VI. Recomendaciones</b>	55
<b>VII. Referencias bibliográficas</b>	57
<b>Anexos</b>	60
Anexo 1. Artículo científico.	
Anexo 2. Matriz de Consistencia.	
Anexo 3. Permiso de la Institución.	
Anexo 4. Instrumentos.	
Anexo 5. Validación de los instrumentos.	
Anexo 6. Data de los Resultados	

## Índice de tablas

	Página
Tabla 1 Matriz de operacionalización de la variable factores laborales.	30
Tabla 2 Matriz de la operacionalización de la variable estilos de vida.	31
Tabla 3 Validez de los instrumentos por Juicios de expertos.	32
Tabla 4 Fiabilidad de los instrumentos de factores laborales y estilos de vida.	34
Tabla 5 Aspectos éticos.	
Tabla 6 Descripción de los niveles de la variable factores laborales	37
Tabla 7 Descripción de los niveles de la dimensión: factores relacionados con la presión y la exigencia.	38
Tabla 8 Descripción de los niveles de la dimensión: factores organizativos, burocráticos.	40
Tabla 9 Descripción de los niveles de la dimensión: factores Ambientales.	41
Tabla 10 Descripción de los niveles de la Variable: Estilos de vida.	43
Tabla 11 Correlaciones entre las variable factores laborales y los estilos de vida.	44
Tabla 12 Correlaciones entre las variable factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida.	45
Tabla 13 Correlaciones entre las variable factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida.	46
Tabla 14 Correlaciones entre las variable factores ambientales y los estilos de vida.	47

## Índice de figuras

	Página
Figura 1 Modelo de salud.	17
Figura 2 Descripción de los niveles de la variable factores laborales.	38
Figura 3 Descripción de los niveles de la variable estilos de vida.	39
Figura 4 Descripción de los niveles de la dimensión 1.	40
Figura 5 Descripción de los niveles de la dimensión 2.	42
Figura 6 Descripción de los niveles de la. dimensión 3.	43

## Resumen

La presente investigación titulada “Factores laborales y estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017” tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre los factores laborales y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

El paradigma utilizado fue el paradigma positivista. El enfoque fue cuantitativo y método hipotético deductivo, con un tipo de investigación básica y nivel descriptivo correlacional. El diseño de investigación fue no experimental con corte transversal; la población estuvo conformada por 60 tecnólogos médicos y la muestra fue de tipo censal.

Se aplicaron cuestionarios tipo escala de Likert las cuales fueron sometidas a validez y confiabilidad. Se realizó una prueba piloto conformada por 30 tecnólogos médicos en radiología y se aplicó la fiabilidad de los instrumentos con el estadístico Alfa de Cronbach.

Se aplicó el estadístico Rho de Spearman para determinar la correlación entre las variables y se determinó que existe una relación significativa de 0,626 entre los factores laborales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

**Palabras Claves:** Factores laborales, estilos de vida, estilos de vida Saludable, condición laboral.

## **Abstract**

The current research entitled "Labor factors and lifestyles of medical technologists in radiology at a health facility, Jesús María 2017, had as a general objective to determine the relationship between work factors and healthy lifestyles of medical technologists in radiology of a Health Establishment, Jesús María 2017.

The paradigm used was the positivist paradigm. The focus was quantitative and hypothetical deductive method, with a type of basic research and correlational descriptive level. The research design was non-experimental with cross-section; The population consisted of 60 medical technologists and the sample was census type Likert scale questionnaires were applied, which were subjected to validity and reliability. A pilot test consisting of 30 radiology medical technologists was carried out and the reliability of the instruments was applied with the Cronbach's Alpha statistic.

The Spearman's Rho statistic was applied to determine the correlation between the variables and it was determined that there is a significant relationship of 0.626 between the labor factors and the lifestyles of the medical technologists of a health facility, Jesús María 2017.

**Keywords:** Labor factors, lifestyles, healthy lifestyles, working condition.

## **I. Introducción**

## 1.1 Realidad Problemática

La Organización Panamericana de la Salud (2000) consideró, a los entornos laborales como el ambiente de trabajo; prioritarios para el Fomento de la Salud en la actualidad. Los entornos de trabajo saludables son fundamentales, no solamente para el logro de la salud de los trabajadores, sino a su vez, una contribución positiva a su Rendimiento, Motivación laboral, Mística laboral, Bienestar y la condición de vida en todos los ámbitos.

En la actualidad, las enfermedades infecciosas, ya no son las principales causas de muerte, actualmente derivan de estilos de vida y hábitos poco saludables. Esto ocurre cuando los propios personales de la salud presentaron estilos de vida no adecuados (fumadores, bebedores, sedentarios, obesos, entre otros.)

A nivel internacional, los investigadores Sanabria, Gonzáles y Urrego realizaron un estudio en Colombia, en donde evidenciaron que a pesar de que el personal de salud estuvo informado sobre los hábitos de vida saludable, no son practicados, en deterioro de su bienestar integral. A su vez, Martínez y Saldarriaga; demostraron la asociación del sedentarismo al ausentismo laboral atribuyéndole un coste importante dentro de la organización afectando su productividad.

En el Perú, Cárdenas realizó una investigación que demostró que en general sufrieron de sobrepeso y presentaron hábitos de vida no sana, prefiriendo el consumo de alimentos envasados con aportes calóricos elevados, presentaron sedentarismo, no acudieron a chequeos médicos, presentaron consumo de bebidas alcohólicas y no cumplen con descansar más de 6 horas de sueño.

En la actualidad, los tecnólogos médicos en radiología de un establecimiento de salud debido a su apego al trabajo con abnegación, incluso encima de sus propios intereses y /o actividades familiares o personales presentaron inadecuados estilos de vida saludables influenciados por la excesiva carga laboral que ha originado deterioro en su calidad de vida, donde

la presión y exigencia dentro del ambiente de trabajo demanda mucho tanto en la actividad física y psicológicamente generando una situación de agotamiento, desmotivación. Lo prolongado de su trabajo y la sobrecarga influyó directamente en la calidad de vida, reflejándose en ausentismos laboral, mal rendimiento laboral, quien en muchos casos terminaron interrumpiendo su trabajo tomando vacaciones o con descansos médicos.

El propósito de esta investigación fue proporcionar información actualizada al jefe del Departamento de radiología, a la superioridad del Establecimiento de salud y a los mismos licenciados tecnólogos médicos en radiología, que les permitan la Implementación de Estrategias encaminadas al mejoramiento de los hábitos de vida, cuyo propósito fue alcanzar una condición de vida optima en los trabajadores de la salud.

## **1.2 Trabajos previos**

### **Antecedentes internacionales**

En la investigación de Castillo, Torres, Ahumada, Cárdenas y Licona (2014) en *Colombia*; determinaron los elementos relacionados al estrés laboral. Fue un estudio analítico, con una muestra que estuvo constituida de 156 profesionales en enfermería. Siendo los resultados una prevalencia alta de estrés con un 33,9% (53), y los factores fueron respecto a la edad, los que tuvieron menos de 30 años, tuvieron pareja, tuvieron más de un hijo, trabajaron en áreas de consultorio externo, estar contratado a término fijo, tener un vínculo laboral por más de dos años y tuvieron más de cinco años en su función. Concluyendo que estrés en las licenciadas en enfermería se asoció primordialmente a factores personales y laborales.

Asimismo, estos autores Garza, Meléndez, Castañeda, Aguilera, Acevedo, et al. (2011) en México desarrollaron un estudio descriptivo y transversal, identificaron el índice de estrés en el trabajo determinando la frecuencia de factores estresantes laborales, la muestra la conformaron 148 enfermeras, ;en los resultados se evidenció un moderado nivel de estrés laboral, las variables que generaron mayor estrés fueron: el fallecimiento y el sufrimiento, la carga laboral, la insuficiente preparación, la incertidumbre a

recibir los tratamientos y no tener el apoyo de los superiores, y entre los estresores se encontraron la falta de personal, sufrimiento del paciente, realizar tareas que no le competen, la ausencia del médico en urgencias. En conclusión, se evidenció un nivel moderado de estrés donde el fallecimiento, sufrimiento y sobrecarga laboral generaron el mayor estrés laboral.

También el autor Campero, De Montis y Gonzales (2012) en Argentina, realizó un estudio cuantitativo y transversal, tuvo como finalidad identificar si los licenciados en enfermería presentan estrés laboral y a su vez reconocer los posibles factores incidentes, la muestra estuvo compuesta por 27 enfermeros. Los resultados que se encontraron fueron 30% no percibió estrés laboral, mientras el 70% del personal lo percibió frecuentemente o muy frecuentemente, la sobrecarga de trabajo y la mala distribución de personal son factores que se asocian. En las conclusiones, obtuvieron que una administración adecuada del equipo de trabajo podría ser la solución al estrés laboral y a la exposición de factores desencadenantes del fenómeno.

En su investigación el autor Quiroga (2009) en Argentina. Fue un estudio cuantitativo, el método descriptivo, con una muestra de 45 enfermeros. En los resultados se obtuvieron que un 32% manifestó que estuvo estresado y 48% manifestó que estuvo poco estresado, un 93 % no duerme las 8 horas, no realizaron ningún tipo de actividad física un 89%, consumieron tabaco un 48% y se consideraron fumadores ocasionales el 61%. También que el 55% no tuvieron horario para ingerir sus alimentos, el 39% presento sobrepeso y un 25% tuvieron obesidad. A su vez el 89% tuvo alguna patología y un 57% no acudió a sus chequeos médicos. Concluyó que los resultados reflejaron como estos modos de vida repercutieron en la situación de su salud.

A su vez, el investigador Reyes (2009) en Guatemala, en su estudio describió los elementos que intervinieron en los modos de vida. Fue un estudio de tipo cualitativo, con una muestra que estuvo compuesta por 18 profesionales. En los resultados se demostró que el 61% no tuvieron una idea clara y concisa sobre hábitos de vida sana, el 6% manifestó asertivamente las actividades que practicaron como la actividad deportiva, las caminatas diarias,

dietas saludables, entretenimiento, una adecuada cohabitar familiar, conllevaron a la Satisfacción y alcanzaron el bienestar en su vida. Llegando a la conclusión que el personal no tuvo una idea clara, lo cual repercutió en el desconocimiento de hábitos saludables.

El autor Sanabria, Gonzáles y Urrego (2007) en Colombia, estableciendo la frecuencia de comportamientos saludables y estableciendo la existencia de algún vínculo en relación a su grado de acorde con el modelo biomédico y su estilo de vida. La muestra compuesta por 606 personal asistencial. En los resultados se encontró que sólo evidenciaron un estilo de vida sano, el 11,5% de los doctores y el 6,73% de las licenciadas en enfermería y el problema esencial estuvo afin a las actividades físicas y practicar ejercicios. En conclusión que los profesionales se encuentran en una situación que no favoreció el fomento de hábitos saludables y con una carente situación de salud a posterior.

### **Antecedentes Nacionales**

En la investigación de Manrique (2016); de tipo cuantitativo, correlacional y transversal, determinó la vinculación entre elementos laborales y grado de estrés laboral que perciben las licenciadas en enfermería. Su población estuvo constituida por 30 licenciadas; los resultados evidenciados fueron la presencia de una muy baja asociación entre los elementos laborales y la categoría del estrés laboral, en cuanto las dimensiones evidencio una muy baja relación respecto con exigencia y presión con el de estrés laboral, y no hubo relación con los factores organizativos, burocráticos y ambiental; presento un 63,3% un bajo nivel de estrés laboral y una influencia en los factores ambiental y burocrático y organizativos con 46,7% correspondientemente. Sus resultados fueron que existió muy baja correspondencia entre los elementos de la labor y la categoría del estrés en el trabajo.

También en el trabajo de Mamani (2015); determinó el vínculo que existe entre los factores laborales y el nivel de estilo de vida del personal, la muestra estuvo considerada por 25 encuestados. La técnica que se utilizó fue la encuesta y el instrumento con que se identificaron las variables factoras fue en Cuestionario Respuesta emocional al estrés laboral y para la variable estilos de

vida, el Cuestionario de perfil de estilo de vida (PEPS-I). Se llegó a los siguientes resultados el 68 % del personal presentó un nivel medio a respecto a los factores laborales y el nivel de estilo de vida es saludable, en un 40%. Se llegó a la conclusión que existió entre la variable factor laboral y el nivel de estilos de vida, una relación indirecta con una correlación ( $r = - .668$ ), debido a que estos elementos dentro del ámbito laboral dado por la exigencia y presión, organización burocráticos, ambientales se relacionaron con el estilo de vida, además los elementos estresores como el horario laboral, la organización del trabajo, y los factores ambientales de cierto modo se relacionaron con los hábitos de vida.

También Ortega (2013) en Lima; determinó la Práctica de los hábitos de vida saludable, de las licenciadas. Los resultados fueron que el 52% no son saludables, en la variable biológica el 52% son no sanos y en la variable social 67% son sanos. Las conclusiones fueron que los modos de vida de las licenciadas en enfermería, fue mayoritariamente no saludables, respecto a lo biológico en la alimentación inadecuada y uno tomar el descanso post guardia.

En la investigación de Mamani (2012); en Tacna, determinó los estilos de vida saludable que practicaron las enfermeras. Los resultados fueron que 58,57% no practicaron un estilo de vida sano. En conclusión, las enfermeras no practicaron estilos de vida sana, las variables investigadas son relevantes y guardaron un equilibrio en la práctica, solo así se aportó información que condujo a modificar comportamientos de riesgo y se favoreció los hábitos saludables de vida en las enfermeras.

En el estudio realizado por Cárdenas (2012), en Lima. Se empleó método descriptivo, cuantitativo de nivel aplicativo, con una población conformada por 95 efectivos varones. En los resultados se evidencio que 58% tienen un estilo de vida no sano, el 48% presentaron obesidad Grado I en su índice de masa corporal (IMC) y 38% presentaron sobrepeso. Concluyendo que el personal policial que laboró en la comisaria de Alfonso Ugarte presente estilo de vida no sano y un IMC de obesidad Grado I, ya que prefirieron el consumo de productos envasados con elevadas calorías, presentaron

sedentarismo, no acudieron a sus chequeos médicos, consumieron alcohol y respecto al sueño, menor de 6 horas diarias, Tuvo la finalidad de proporcionar información actualizada a los responsables, jefes de áreas del Complejo hospitalario policial nacional “Luis Nicasio Sáenz”; que permitió incentivar la elaboración de estrategias acerca de estilos de vida saludables como una alimentación equilibrada, así como la prevención de la obesidad.

También en la investigación de Coronado (2006), en el Callao determinó el nivel del estrés que percibieron en el trabajo y los principales factores laborales, la población fue de 42 licenciados en enfermería, los utilizaron el inventario de Maslach y el cuestionario de factores laborales elaborado por Joana Fornes, como herramientas para la recolección de datos .En los resultados se obtuvo, el 64,29% presentó un nivel medio de estrés, llegando a la conclusión se presentó un nivel medio de estrés, en correspondencia a la variable de despersonalización ,decaimiento en las emociones, y desarrollo profesional.

Por lo revisado en los trabajos previos, se definió la importante que resultó realizar la investigación sobre los comportamientos de vida del equipo de salud, al pertenecer como elemento primordial, en el ámbito social y porque están en exposición a los factores laborales que ocasionaron modificación en los estilos de vida.

Principalmente en este estudio, en los tecnólogos médicos en radiología, fue de gran relevancia ya que nos permitió identificar el nexo existente entre las variables laborales y los modos de vida.

### **1.3 Teorías relacionadas al tema**

#### **Teoría de la organización y estructuras organizacionales**

Según Chiavenato (1999) mencionó “la organización es un ente constituido por personas y está dirigida hacia metas porque está planificada a lograr resultados. Está esquematizada deliberadamente porque fragmentan el trabajo y su ejercicio se asigna a los de la organización. En este sentido, el término

significó cualquier empresa humana constituida intencionalmente para alcanzar establecidas metas y objetivos” (p.344).

Pastor y Adelguer (2005) conceptualizaron a las organizaciones como sistemas definidos para el logro de fines y propósitos a través del capital humano; toda organización está compuesta por subsistemas intercomunicados que llevan a cabo funciones determinadas y dentro de ella se realizaron actos de disponer y organizar los bienes que se poseen (insumos, recursos humanos y financieros), que funcionaron por medio de principios y banco de datos que han sido establecidas para la ejecución de los objetivos. (pp.2-5)

Según Zarate y Arita (2014) mencionó que: el estudio de las organizaciones y su factor humano fueron fundamentales y primordiales para el ejercicio del trabajo y eficiencia ideal de alguna organización ya que los empleados perciben un ambiente de confort en el interior de su entorno laboral, por ende es necesario que los distingam comprometidos, con satisfacción y complacidos con la organización, siendo de gran importancia que al interior del ámbito laboral se velen factores como: (a) la organización, (b) los recursos que se ofrecen al trabajador para realizar un desempeño idóneo,(c) las prestaciones que brinda, (d) el horario laboral, (e) la edificación presente, (f) el clima laboral, (g) compañerismo laboral y (h) el modelo de liderazgo directivo. (p.1)

En todo organismo laboral fue primordial el Liderazgo y los procesos administrativos; ambos sirvieron de guía, dirección y control del esfuerzo del factor humano para lograr un fin determinado. Si el sujeto percibió equivocaciones o ausencia de vigilancia de la labor que realizaron dentro de la organización, que conllevo a la manifestación de problemas como el ausentismo, estableciendo malas relaciones personales, una deficiente comunicación, desmotivación o desintereses laboral, incluso favoreciendo la presencia del estrés, nocivo para el bienestar mental y física del trabajador y sus compañeros. (Zarate y Arita, 2014, p.2)

Según Álvarez (2002) mencionó que: los lineamientos de la organización internacional del trabajo (OIT) y la salud laboral buscan fomentar

y sostener el más alto grado de satisfacción física, psicológico y social de los empleados, en todos los ámbitos profesionales; previniendo el daño provocado a su salud por las circunstancias de su labor ; protegerlos en su función contra los peligros provenientes de la aparición de entidades dañinas a su salud, así como ubicar y proteger al sujeto en un ocupación adecuada a sus facultades biológicas y mentales. Finalmente, se describe a acondicionar la labor al ser humano y no el ser humano a su labor (p. 34)

### **Factores laborales**

Dentro del ámbito laboral, el personal de salud, en particular de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017, estuvieron expuestos a situaciones críticas denominados factores de riesgo laboral, los que fueron ocasionados por las variables en relación con la presión y la exigencia, factores de organización, burocráticos y del medio ambiente.

Huber (2004) mencionó que: los elementos laborales que se hallan en las organizaciones generaron diversos requerimientos y conflictivos en el personal de salud. Experimentaron estrés debido a la naturaleza de su labor, en las instituciones que los empleó. “Las fuentes del estrés que surgieron de la labor o del ambiente relacionándose con la razón esencialmente del trabajo en sí mismo en un medio laboral determinado” (p.10)

Para Houtman y Jettinghoff (2008) afirmaron que: el elemento laboral moderno estuvo expuesto a constantes cambios, debido a los acelerados progresos de la ciencia y tecnología, como resultado, produjeron modificaciones rápidas en los modelos de producción significando que los empleados tienen que afrontar: Aumentar los requerimientos de instrucción de nuevas destrezas y competencias, requisito de adoptar innovadores métodos de trabajo, la exigencia por un elevado grado de producción , la demanda por incremento en la calidad de la labor, un incremento del apremio del tiempo y quehaceres ajetreados, Mayor competencia por los trabajos, menores beneficios e incertidumbre laboral mayor, reducido periodo para socializar con los compañeros del trabajo (p.5)

## **Salud laboral**

Prada (2007) mencionó que la noción de salud como una condición de bienestar físico, mental y comunitario, que estuvo considerablemente reconocido en nuestro entorno. Sus características múltiples causas condujeron a verificar elementos de peligros presentes en los distintos entornos que la conforman. El Trabajo es alguno de esos entornos, de gran alcance por el lapso que el trabajador se expone a un riesgo. Por ende, la vinculación entre el trabajo y la salud es un tema de controversia renombrado y considerablemente propagado referido al tema que concebimos un parecer. Es necesario laborar porque así logramos complacer nuestras exigencias de sobrevivencia en un hábitat en el que los recursos, además de limitados no siempre son aprovechables tal y como se manifiestan en el ecosistema. Pero, además, es un medio por el cual generamos nuestras habilidades físicas como psicológicas. (p.149)

La relación causa-efecto entre la clase de trabajo y ciertas enfermedades en la actualidad, son un hecho, innegable. Un ejemplo resultaría ser la exposición a la radiación y la aparición de un eritema, una lesión tisular. Pero en distintas ocasiones la relación no es directamente, quizá porque aún no poseemos la información conveniente, o porque se tiene que aguardar mucho lapso a que se presente la patología desde la exposición durante el desempeño de la labor. Es por eso que la salud laboral interpreta los trastornos que se generan en la salud de los empleados en referencia con su labor cotidiana.

En el presente, la salud laboral está dirigida a Prevención de las posibles alteraciones que se produjeron como resultado de la exposición laboral, trabajando de manera grupal con las especialidades que conforman las funciones de la prevención. Por ello es fundamental el estudio de las situaciones en que se desarrollan las tareas que constituyen una etapa de trabajo, contemplando el entorno de trabajo, los elementos con las que se está expuesto, las cualidades físicas del medio ambiente laboral, la organización y el ritmo de elaboración de las tareas y las particularidades propias y personales del individuo (Prada, 2007, p.149).

## **Factores de riesgo laboral**

Prada (2007) mencionó que “es un riesgo laboral, la probabilidad que un trabajador sufrieran lesiones producidas del trabajo, definiéndolo como aquellas situaciones laborales que puedan destruir el equidad física, mental y social de los sujetos”. (p.150).

Un factor de riesgo laboral es una situación laboral que provoca una lesión a la salud del trabajador. Esta relación a como se originarían es de naturaleza probabilística y múltiples causas, en dirección de que no continuamente un trabajador que se halló expuesto (en cercanía) con elemento de daño. Además, para que se origine la lesión se necesita la presencia de otros factores de riesgo. La condición laboral puede transformarse en elementos de riesgo laboral que pueden influenciar de forma negativa en la salud del sujeto dentro del ambiente de la organización y del cargo del trabajo (Ruiz, García, Delclos, y Benavides, 2007.p, 130).

## **Factores relacionados con el estrés laboral en el profesional Tecnólogo Medico en Radiología**

Los profesionales tecnólogos médicos en radiología están expuestos diferentes situaciones laborales, tanto de índoles organizativas o propias de la tarea, siendo estas características, las que producen que el estrés vinculado a la ocupación tenga una repercusión parcialmente elevada en esta profesión. Siendo la salud, un elemento irremplazable para sustentar la estabilidad en el ejercicio de su labor, condición a través del cual las funciones, habilidades, conductas y obligaciones se desarrollaren sin presiones que disminuyan u obstaculicen en su labor cotidiana.

## **Dimensiones de los Factores Laborales**

### **Factores Ambientales**

Ruiz, García, Delcos y Benavides (2007) mencionaron que “la conciencia de que un medio ambiente, un medio laboral y domestico deteriorado produce enfermedades” (p.18).

Condiciones físicas externas denominados factores estresantes de la infraestructura, que alteraron el sentido normal de su labor del personal en salud ya que distorsionaron su capacidad de concentrarse y serenidad la cual

es requerida para realizar su labor en forma óptima, entre los que se encontraron:

- La Iluminación, tuvo un impacto relevante sobre la productividad, la salud y el confort psicológico. Trabajar con una luminosidad inapropiada no permite representar de una forma adecuada los estímulos visibles, por ende, producir efectos negativos para la percepción visual, otras consecuencias, haciendo la función más complicada aun, incluso imposible de realizar. Aumentando el nivel de frustración y la tensión para poder lograr terminar su jornada laboral bajo condiciones no idóneas. Con la luz inapropiada dio como consecuencia un menor rendimiento, tomando una gran parte de tiempo destinado para culminar la labor y originando una gran desilusión. (Hoyos, 1997, p.34).
- El ruido, producen daños de tipo auditivos, a niveles más bajos, incidiendo de forma negativa en el nivel de bienestar laboral, el rendimiento y produciendo inseguridad a los incidentes de trabajo, a cometer errores; interfiriendo en la labor intelectual produciendo cansancio, susceptibilidad y desconcentración. A su vez aíslan a los trabajadores, dificultando la comunicación. Siendo un estresor, que distrae, cuando se produce de manera excesiva o prolongada afectando la concentración y generando frustración. (Hoyos, 1997, p.34).
- La temperatura, tuvo una incidencia sobre el bienestar laboral y la satisfacción generando estrés. El calor de manera excesiva produce somnolencia, aumentando los esfuerzos, afectando negativamente la labor. A su vez las bajas temperatura disminuyen la destreza manual, pudiendo causar un accidente y disminuir la calidad laboral, obligando a incrementar el control ante la posibilidad de peligros. (Hoyos, 1997, pp.33-34).
- Lugares infestados, la apreciación de los riesgos, en un principio, origina un aumento de angustia en el trabajador, influyendo en su producción y en el confort mental. Por lo tanto, el personal que estuvo en exposición continúa a desechos fisiológicos peligrosos, como linfa, orines, lesiones purulentas,

medicamentos tóxicos, ocasionan un constante nerviosismo por el peligro que puedan producir, en el trabajador. El contacto en el trabajo con pacientes contaminados de SIDA, enfermedades hepáticas, nos conlleva a llevar un específico control y vigilancia en todas aquellas prácticas que se realizan y, por tanto, incrementan el nivel de angustia. (Hoyos, 1997, p.34).

Factores en relación con presión y exigencia o Contenido del trabajo  
Ruiz, García, Delclos y Benavides (2007) mencionaron que el estado de la ocupación generaron impactos muy variados sobre el buen funcionamiento de su organismo y a nivel psicológico, entre los que incluyeron el beneficio del bienestar, formación, autoestima, en todo evento se pudo manifestar que el trabajar con la presión y exigencia es todo aquello que gira entorno laboral ocasionado en el empleo en lugar específico de una empresa, edificaciones y un lugar de trabajo, requieren que el empleado realice unos procedimientos y ocupaciones determinadas en el marco de unas interacciones formalizadas y organizativamente.(p.15)

Son características propias de la práctica de la profesión y son independientes del lugar en donde se ejerce la labor. El estrés que generaron estos factores varía de persona a otra, ya que cada tarea tiene propiedades propias y lo que se origina estuvo relación de lo que le agrada o no ejercer al profesional. Cuando la función es acorde a las perspectivas y a las competencias y habilidades del trabajador, contribuyen a su bienestar psicológico y es de gran importancia para la motivación.

Cuando la función se adapta a las perspectivas y capacidades del empleado, contribuyendo al bienestar psicológico y representa un factor motivador importante. (Hoyos, 1997, pp.33-34).

- Cantidad de trabajo poco o demasiado: ambas situaciones pudieron ocasionar una situación estresante; en los profesionales. Por una parte, la sensación de no poder realizar la totalidad del trabajo y la impresión de decepción del profesional por no llevar a cabo nada beneficioso.

-

- Ritmo laboral elevado: la falta de un ritmo continuado, ese factor está muy adherido a la cantidad de trabajo y la velocidad de la producción.
- Vigilancia escasa o elevada: pueden desencadenar situaciones de estrés ya que un control imperioso, entrometido y exagerado producen una percepción de miedo a cometer errores y por lo contrario la escasa supervisión puede ocasionar también errores.
- Falta de participación en la toma de decisiones: representa una carencia motivacional, ocasionado a la desconexión entre el compromiso y el desempeño del trabajo. Por ende, esta carencia motivacional desencadenó una disposición de agobio.
- La carga mental: Es el grado de desplazamiento de energía y capacidad mental que el individuo pone en función para realizar su trabajo. Para la realización de una tarea se llevó a cabo una actividad mental que estuvo definida, por la cantidad de conocimientos requeridos para el puesto laboral y por las propiedades de la persona (periodos etarios, instrucción, pericia, fases de cansancio, etc.) (Hoyos, 1997, p.35).
- El control sobre la función. se produce cuando no se maneja la actividad, es decir, cuando las funciones a desempeñar no se amoldan a nuestra instrucción. Ejemplo: Han desplazado a un personal de su lugar de trabajo, y ha sido trasladado a un servicio de resonancia magnética, cuando ocurre que los cinco últimos años ha desempeñado su labor en el servicio de radiodiagnóstico. No maneja la tarea a ejecutar y no toma las iniciativas adecuadas por miedo al desconocimiento y faltan de atención que necesitan estos pacientes. Un manejo inadecuado sobre la función genera agobio. El manejo de la función se refiere al grado en que un ambiente laboral permite al personal controlar las actividades que realiza, está dado por el grado de autonomía; iniciativa y responsabilidad en el trabajo. (Hoyos, 1997, p.37).
- Estimulación lenta y monótona: Se presentaron, en los trabajos rutinarios y automatizados que no permitieron el desarrollo de la creatividad y el

pensamiento independiente. Es el estrés por sub estimulación. Ocasionado el aburrimiento y la monotonía constituyéndose nocivos para la salud.

### Factores Organizativos

Según Ruiz, García, Delcos y Benavides (2007) mencionaron que los elementos de la organización son aquellos que dan lugar a factores de riesgo psicológicos y sociales, como una elevada demanda, la falta de control o de apoyo social.”

Es la administración y división de las labores, horas de trabajo poco flexibles, responsabilidades administrativas (Álvarez, 2011).

Los elementos estresantes más importantes que aparecieron consecuentemente son :

- Conflictos e indeterminación de Rol: sucede cuando hay diferencia entre lo que espera el trabajador y la objetividad de lo que le requiere la institución, dan como resultado un conflicto de rol. Puede haber conflictos como por ejemplo recibir disposiciones incompatibles con la labor o cuando las metas no correspondan con lo que realmente se está haciendo. Cuando no se tiene claro lo que se tiene que hacer, los objetivos de la tarea y la responsabilidad inherente de la actividad.
- Ambigüedad de roles: La carencia de certeza sobre las funciones desempeñadas, las metas del trabajo unipersonal o la repercusión de los compromisos producen angustia, depresión y ansias de renunciar al puesto del empleo cuando este estado permanecen de forma crónica, en el transcurso del tiempo. Se caracteriza por la pérdida de la autoestima ante la falta de confort por la función ejercida. Instrucción e intercomunicación adecuadas amortiguan esta forma de dificultad, al optimizar la disposición de las funciones laborales. Esta dubitación es el producto de la ausencia de instrucción y producen consecuencias adversas sobre el bienestar salud física y mental con estados depresivos, decaimiento de la autoestima. (Hoyos, 1997, p.38).

- Clima de la organización: Una institución posee un atributo, un entorno específico propio de su plan de producción que influyen en la actuación de sus miembros, su estimación suele ser difícil de lograr, ya que su evaluación adolece de rigor científico. Puede ser un entorno tirante, tranquilo, cordial o no, todo ello ocasiona diferentes grados de estrés en los trabajadores, dependiendo que tan susceptibles o vulnerables sean cada uno.
- La jornada de trabajo excesiva, el aumento de la cantidad de tiempo enfocado a la labor produce un deterioro físico y psicológico que restringen a la persona a afrontarse a eventos de estrés, y están vinculados a la disminución del tiempo disponible para la recreación (descanso y ocio).
- Las malas relaciones personales: Es imposible poder realizar un trabajo en equipo si hay un inadecuado vínculo con los colegas o jefes, de esta situación confluyen los demás, es decir, las malas relaciones con usuarios o pacientes, el maltrato o trato impersonal en el trabajo y la falta de comunicación. Estos hechos producen un efecto adverso muy relevante sobre la vida social y en la calidad de salud del profesional. Surgieron problemas como la baja autoestima, falta de apoyo, bajo rendimiento, falta de realización personal. Además, como no se puede aislar los problemas del trabajo los llevamos a casa; entonces se convierten en un peligro potencial para nuestro bienestar físico y mental. En esta situación genera un elevado grado de inseguridad, ansiedad y ausentismo como una manera de abandonar el conflicto.
- Promoción desarrollo de la carrera profesional, la discordancia entre, los anhelos del trabajador sobre su estudio profesional y el nivel real de los objetivos obtenidos se convierten en una fuente de preocupación, angustia y frustración. (Hoyos,1997, p.38).

## Salud y los determinantes de la salud.

La OMS (1948) en su definición de salud como el perfecto status de bienestar físico, psicológico y social y no solo la ausencia de enfermedad. A su vez la conceptualiza relacionándola con el bienestar y la calidad de vida, que constituyen componentes biológicos, psicológicos y sociales.

Pender (1975) definió “a la salud como el estado elevadamente positivo, lo asume como el objetivo hacia el cual se esfuerza la persona. También definió al ser humano como el centro de su teoría e indica que cada individuo estuvo definido de una manera única por su modelo cognitivo -perceptual y sus dimensiones (biológicas, psicológicas y socioculturales.)”

Para comprender mejor la definición de salud fue imprescindible hacer referencia a los condicionantes o determinantes que describieron su desaparición o aparición. Lalonde en 1974 enunció un modelo que ha tenido gran importancia en los últimos años, y que estableció que la salud de una comunidad estuvo condicionada por la interacción de cuatro grupos de factores o variables (Frutos y Royo, 2006).

Marc Lalonde (1974), propuso El modelo explicativo "campo de la salud" cuyo concepto conceptualizo cuatro grandes categorías de elementos determinantes de la salud: a) estilo de vida, b) medio-ambiente, c) biología humana y d) organización de los servicios de salud.

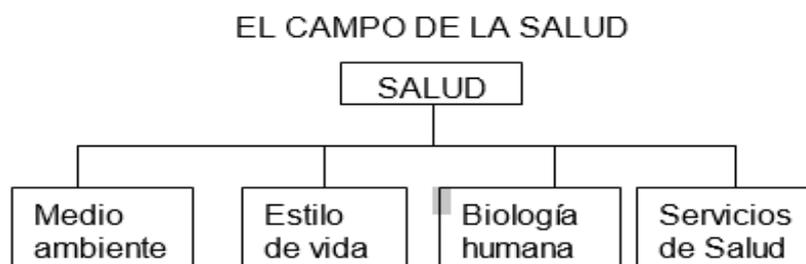


Figura 1. Nuevas perspectivas en la Salud de los Canadienses

## **Promoción de la Salud**

Carta de Ottawa, OMS, Ginebra, (1986) definió a “el fomentar la salud como el procedimiento que proporciona a las personas aumentar la vigilancia sobre su salud para mejorarla”.

Esta definición dada consistió en otorgar a la personas medios necesarios para elevar la calidad de su salud y ejercer mayor vigilancia sobre la misma, dentro de las áreas de intervención que manifiesta la Carta de Ottawa (1986) fueron la creación de políticas públicas en salud, la construcción de ambientes que impulsen la salud, desarrollando aptitudes y competencias personales, reforzando las acciones comunitarias, reorientando los servicios de salud.

Nola Pender propuso: “modelo de Promoción de la Salud (MPS) con el objeto fue establecer los factores que influyeron en las conductas de salud.

## **Estilos De Vida**

La OMS (2014) describió que “los modos de vida particulares, que se caracterizaron por modelos de conductas identificados, ejerciendo efectos profundos en el bienestar de un sujeto y en la de los demás. Si el estado de la salud se puede mejorar permitiendo modificar sus hábitos de vida, la acción debe ir dirigida no solamente al individuo, sino también a las condicionantes sociales que interactuaron para producir y mantener estos modelos de comportamiento. Sin embargo, la importancia es reconocer que no existe un estilo de vida “óptimo” al que puedan asociarse todas las personas. (p.7)

Según Perea (2004) en su forma más sencilla, mencionó: “es el modo, una forma y manera de vivir. Ciertas áreas de las Ciencias utilizaron el término de la manera más específica; en epidemiología, los hábitos de vida representan un grupo de conductas que desarrollan los individuos, que unas veces son sanas y otras son nocivos para la salud.”(p.18)

En la Guía de Estilos de vida saludable en el ámbito laboral (2017) se mencionó al estilo de vida como un comportamiento que tiene un individuo,

grupo social o familia realizándola de forma repetitiva, dependiendo de sus conocimientos, necesidades, posibilidades económicas, no estando excluidos del entorno social, económico, político y cultural al cual conforman. “Actualmente tiene una relacionan íntima con la salud, vinculándose con muchas de las enfermedades crónicas no transmisibles que se presentan en la actualidad.” (p.28).

### **Tipos de estilos de vida**

- Estilos de vida Saludables: Son los comportamientos respecto a permanecer expuestos a elementos nocivos que indicaron peligro para su salud, ya que una tercera parte de las enfermedades en el mundo, se pudieron prevenir través de la modificación los hábitos de vida, que determina el que la persona se enferme o se encuentre sana.

Ciertos comportamientos saludables que considerar para lograr una calidad de vida: Poseer razón para vivir, metas y propósitos de actos. Desarrollar la autoestima, dominar elementos de daño como obesidad, sedentarismo o falta de ejercicio, consumo de sustancias toxicas, estrés y ciertas patologías como hipertensión y diabetes. Desarrollar ocupaciones en vacaciones y distraerse.

- Estilos de vida no saludable: Son los actos que adoptaron las personas adversa de su salud y en detrimento de su bienestar integral ; dañando en su aspecto biológico, psicológico y social. Entre estos tenemos: una inadecuada alimentación o nutrición, alteraciones del sueño, inactividad física, consumo de alcohol, fumar y otras sustancias y relaciones interpersonales inadecuadas.

Dichas acciones están equivocadamente orientadas, donde las personas por falta de conocimiento de las consecuencias que se originan su práctica repercuten daños en la salud.

### **Dimensiones de los Estilos de Vida**

Ciertas conductas que mejoraron o crearon peligros para su bienestar. En el estudio realizado los comportamientos saludables más importantes del ser humano en su dimensiones biológica y psicosocial.

## Dimensión Biológica

Conjuntos de actitudes y comportamientos que adoptaron y desarrollaron de manera particular o grupal, las personas para la satisfacción de sus requerimientos básicos como alimentarse, realizar actividades físicas, descanso y sueño, control de la salud.

- Alimentación, es el método a través el cual, los seres humanos consumieron distintas variedades de alimentos para generar los nutrientes necesarios para su sobrevivencia. Estas vitaminas, después se convierten en aportes energéticos y brindan al ser humano los elementos necesarios para vivir.

La alimentación es un acto voluntario, ante las necesidades fisiológicas y biológica para la incorporación de nuevos nutrientes y energía para el correcto funcionamiento del organismo. (Guía de Estilos de vida saludable en el ámbito laboral, 2017, p.40).

- Actividad física, es un factor de mucha importancia por su contribución al bienestar físico y psicológico. Una práctica regular, aun siendo de una prudente intensidad, reduce la incidencia de muerte, mejora la calidad de vida y previenen algunas patologías, disminuyendo los factores de padecimientos crónicos como las dolencias del corazón, la circulación, la diabetes, la osteoporosis y ciertos grupos de neoplasias. También disminuyen la presión arterial regulando los niveles de colesterol. Resulta de gran ayuda respecto a la salud mental mejorándola mediante la disminución del estrés, ansiedad, depresión. Promueven el bienestar y la autoestima. (Guía de Estilos de vida saludable, 2017, p.57).

- Descanso o sueño

El sueño es un proceso, ciclo de nuestra vida al que debemos dedicarle tiempo adecuado. Según Velasco (2014) refiere que la OMS recomendó que se debe descansar al menos 6 horas diarias. Proporcionando descanso y siendo el descanso nocturno fundamental para recuperar la energía. Asimismo, es la siesta, es de importancia, consisten en descansar

algunos minutos, un corto sueño cuyo propósito de reunir las energías para el resto del día.

- Control de la salud

En los últimos años, los controles periódicamente de la salud han cambiado significativamente y acudir al médico, para la realización de un chequeo preventivo de adultos, permitiendo evaluar el estado de salud, así como detección y el tratamiento precoz de enfermedades con un buen pronóstico, en fases iniciales, permiten en la mayoría de eventos una solución en su totalidad; evitando que progrese y se comprometan otros órganos, como es el caso de la enfermedad tumoral.

#### Dimensión Psicosocial

Grupo de relaciones sociales y de comunicación de gran relevancia en el ámbito social. La manifestación de sociabilidad humana propia, fue el aliciente genético que conlleva a conformar comunidades, generando e interiorizando la cultura. Enfatizó los diversos aspectos que permitieron al individuo la interacción con las demás personas.

- Tiempo de ocio

Denominado tiempo libre dedicado a actividades fuera del trabajo ni tareas domésticas fundamentales y siendo de carácter recreativas, que realizamos en nuestro tiempo libre y no por obligación.

Según la socióloga francés Christine Chevalier: “El ocio es una agrupación de propósitos que el sujeto pudo rendirse de manera facultativa tras liberarse de sus compromisos de la profesión, familia, y sociales, para poder relajarse, entretenerse, y encontrarse relajado participando de voluntaria en la vida social de su comunidad”.(p.6)

- Ingesta de alcohol, tabaco y ciertas sustancias

Denominadas sustancias que al introducirse ejercen un efecto directo en el sistema nervioso central causando alteraciones características en sus facultades cuyo consumo alteran el estado de conciencia, modifican el estado

de ánimo, inhiben el dolor; constituyen un problema importante para la comunidad en jerarquía de la salud, en énfasis el consumo de cigarrillos y bebidas alcohólicas se encuentran entre las causas fundamentales de muerte y discapacidad. Sus efectos sobre la salud consisten en enfermedades hepáticas o enfermedades pulmonares, cáncer, muerte provocadas por accidentes, sobredosis y suicidio.

#### - Manejo del estrés

El estrés, respuesta biológica, mental y de comportamiento del cuerpo humano a presiones internas y externas, afectando emocionalmente o físicamente, representando una situación peligrosa, ya sea real o se perciba como tal. Provocando tensión, angustia, y respuestas biológicas como el incremento del ritmo cardíaco, sudor excesivo, temblor en manos, sequedad de boca, aumento de las repeticiones respiratorias y el incremento de la presión arterial.

Dentro de las propuestas para el control de la tensión, se abarca todas las sugerencias que se acogieron con la finalidad de mantener bajo control situaciones de estrés, practicando hábitos saludables que ayudaron a la minimización de sus consecuencias en el organismo; discernir lo positivo y no conviva con lo negativo, realizando actividades divertidas, hacer uso de descansos regulares, iniciando programas de actividades deportivas, el consumo de alimentos saludables, sociabilice, haciendo un esfuerzo, reunirse con amigos ayudan a expresarse menos tensos, aprenda y haga uso de maniobras de relajamiento, como escuchando música, practicando yoga y meditación, duerma lo suficiente, tener hábitos adecuados de sueño son una excelente manera de manejo .

## **1.4 Formulación del problema**

### **Problema general**

¿Cuál es la relación entre los factores laborales del estrés y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María?

### **Problema específico 1**

¿Cuál es la relación entre los factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús maría 2017?

### **Problema específico 2**

¿Cuál es la relación los factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús maría 2017?

### **Problema específico 3**

¿Cuál es la relación entre los factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud Jesús maría 2017?

## **1.5 Justificación**

El autor Hernández, Fernández y Baptista (2014) expreso “es requerido justificar un estudio mediante la exposición de sus razones. El mayor número de los trabajos se ejecutaron con un fin definido (...), y esa intención debe ser lo suficientemente significativo para que se justifique su realización. (p.40)

### **Justificación teórica**

Este trabajo mostró los resultados a fin de que los profesionales tecnólogos médicos en radiología tomen conciencia y asuman medidas rectificadoras referidos los elementos de la labor que perjudican a sus hábitos de vida, adicionalmente muestran realce en virtud de qué dichos factores afectaron directa o indirectamente a su modo de vida de los tecnólogos médicos .Como se sabe, un trabajador que no se encuentran cómodos en su ambiente de trabajo, no tendrá un buen estilo de vida saludable y como aquellos elementos influenciaron su estilo de vida. Por otro lado, estos hábitos de vida sanas conllevaron a el establecimiento de comportamientos para fomentar la calidad de la salud.

### **Justificación Práctica**

En la práctica esta investigación favoreció al personal del establecimiento de salud demostrando que factores laborales afectaron su estilo de vida en las dimensiones vinculados con la presión y exigencia, elementos de la organización y burocráticos, medio ambiente, y cómo hicieron para que dichos elementos no repercutan en sus hábitos de vida saludable.

Como se supo afectaron a su modo de vida saludable de los tecnólogos médicos ya que modificaron drásticamente toda su práctica diaria, resultados obtenidos en esta investigación.

### **Justificación metodológica**

En esta investigación el instrumento de medición de factores laborales Cuestionario Respuesta emocional al estrés laboral, es una adaptación de otro Joana Fornes (1994), además fue evaluada la confiabilidad y la validez, para así estar listo para otros estudios posteriores del mismo autor o de otros.

### **Justificación social**

Este trabajo favoreció al total de licenciados tecnólogos médicos en radiología de y quizás sirvió como ejemplo para otros centros hospitalarios de Lima, contribuyó mostrando los datos obtenidos de este estudio como confirmación decisiva de que los elementos laborales se relacionaron con el estilo de vida y que los profesionales de la salud sean responsables y tomen conciencia de que los factores laborales afectaron más en su existencia a diario ya que tuvieron la consideración de mejorar o modificar sus hábitos de vida no sana a un modo de vida sana.

Por último, este trabajo se justificó por la contribución efectuada a los perfiles de indagación de salud y por la coyuntura que se otorgó a la investigadora en entender una problemática que diariamente se incrementa en el sector salud y de compartió sus datos obtenidos con los próximos indagadores sobre el tema.

## **1.6 Hipótesis**

### **Hipótesis general**

Existe relación entre los factores laborales del estrés y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

### **Hipótesis específicas 1**

Existe relación entre los factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

### **Hipótesis específicas 2:**

Existe relación entre los factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

### **Hipótesis específicas 3:**

Existe relación entre los factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

## **1.7 Objetivos**

### **Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre los factores laborales del estrés y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

### **Objetivos específicos 1**

Determinar la relación que existe entre los factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

### **Objetivos específicos 2**

Determinar la relación que existe entre los factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

### **Objetivos específicos 3**

Determinar la relación que existe entre los factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017.

## **II. Método**

## 2.1 Diseño de investigación

El paradigma que se utilizó en la investigación corresponde al paradigma positivista. Dobles, Zúñiga y García (1998).

### Enfoque

El enfoque fue cuantitativo, para Hernández, Fernández y Baptista (2014) indicaron que es una serie ordenada y secuencial de procesos y cada paso es anterior a la otra, se inicia con una idea que se circunscribe y se define objetivos y preguntas de investigación y así sucesivamente. Hay un método deductivo, que inicia con la teoría, continua con la hipótesis y ésta es llevada a prueba. Es decir, es de enfoque cuantitativo y usó método hipotético deductivo.

### Diseño

Fue de diseño no experimental porque solo se observó y no se intervino, Hernández et al., (2014) lo definieron como un estudio realizado sin intervención de las variables, los hechos se observan en su campo natural para luego analizarlo.

### Nivel

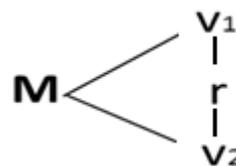
Fue correlacional, porque esta investigación intentó encontrar si las variables en estudio tenían relación. Hernández et.

M=muestra al., (2014) mencionaron que a nivel de variables se pueden señalar relaciones sin determinar dirección de causalidad.

$V_1$ = variable factores laborales

$V_2$ : variable estilos de vida

$r$ = relación



### Tipo

El tipo de estudio fue básica, transversal o transeccional según Hernández et al (2014) porque los datos fueron recolectados en un único momento o en un solo tiempo. En dicho estudio se describieron las variables y se indagaron su incidencia y si existe relación entre ellas en dicho momento (p.152). Es decir, se midió una sola vez a las variables y luego se realizó el análisis.

## **2.2 Variables, Operacionalización**

### **Variable Factores laborales**

Estímulos o situaciones que provocaron, originaron una acción determinada, es decir, una respuesta del profesional ante el estrés. Huber (2004).

#### Definición operacional

Los factores labores fue medido mediante un instrumento llamado cuestionario que constó de 27 preguntas y que mide: los factores en relación con la presión y la exigencia, factor organizativo, burocráticos y factores ambientales.

### **Variable Estilos de vida saludable**

La OMS (2014) describió que los modos de vida individuales, que se caracterizaron por patrones de conductas identificados, ejerciendo efectos profundos en el bienestar de un sujeto y en la de los demás. Si el estado de la salud se puede mejorar permitiendo modificar sus hábitos de vida, la acción debe ir dirigida no solamente al individuo, sino también a las condicionantes sociales que interactuaron para producir y mantener estos modelos de comportamiento. Sin embargo, la importancia es reconocer que no existe un estilo de vida "óptimo" al que puedan asociarse todas las personas. (p.7)

#### Definición operacional

Los estilos de vida saludable fueron medidos con un instrumento que consta de 36 preguntas y evalúa las dimensiones: biológica y psicosocial.

## 2.2.2. Operacionalización de las variables

Tabla 1

### Operacionalización de la variable factores laborales

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas/Valor	Niveles/rangos
Factores relacionados con la presión y la exigencia	Insuficiencia del personal de salud preparado	1		
	Ofrecer cuidado a más de dos pacientes en la unidad	2		
	Lograr las metas trazadas por el equipo laboral	3		
	Exigencia laboral por necesidades del servicio	4		
	Grupo con insuficiente destreza; en progreso de instrucción.	5 y 6		
	Percibirse vigilado mientras trabaja.	7	No me ocurre	
	Miedo a tomar decisiones erradas en condiciones repentinas.	8	(0)	Muy Bajo (27 - 40)
	No llevar a cabo las normas de admisión reglamentados en el servicio.	9	Me ocurre, pero es poco estresante (1)	Bajo (41 - 53)
Factores organizativos, burocráticos	Vínculo tecnólogo médico paciente reducido por recarga laboral.	10		
	Atribuirse deberes administrativos del jefe superior.	11		Medio (54 - 67)
	Personal de salud despóticos y belicosos.	12	Medianamente estresante (2)	
	Mala convivencia laboral interpersonal con los jefes y demás integrantes del grupo laboral.	13		
	Admitir tareas absurdas.	14		Alto (68 - 81)
	Limitada confianza restringiendo de las labores al trabajador nuevo.	15	Me resulta altamente estresante (3)	
	Programas instituidos sin certificar en la unidad.	16		
	Trabajadores intransigentes frente a situaciones fortuitas.	17		
Factores ambientales	Estar presentes a situaciones de riesgos físicos del trabajador.	18		
	Ambientes ruidosos producidos por los equipos.	19		
	Luminosidad defectuosa en referencia del ambiente laboral.	20		
	Materiales orgánicos dañinos.	21		
	Deficiente aeración y grado de temperatura del ambiente laboral y del paciente.	22		
	Muebles nada confortables e inapropiados.	23		
	Malas condiciones higiénicas	24		
	Inapropiados ambientes de almacén de máquinas e insumos caros.	25		
Reducida infraestructura.	26 y 27			

Tabla 2

*Operacionalización de la variable estilos de vida*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas/Valor	Niveles/rango
Estilo de vida biológico	Alimentación	Del 1 al 11		
	Actividades físicas	Del 12 al 13		
	Descanso y sueño	Del 14 al 15	Siempre (1)	Saludable
	Control de la salud	Del 16 al 21	Algunas Veces (2)	(34-85)
Estilo de vida psicosocial	Tiempo de ocio	Del 22 al 24	Nunca (3)	No saludable
	Consumo de alcohol, tabaco, etc.	Del 25 al 28		(86 -136)
	Manejo del estrés	Del 29 al 34		

### 2.3 Población y muestra

Según Tamayo (1997): “se define como la totalidad del fenómeno a estudiar donde las unidades de población poseen una característica común, la que se estudia y da origen a los datos de la investigación” (p.114).

Entonces, un censo es el recuento en su totalidad de los elementos de la población. En esta investigación estuvo conformada por 60 profesionales de tecnología médica en radiología del Departamento de Imágenes.

### 2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### Técnica

La técnica de recopilación fue la encuesta que consistió en la obtención de datos referentes de las unidades en estudio, proporcionaron por ellos mismos, sobre sus apreciaciones, cognición, conductas o recomendaciones. (Hernández, Fernández y Baptista,2014, p.9).

#### Instrumento

Instrumentos fueron medios auxiliares para recolectar y numerar la información que se obtuvo a través de las técnicas. Cuestionario, es un conjunto de

preguntas elaboradas para proporcionar los resultados necesarios para lograr las metas predefinidas por el proyecto de investigación. (Galán,2010, p.2)

### **Validación y confiabilidad del instrumento**

#### Validez

Para la validación del instrumento se empleó la aprobación por juicio de expertos. El instrumento de evaluación para la variable Factores laborales fue evaluado a criterio por un conjunto de jueces con experiencia en el tema, integrado por 3 expertos, quienes se encontraron de acuerdo que el instrumento de investigación fue aplicable.

El instrumento de obtención de la variable Estilos de vida saludable fue evaluado a criterio de un conjunto de jueces con experiencia en tema, conformado por 3 expertos, quienes se encontraron de acuerdo que el instrumento de investigación fue aplicable.

Tabla 3

*Validez de los instrumentos por Juicios de expertos*

Expertos	Joaquín	Estrella	Teresa	Promedio
Criterios	Vertiz	Pillman	Campana	(%)
Pertinencia	Si	Si	Si	Aplicable
Relevancia	Si	Si	Si	Aplicable
Claridad	Si	Si	Si	Aplicable

Para que un instrumento sea confiable, se aplicó una prueba piloto a 30 personas que laboran un centro médico.

El valor de alfa de Cronbach para el instrumento de que midió la variable Factores Laborales fue 0.935, indicando que el instrumento resulto confiable (Numally,1967, p.226).

El valor de alfa de Cronbach para el instrumento que midió la variable Estilos de vida saludable fue 0.941, lo cual indica que el instrumento resulto confiable (Numally,1967, p.226).

Tabla 4

*Confiabilidad de los instrumentos de factores laborales y estilos de vida*

Variable	Alfa de Cronbach	Nº de elementos
Factores laborales	0.935	30
Estilos de vida	0.941	30

**Ficha técnica del instrumento 1**

Nombre	Cuestionario para medir “Respuesta emocional al estrés laboral”	
Autor	Joana Fornes (1994)	
Adaptado	Zully Elizabeth Pocori Otivo	
Administración	Individual	
Duración de la prueba	20 minutos.	
Ámbito de aplicación	Establecimiento de salud	
La prueba consta de	27 ítems	
La prueba evalúa	03 dimensiones	
Dimensión	Ítem	Valor
Factores relacionados con la presión y la exigencia	1, 2,3 4, 5, 6,7,8 9,10,11,12,13,14,15,16,17,18	No me ocurre (0)
Factores organizativos, burocráticos	19,20,21,22,23,24,25,26,27	Me ocurre, pero es poco estresante (1)
Factores Ambientales		Medianamente estresante (2)
		Me resulta altamente estresante (3)

## Ficha técnica del instrumento 2

Nombre	Cuestionario prácticas y creencias sobre estilos de vida.	
Autor	Walker, Pender (1990) modificado por Arrivillaga, Salazar, y Gómez, (2002)	
Adaptado	Zully Elizabeth Pocori Otivo	
Administración	Individual	
Duración de la prueba	20 minutos	
Usos	obtener información	
Ámbito de aplicación	Establecimiento de salud	
La prueba consta de	34 ítems	
La prueba evalúa	02 dimensiones	
Dimensión	Ítem	Valor
Biológico	Del 1, al 17	Siempre (1)
Psicosocial	Del 18 al 34	Algunas veces (2) Nunca (3)

### 2.5 Métodos de análisis de datos

Para analizar los datos se empleó el programa SPSS V.22. Los resultados conseguidos fueron mostrados mediante tabulaciones y gráficas en concordancia a las variables y dimensiones, para luego compararlos e interpretarlos.

Para la constatación de la hipótesis se utilizó la prueba estadística de la correlación de Spearman con 95% de confianza.

### 2.6 Aspectos éticos

Las relevancias éticas estuvieron fundamentadas en que el encuestado permanece anónimo en el estudio, es decir que la identidad es desconocida, y con consentimiento informado.

Tabla 5

*Aspectos éticos tomados en cuenta para la investigación*

<b>Aspectos</b>	<b>Características éticas</b>
Confidencialidad	Se garantiza el resguardo de la identidad de los participantes como informadores de la investigación.
Objetividad	La observación, interpretación de la situación encontrada se fundamentaron en principios, métodos y técnicas.
Originalidad	Se mencionarán los recursos bibliográficos de las teorías mostradas, con la finalidad de evidenciar la ausencia de copia intelectual.
Veracidad	Los datos obtenidos mostrados fueron fidedignos, protegiendo la información confidencial de esta.
Consentimiento informado	El propósito del consentimiento informado fue para garantizar que la colaboración fue de forma voluntaria de los tecnólogos médicos en radiología del establecimiento de salud.

### **III. Resultados**

### 3.1 Resultados Descriptivos

La percepción que se encontró en los profesionales de tecnología médica en radiología del Departamento de Imágenes del establecimiento de salud, respecto a la variable Factores laborales, se aprecia:

Tabla 6

*Nivel de los factores laborales del estrés de los tecnólogos médicos de radiología del establecimiento de salud, Jesús María 2017*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MUY BAJO (27-40)	20	33.3	33.3	33.3
	BAJO (41-53)	36	60.0	60.0	93.3
	MEDIO (54-67)	4	6.7	6.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

En la tabla 4 mostró los niveles de factores laborales, donde el 60% de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud presentaron nivel bajo, seguido del 6.7% que presentaron nivel medio y finalmente el 33.3% presentaron nivel muy bajo.

En la gráfica, figura 2, los resultados del Nivel de los factores laborales de los tecnólogos médicos de un Establecimiento de salud, Jesús María 2017.

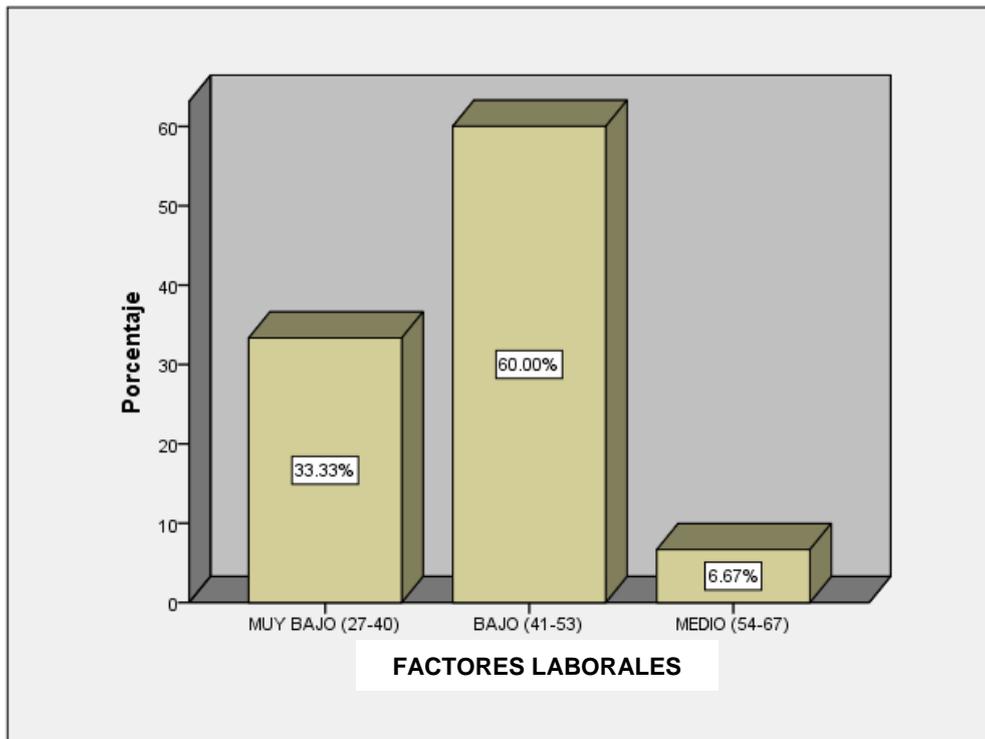


Figura 2. Nivel de los factores laborales del estrés de los tecnólogos médicos en radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017

En la figura 2 se encontró que los niveles de factores laborales, se evidenció el 60% de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud presentando nivel bajo, seguido del 6.7% que presentando nivel medio y el 33.3% presentaron nivel muy bajo.

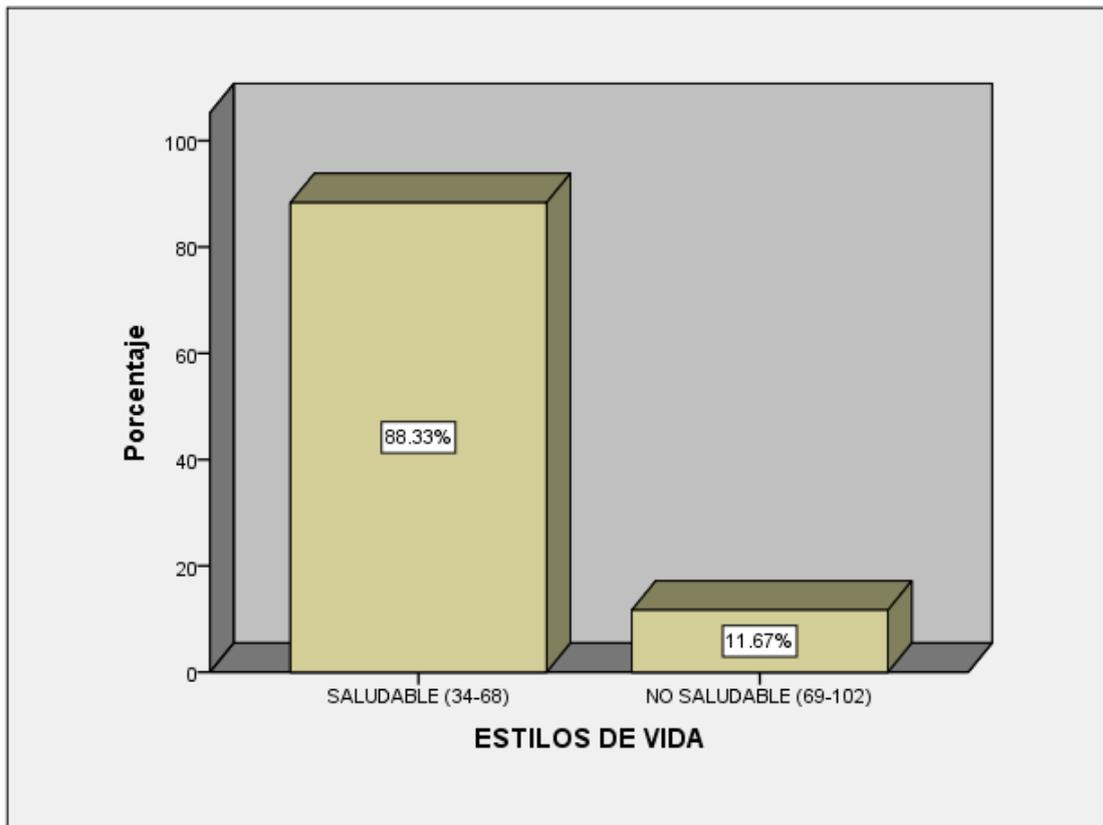
Tabla 7

*Nivel de estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología del establecimiento de salud, Jesús María 2017*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SALUDABLE (34-68)	53	88.3	88.3	88.3
	NO SALUDABLE (69-102)	7	11.7	11.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

En la tabla 5 se mostraron el nivel de estilos de vida, donde se evidenció el 88.3% de los tecnólogos médicos de radiología presentaron un nivel saludable, seguido del 11.7% que presentan nivel no saludable de vida.

En la gráfica 3, se presentaron los resultados del Nivel de estilos de vida de los tecnólogos médicos del establecimiento de salud, Jesús María 2017.



*Figura 3.* Nivel de estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología del Establecimiento de salud, Jesús María 2017

En la figura 3 se mostraron el nivel de estilos de vida, donde se evidenció el 88.3% de los tecnólogos médicos de radiología del Establecimiento de salud presentaron un nivel saludable, seguido del 11.7% que presentaron nivel no saludable.

### **Resultados de la dimensión Factores en relación con la presión y la exigencia en relación al objetivo específico 1**

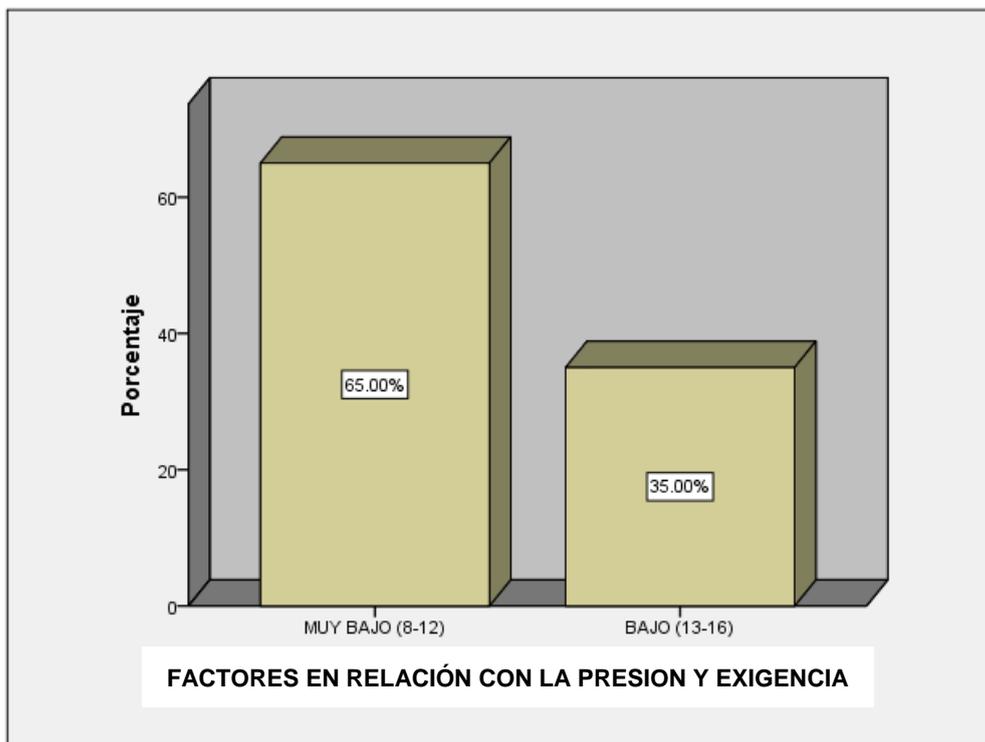
La percepción que tuvieron los profesionales de tecnología médica en radiología de un Establecimiento de salud, respecto a la variable Factores laborales en relación a la presión y la exigencia, se aprecia en la tabla.

Tabla 8

*Nivel de los Factores en relación con la presión y la exigencia de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de, Jesús María 2017*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MUY BAJO (8-12)	39	65.0	65.0	65.0
	BAJO (13-16)	21	35.0	35.0	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

En la tabla 8 se mostraron los niveles de factores en relación con la presión y la exigencia, donde se evidenció que el 65% de los tecnólogos médicos de radiología presentaron nivel muy bajo y finalmente 35% presentaron nivel bajo.



*Figura 4. Nivel de los Factores relacionados con la presión y la exigencia de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, Jesús María 2017*

En la figura 4 se mostraron los niveles de factores relacionados con la presión y la exigencia, donde se evidenciaron el 65% de los tecnólogos médicos de radiología presentaron nivel muy bajo y finalmente el 35% presentaron nivel bajo.

**Resultados de la dimensión Factores organizativos, burocráticos en relación al objetivo específico 2**

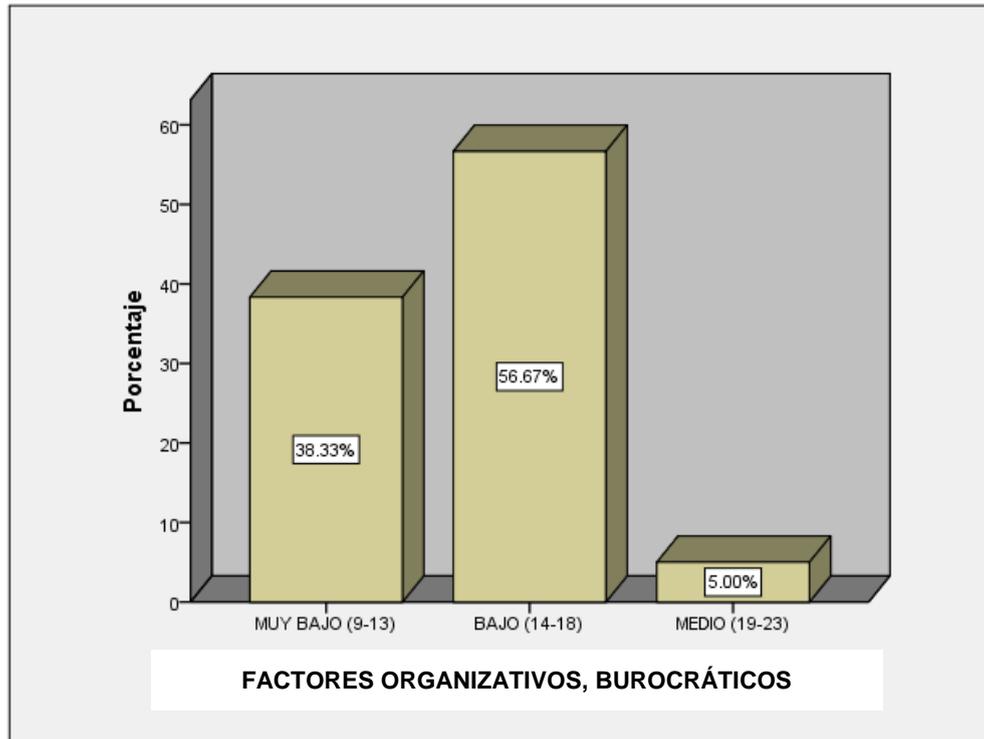
La percepción que tienen los profesionales de tecnología médica en radiología del Departamento de Imágenes de un Establecimiento de salud, respecto a la variable en la dimensión Factores organizativos, burocráticos, se apreciaron en la tabla.

Tabla 9.

*Nivel de los Factores organizativos, burocráticos de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, Jesús María 2017*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MUY BAJO (9-13)	23	38.3	38.3	38.3
	BAJO (14-18)	34	56.7	56.7	95.0
	MEDIO (19-23)	3	5.0	5.0	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

En la tabla 9 se mostraron los niveles de los factores organizativos, burocráticos, donde se evidenciaron que el 56.7% de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, presentaron un nivel bajo, seguido del 5% que presentan un nivel medio y el 38.3% presentaron nivel muy bajo



*Figura 5.* Nivel de los Factores organizativos, burocráticos de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, Jesús María 2017

En la figura 5 se mostraron los niveles de los factores organizativos, burocráticos, donde se evidenciaron que el 56.7% de los tecnólogos médicos de radiología presentaron un nivel bajo, seguido del 5% que presentaron nivel medio y el 38.3% presentaron nivel muy bajo.

### **Resultados de la dimensión Factores ambientales en relación al objetivo específico 3**

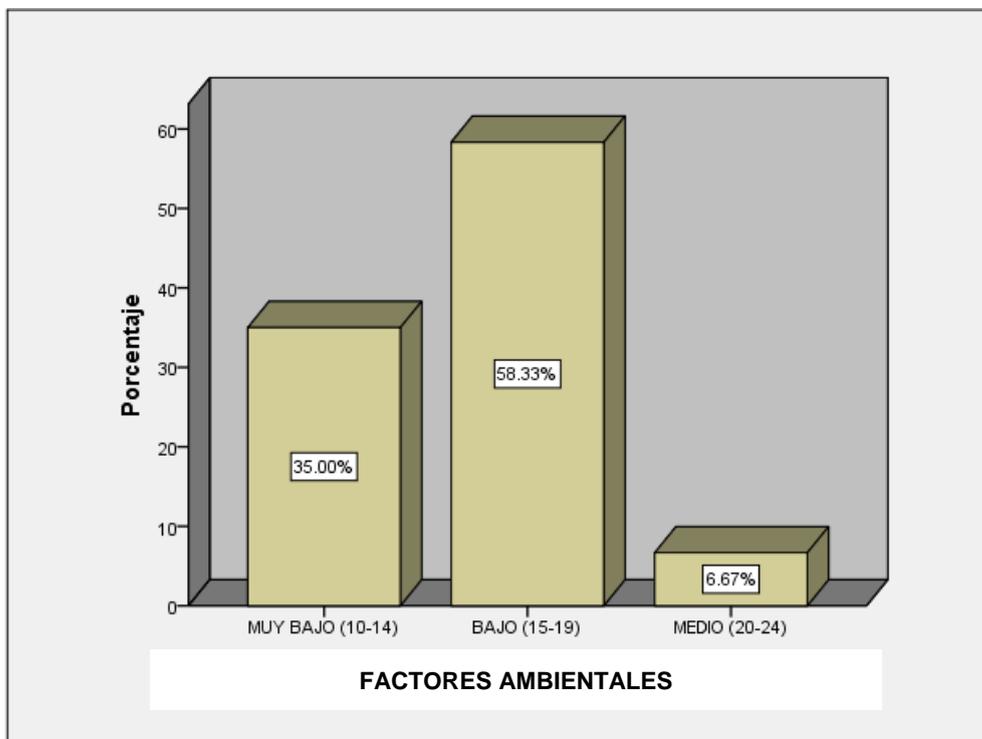
La percepción que tienen los profesionales de tecnología médica en radiología de un Establecimiento de salud, respecto a la variable Factores laborales en la dimensión Factores ambientales, se aprecia en la tabla.

Tabla 10

*Nivel de los Factores ambientales de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, Jesús María 2017*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MUY BAJO (10-14)	21	35.0	35.0	35.0
	BAJO (15-19)	35	58.3	58.3	93.3
	MEDIO (20-24)	4	6.7	6.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

En la tabla 10 mostraron los niveles de los Factores ambientales, donde se evidenció el 58.3% de los tecnólogos médicos de radiología presentaron un nivel bajo, seguido del 6.7% que presentaron nivel medio y finalmente el 35% presentaron nivel muy bajo.



*Figura 6. Nivel de los Factores ambientales de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, Jesús María 2017*

En la figura 6 se mostraron los niveles de los Factores ambientales, donde se evidenció el 58.3% de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, presentaron nivel bajo, seguido del 6.7% que presentaron nivel medio y el 35% presentaron nivel muy bajo.

## 5.2 Estadística inferencial

### Hipótesis general

Los resultados inferenciales se presentaron mediante la prueba de hipótesis, tanto para la hipótesis general como para las hipótesis específicas por medio de la prueba de Rho de Spearman.

Existe una relación directa entre los factores laborales del estrés y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017

Hipótesis nula (H<sub>0</sub>):  $\rho = 0$ , No existe relación directa entre los factores laborales del estrés y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Hipótesis alterna (H<sub>a</sub>):  $\rho \neq 0$ , Existe una relación directa entre los factores laborales del estrés y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017 Nivel de confianza 95%.

Tabla 11

*Coefficiente de correlación entre los Factores laborales y los estilos de vida*

			Factores laborales	Estilos de vida
Rho de Spearman	Factores laborales	Coefficiente de correlación	<b>1,000</b>	<b>,626</b>
		Sig. (bilateral)	.	<b>,000</b>
		N	<b>60</b>	<b>60</b>
	Estilos de vida	Coefficiente de correlación	<b>,626<sup>*</sup></b>	<b>1,000</b>
		Sig. (bilateral)	<b>,000</b>	.
		N	<b>60</b>	<b>60</b>

En la Tabla 11 el Rho de Spearman fue igual a 0,626\* entonces se estableció que existe una correlación significativa al nivel de 0.05, lo que expresa de que el 95% es la región de aceptación para una prueba bilateral. La variable 1: Factores laborales sobre la variable 2: Estilos de vida, asimismo se evidenciaron que el nivel de significancia fue menor que el valor 0.05 por lo tanto, rechazando la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa.

### Hipótesis específicas 1

Existe una relación directa entre los factores en relación con la presión y la exigencia y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología, de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Hipótesis nula (Ho):  $\rho = 0$ : No existe una relación directa entre los factores en relación con la presión y la exigencia y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Hipótesis alterna (Ha):  $\rho \neq 0$ , Existe una relación directa entre los factores en relación con la presión y la exigencia y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Tabla 12

*Coeficiente de Correlación entre la dimensión factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida.*

			Factores relacionados con la presión y la exigencia	Estilos de vida
Rho de Spearman	Factores relacionados con la presión y la exigencia	Coeficiente de correlación	<b>1,000</b>	<b>,734*</b>
		Sig. (bilateral)	.	<b>,000</b>
		N	<b>60</b>	<b>60</b>
	Estilos de vida	Coeficiente de correlación	<b>,734*</b>	<b>1,000</b>
		Sig. (bilateral)	<b>,000</b>	.
		N	<b>60</b>	<b>60</b>

Como se observó en la Tabla 12, el resultado del Rho de Spearman es igual a 0.734 determinó que existe una correlación significativa. La variable 1: Factores laborales según los factores en relación con la presión y la exigencia sobre la variable 2: Estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología del de un establecimiento de salud, Jesús María 2017. Por ende, se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa.

### Hipótesis específica 2

Existe una relación directa entre los factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Hipótesis nula (Ho):  $\rho = 0$ , No existe una relación directa entre los factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Hipótesis alterna (Ha):  $\rho \neq 0$  Existe una relación directa entre los factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Tabla 13

*Coefficiente de Correlaciones entre la dimensión factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida*

			Factores organizativos, burocráticos	Estilos de vida
Rho de Spearman	Factores organizativos, burocráticos	Coefficiente de correlación	<b>1,000</b>	<b>,721<sup>*</sup></b>
		Sig. (bilateral)	.	<b>,000</b>
		N	<b>60</b>	<b>60</b>
	Estilos de vida	Coefficiente de correlación	<b>,721<sup>*</sup></b>	<b>1,000</b>
		Sig. (bilateral)	<b>,000</b>	.
		N	<b>60</b>	<b>60</b>

El resultado en la tabla 13 infirió que existió una correlación significativa de 0.721 "correlación positiva media" entre las variables: factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017, con nivel de confianza del 95%. Como el valor de (Sig.) (bilateral) fue igual a 0.000 y 0.000 por lo tanto es menor al valor (Sig. < 0.05), luego se rechazó la hipótesis nula.

### Hipótesis específico 3

Existe una relación directa entre los factores ambientales y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Hipótesis nula (Ho):  $\rho = 0$ , No existe una relación directa entre los factores ambientales y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Hipótesis alterna (Ha):  $\rho \neq 0$ , Existe una relación directa entre los factores ambientales y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Tabla 14

*Coefficiente de Correlación entre la dimensión factores ambientales y los estilos de vida*

			Factores ambientales	Estilos de vida
Rho de Spearman	Factores ambientales	Coefficiente de correlación	<b>1,000</b>	<b>,685*</b>
		Sig. (bilateral)	.	<b>,000</b>
		N	<b>60</b>	<b>60</b>
	Estilos de vida	Coefficiente de correlación	<b>,685*</b>	<b>1,000</b>
		Sig. (bilateral)	<b>,000</b>	.
		N	<b>60</b>	<b>60</b>

El resultado obtenido en la tabla 14, se infirió que existió una correlación significativa de 0.685 "positiva media" entre las variables: dimensión factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017, con del 95% nivel de confianza.

Como el valor de Significancia bilateral fue igual a 0.000 y 0.000 por lo tanto es menor al valor Sig. < 0.05, luego se rechazó la hipótesis nula.

## **IV. Discusión**

En el presente acápite relacionado con la discusión se evidencia de acuerdo a los datos estadísticos que, la condición de factores laborales del estrés, evidenciaron el 60% de los tecnólogos médicos de radiología del presentaron nivel bajo, 6.7% presentaron nivel medio y el 33.3% presentó nivel muy bajo; mientras la variable estilos de vida, donde se evidenció que 88.3% de los tecnólogos médicos de radiología presentaron un nivel saludable, seguido del 11.7% que presentaron nivel no saludable, considerando que existe una correlación de 0,626\* mediamente directa, tal como mencionó Mamani (2015) en su investigación del personal del puesto de salud -Juliaca fueron sus resultados correlación inversa a diferencia de mi trabajo.

Con respecto en la hipótesis general, se obtuvo nivel de significancia 0,000 menos de 0,05, por lo tanto, se determinó que los factores laborales se relacionaron significativamente con los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología del establecimiento de salud, Jesús María, por cuanto se rechazó la hipótesis nula. Siendo los factores laborales elementos dentro del entorno laboral, considerando que fueron proporcionados por los factores en relación con la presión y la exigencia, elementos organizacionales, burocráticos y ambientales. Huber (2004) mencionó que dichos factores se encontraron en las organizaciones generando demandas conflictivas en licenciados tecnólogos médicos, experimentaron estrés producido de acuerdo a las características de su función. El estrés que surgió del trabajo o del ambiente laboral se relacionaron. Concluyendo por último da como resultado que existió una correlación significativa a 0.05 directa fuerte entre los elementos del trabajo y los hábitos de vida de los tecnólogos médicos de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Con respecto a la hipótesis específica 1, se obtuvo un nivel de significancia 0,000 menos de 0,05, por lo tanto, se determinó que la dimensión factores relacionados con la presión y la exigencia se relacionaron significativamente con los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología, Jesús María, por cuanto se rechazó la hipótesis nula. Estos factores en relación con la presión y la exigencia de acuerdo a sus características propias

del ejercicio laboral y el estrés varían de una persona a otra, por las características de la tarea. Concluyendo por último da como resultado que existió una correlación significativa a 0.05 directa y fuerte entre la dimensión en relación con la presión y la exigencia y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Asimismo el autor Campero, De Montis y Gonzales (2012) en Argentina, realizó una investigación tuvo como objetivo determinar si los licenciados en enfermería manifiestan estrés laboral y a su vez identificar los probables factores que los producen, la muestra estuvo compuesta de 27 enfermeros. Los resultados que se encontraron fueron 30% no percibió estrés laboral, mientras el 70% del personal lo percibió; siendo los factores que se asocian la sobrecarga de trabajo y la mala distribución de personal. En las conclusiones, obtuvieron que una organización de funciones apropiadas del grupo de trabajo podría ser la solución al estrés laboral y a la exposición de factores desencadenantes del fenómeno.

Para Ruiz, García, Delclos, y Benavides (2007) afirmaron que los condicionantes laborales asociados con la presión y exigencia, se refirieron a la naturaleza propia del ejercicio profesional. El estrés que se produjo es diferente de un individuo a otro, debido a las cualidades de cada función y de lo que origina en el personal va en relación de lo que le agrada o desagrada. Por cuanto la labor se amolda a las perspectivas y a las competencias, coadyuvan a la satisfacción emocional y conlleva un fundamental impulso hacia la culminación de metas.

Con respecto a la hipótesis específica 2, se obtuvo un nivel de significancia fue menor de 0,05, por lo tanto, se determinó que la dimensión factores organizativos, burocráticos se relacionaron significativamente con los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología, por cuanto se rechazó la hipótesis nula. Siendo estos factores inherentes a la institución donde labora considerando la disposición de los turnos de trabajo. Concluyendo por último da

como resultado que existe una correlación significativa a 0.05 directa y fuerte entre la dimensión factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

En la investigación de Manrique (2016) *en Lima- Callao*; se determinó la vinculación entre elementos laborales y nivel de estrés laboral, los resultados encontrados fueron la existencia de una muy baja relación entre los factores laborales y la categoría del estrés laboral, en cuanto las dimensiones vinculadas con presión y exigencia con el de estrés laboral, presento una muy baja relación; y una relación nula con los factores organizativo y burocrático y ambiental, el profesional enfermero presento un nivel de estrés laboral bajo en un 63,3%(19) y un predominio en los factores laborales organizativo y burocrático y ambiental con 46,7%(14) respectivamente. Sus conclusiones fueron que existió una muy baja correspondencia entre los elementos laborales y la categoría del estrés laboral.

Con respecto a la hipótesis específica 3, se obtuvo un nivel de significancia menor de 0,05, por lo tanto, se determinó que la dimensión factores ambientales se relacionó con los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología del establecimiento de salud, Jesús María 2017, por cuanto se rechazando la hipótesis nula. Considerando que las condiciones físicas externas, los desencadenantes del ambiente físico, que modifican la función del trabajador debido a que alteran la concentración y tranquilidad. Concluyendo por último da como resultado la existencia de una correlación significativa a 0.05 directa fuerte entre dimensión factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Según la Organización Mundial de la Salud (2015), la salud ambiental es la doctrina que abarcan elementos de la salud humana, comprendida la calidad de vida y el confort social, que son definidos por elementos del medio ambiente físicos; químicos, biológicos, sociales y psico-sociales.

## **V. Conclusiones**

- Primera.** Se determinó la existencia de una relación significativa media positiva entre los factores laborales y estilos de vida, con un coeficiente de correlación de 0.626 indicando una correlación nula y  $p= 0.000$  el valor de Significancia (Sig.) (bilateral) por lo tanto es menor (Sig. < 0.05), rechazando la hipótesis nula, de lo que se infirió que “a mayor resolución de factores laborales mayor nivel de estilos de vida.
- Segunda.** Se determinó la existencia de una relación significativa media y positiva en los Factores laborales según los factores en relación con la presión y la exigencia sobre los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología Jesús María 2017, teniendo un coeficiente de correlación igual a 0.734 indicando una correlación nula.
- Tercera.** Se determinó la existencia de una relación significativa positiva media entre la dimensión factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología, Jesús María 2017, teniendo un coeficiente de correlación 0.721 con el valor de Significancia (Sig.) (bilateral) es igual a 0.000 y 0.000 menor al valor (Sig. < 0.05), luego se rechazó la hipótesis nula.
- Cuarta.** Se determinó la existencia de una relación significativa positiva media entre la dimensión factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos, teniendo un coeficiente de correlación de 0.685 con un valor de Significancia (Sig.) (bilateral) es igual a 0.000 y 0.000 menor al valor (Sig. < 0.05), luego se rechazó la hipótesis nula.

## **VI. Recomendaciones**

- Primera.** Informar al director del establecimiento de salud, Jesús María en el año 2017 sobre las conclusiones encontradas en el estudio, para la implementación preventiva promocional en salud laboral y se proporcione capacitación al personal responsable para otorgar estilos de vida saludables a los tecnólogos médicos. Sensibilizando y creando conciencia a los trabajadores del establecimiento de salud sobre medidas preventivas de aparición de patologías y promoción de la salud y evitar el estrés laboral.
- Segunda.** Afianzar y fortalecer la educación laboral sobre la presión y la exigencia únicamente en sucesos advertidos y de carácter gerencial, pues los tecnólogos médicos en radiología deben tener un estilo de vida saludables para cumplir sus fines de su labor con suficiencia y efectividad hacia los pacientes.
- Tercera.** Mejorar la administración del hospital generando factores organizativos burocráticos debidamente ordenados y con una amplia información y comunicación de salud y de trabajo para con los tecnólogos médicos y por medio de ello mejorando los estilos de vida saludables del personal médicos y a fin con conocimientos de educación sanitaria.
- Cuarta.** Proseguir con indagaciones de información asociados a los elementos laborales relacionados al tema de los factores ambientales dentro y fuera del hospital, implementar programas de carácter educativo en la modificación de estilos de vida a través de ferias informativas, campañas de despistaje preventivo a profesionales y practicantes médicos, pacientes con alto riesgo de enfermedades transmisibles e infecciosas y entre otras apreciaciones ambientales a tener en cuenta por los funcionarios del establecimiento de salud, Jesús María en el año 2017

## **VII. Referencias**

- Álvarez (2002). *Salud Pública y Medicina Preventiva*. (3ra ed.). México: Manuz Moderno.
- Chiavenato (2009). *Gestión del Talento Humano*.  
México: McGraw-Hill/interamericana editores, s.a. De c.v.
- Hernández S., Fernández C. y Baptista L (2010). *Metodología de la Investigación*.  
México: McGraw-Hill.
- Fornes, J. (1994) *Respuesta emocional al estrés laboral*.  
España. Revista de Enfermería Rol. Año XVII N 186. Ediciones Rol S.A.,  
Barcelona España – 1994.
- Frutos J. y Royo (2006) *Salud pública y epidemiología*.  
Ediciones Diaz de santos.
- Houtman y Jettinghoff (2008) *Sensibilizando sobre el estrés laboral en los países en desarrollo*. Coyoacán: Ediciones OMS.
- Huber, D. (2004). *Liderazgo y administración en enfermería*. Publicaciones Interamericana.
- Mamani, S. B. (2012). *Estilos de vida saludable y prácticas en profesionales de enfermería del hospital Daniel A. Carrión (Essalud - calana) Tacna*.  
Tesis para optar el título profesional de enfermería.
- Mamani, C.S (2015) *Factores laborales y estilos de vida del personal de salud del Puesto de Salud Santa María, Juliaca*.  
Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería.
- Ministerio de la Salud. (2007). *Agenda de Salud para la Américas*.  
Panamá [actualizada 03 junio 2008; consultado 11 setiembre 2017].  
Disponible en: <http://www.new.paho.org>
- Organización Mundial del Trabajo. (2006). *Factores Psicosociales del trabajo*.  
Revista de la OIT, 5-10.
- OPS. (2000). Organización panamericana de la salud. Recuperado el 15 de marzo de 2015, de sitio web de la organización panamericana de la salud :  
<http://www.paho.org/per/>
- Prada, M. (2007). *La salud laboral*. Libro de salud del Hospital Clinic de Barcelona y la fundación BBVA Barcelona: Editorial Nerea S.A.

- Prat, A. (2007). *El estilo de vida como determinante de la salud*. Libro de salud del Hospital Clinic de Barcelona y la fundación BBVA. Barcelona: Editorial Nerea S.A.
- Pastor y Adelguer, v. (2005). *Evolución Histórica de los Hospitales*. Gestión Hospitalaria (3ra ed.). Madrid: Mc Graw Hill – interamericana.
- Quiroga, I. (2009) *Estilos de vida y condiciones de salud de los enfermeros*. Universidad del Aconcagua, Mendoza.
- Reyes, S (2008). *Factores que intervienen a llevar estilos de vida saludable en el personal de enfermería en los servicios de medicina y cirugía de hombres y mujeres en el Hospital San Benito*. Universidad de San Carlos, Guatemala. Disponible en: <http://biblotecausac.edu.gt/tesis/o5/058550.pdf>. 8
- Ruiz, C.; García, A. Delclos J y Benavides F(2007). *Salud laboral conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales*. Barcelona: Editorial Masson S.A.
- Sanabria, P. González, L. y Urrego, D. *Estilos de Vida Saludable en profesionales de la Salud Colombianos estudio explicativo*. [Revista en internet] 2007 [Consultado el 11 de Octubre del 2012]; 15 (2): 207- 217. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/910/91015208.pdf>
- Zarate y Arita (2014) *Factores laborales que producen estrés en trabajadores Universitarios*.

## **viii. Anexos**

## ARTICULO CIENTIFICO

1. **TITULO :** “Factores laborales y estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de salud, Jesús María 2017.”
2. **AUTORA:** Br. Zully Elizabeth Pocori Otivo, email :elizu\_576@hotmail.com  
Br. de Maestría de Gestión de los servicios de la salud de la Universidad Cesar Vallejo.

### 3. RESUMEN

La presente investigación titulada “ Factores laborales y estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús María 2017 tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre los factores laborales y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de un establecimiento de salud, Jesús María 2017 ; fue de diseño descriptivo correlacional y de diseño no experimental, con una población que estuvo conformada por 60 tecnólogos médicos y la muestra fue de tipo censal; a los cuales se le aplicaron cuestionarios tipo escala de Likert las cuales fueron sometidas a validez y confiabilidad. Se realizó una prueba piloto conformada por 30 tecnólogos médicos en radiología y se aplicó la fiabilidad de los instrumentos con el estadístico Alfa de Cronbach.

Los datos obtenidos fueron analizados mediante la estadística descriptiva para efectos de correlación se aplicó la chi cuadrada, el coeficiente de correlación de Pearson y el Alpha de Cronbach, llegándose a determinar que en los resultados obtenidos que existe una relación significativa de 0,626 entre los factores laborales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de un establecimiento de salud, Jesús María.

### 4. PALABRAS CLAVES

Factores laborales, estilos de vida, carga laboral, estilos de vida saludable, estilo de vida no saludable.

### 5. ABSTRACT

The current research entitled "Labor factors and lifestyles of medical technologists in radiology of a Health Establishment, Jesus Maria 2017 had as a general objective to determine the relationship between work factors and healthy lifestyles,

was descriptive design correlational and non-experimental design, with a population that was made up of 60 medical technologists and the sample was census type; to which Likert scale questionnaires were applied, which were subjected to validity and reliability. A pilot test consisting of 30 radiology medical technologists was carried out and the reliability of the instruments was applied with the Cronbach's Alpha statistic.

The data obtained were analyzed by descriptive statistics for correlation effects, the chi square, the Pearson correlation coefficient and the Cronbach's Alpha were applied, reaching that in the results obtained there is a significant relation of 0.626 between the labor factors and the lifestyles of medical technologists at a health facility, Jesús María.

## **6. KEYWORDS**

*Labor factors, lifestyles, workload, healthy lifestyles, unhealthy lifestyle*

## **7. INTRODUCCIÓN**

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre los factores laborales y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de un establecimiento de salud, Jesús María 2017 , la cual estuvo orientada a proporcionar información actualizada al jefe del Departamento de radiología, a las autoridades del Establecimiento de salud y a los mismos licenciados tecnólogos médicos en radiología, que les permitan la Implementación de Estrategias encaminadas a mejorar los estilos de vida, cuyo propósito fue de alcanzar una calidad de vida en el personal de salud.

Teniendo como problemas presentes en la actualidad, las enfermedades infecciosas, ya no son las principales causas de muerte, actualmente derivan de estilos de vida y hábitos poco saludables. Esto ocurre cuando los propios personales de la salud presentaron estilos de vida no adecuados (fumadores, bebedores, sedentarios, obesos, etc.)

En la actualidad, los tecnólogos médicos en radiología de un establecimiento de salud debido a su apego al trabajo con abnegación, incluso encima de sus propios intereses y /o actividades familiares o personales presentaron inadecuados estilos de vida saludables influenciados por la excesiva carga

laboral que ha originado deterioro en su calidad de vida, donde la presión y exigencia dentro del ámbito laboral demanda mucho del profesional tanto en la actividad física como psicológicamente generando una situación de agotamiento, desmotivación. Lo prolongado de su trabajo y la sobrecarga influyó directamente en la calidad de vida, reflejándose en ausentismos laboral, mal rendimiento laboral, quien en muchos casos terminaron interrumpiendo su trabajo tomando vacaciones o con descansos médicos.

Formulándose la siguiente interrogante ¿Cuál es la relación entre los factores laborales del estrés y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de Salud, Jesús maría?

La investigación estuvo estructurada en ocho capítulos: Capítulo I presenta la Introducción, antecedentes, fundamentación, justificación, problema, hipótesis y objetivos. En el capítulo II se desarrolla el método; las variables, la operacionalización de las variables, tipo de estudio, diseño de la investigación, población, muestra u muestreo, las técnicas e instrumentos de recolección de datos y el método de análisis de datos. En el capítulo III, se explican los resultados obtenidos del proceso estadístico a nivel descriptivo e inferencial. En el capítulo IV, se procede a discutir los resultados obtenidos con los antecedentes recopilados respecto al tema investigado y en capítulo V se concluye el tema de investigación de tesis haciendo referencia al análisis inferencial estadístico para posteriormente dar a conocer las recomendaciones en el capítulo VI, el capítulo VII referencias bibliográficas y finalmente Anexos.

## **8. METODOLOGÍA**

El paradigma que se utilizó en la investigación corresponde al paradigma positivista. Dobles, Zúñiga y García (1998). El enfoque de la investigación fue cuantitativo, método hipotético deductivo y de diseño no experimental. Fue correlacional, porque esta investigación intentó encontrar si las variables en estudio tenían relación. Hernández et.

El tipo de estudio fue básica, transversal o transeccional según Hernández et al (2014) porque los datos fueron recolectados en un único momento o en un solo tiempo. En dicho estudio se describieron las variables y se indagaron su incidencia y si existe relación entre ellas en dicho momento (p.152). Es decir, se midió una sola vez a las variables y luego se realizó el análisis.

La muestra estuvo constituida por 60 tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, a quienes se le aplicó una encuesta tipo Likert.

## 9. RESULTADOS

A través de los resultados obtenidos se observó que en la tabla 4 y figura 2 que el 60% de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud presentaron nivel bajo de los factores laborales, el 6.7% que presentaron nivel medio y un 33.3% presentaron nivel muy bajo, también se evidencia en la tabla 5 y figura 3 que el 88.3% de los tecnólogos médicos de radiología presentaron un nivel saludable, el 11.7% que presentan nivel no saludable de vida.

Con respecto a la correlación de las variables se obtuvo en la tabla 11 que la variable Factores laborales está relacionada directa y positivamente con la variable estilos de vida, según la correlación de Spearman fue igual a  $0,626^*$  representando este resultado como moderado con una significancia de  $p: 0.000$  siendo menor que el valor  $0.05$  por lo tanto, rechazando la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa.

## 10. DISCUSIÓN

En el presente acápite relacionado con la discusión se evidencia de acuerdo a los datos estadísticos que, la condición de factores laborales, evidenciaron el 60% de los tecnólogos médicos de radiología del presentaron nivel bajo, 6.7% presentaron nivel medio y el 33.3% presentó nivel muy bajo; mientras la variable estilos de vida, donde se evidenció que 88.3% de los tecnólogos médicos de radiología presentaron un nivel saludable, seguido del 11.7% que presentaron nivel no saludable, considerando que existe una correlación de  $0,626^*$  mediamente directa, tal como mencionó Mamani (2015) en su investigación del personal del puesto de salud -Juliaca fueron sus resultados correlación inversa a diferencia de mi trabajo.

Con respecto en la hipótesis general, se obtuvo nivel de significancia  $0,000$  menos de  $0,05$ , por lo tanto, se determinó que los factores laborales se relacionaron significativamente con los estilos de vida de los tecnólogos médicos

de radiología del establecimiento de salud, Jesús María, por cuanto se rechazó la hipótesis nula. Siendo los factores laborales elementos dentro del ámbito de trabajo, considerando que fueron proporcionados por los factores en relación con la presión y la exigencia, elementos organizacionales, burocráticos y actores ambientales. Huber (2004) mencionó que dichos factores se encontraron en las organizaciones generando demandas conflictivas en licenciados tecnólogos médicos, experimentaron estrés producido de acuerdo a las características de su función. El estrés que surgió del trabajo o del ambiente laboral que se relacionaron. Concluyendo por último da como resultado que existió una correlación significativa a 0.05 directa fuerte entre los elementos del trabajo y los hábitos de vida de los tecnólogos médicos de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Con respecto a la hipótesis específica 1, se obtuvo un nivel de significancia 0,000 menos de 0,05, por lo tanto, se determinó que la dimensión factores relacionados con la presión y la exigencia se relacionaron significativamente con los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología, Jesús María, por cuanto se rechazó la hipótesis nula. Estos factores en relación con la presión y la exigencia de acuerdo a sus características propias del ejercicio laboral y el estrés varían de una persona a otra, por las características de la tarea. Concluyendo por último da como resultado que existió una correlación significativa a 0.05 directa y fuerte entre la dimensión en relación con la presión y la exigencia y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

A través de un estudio realizado por Campero, De Montis y Gonzales (2012) en Argentina, acerca del Estrés laboral en el personal de enfermería de alto riesgo, cuyo objetivo fue determinar si los licenciados en enfermería manifiestan estrés laboral y a su vez identificar los posibles factores incidentes. Los resultados que se encontraron fueron 30% no percibió estrés laboral, mientras el 70% del personal lo percibió frecuentemente o muy frecuentemente, la sobrecarga de trabajo y la mala distribución de personal son factores que se asocian. En las conclusiones, obtuvieron que una administración adecuada del equipo de trabajo podría ser la solución al estrés laboral y a la exposición de factores desencadenantes del fenómeno.

Con respecto a la hipótesis específica 2, se obtuvo un nivel de significancia fue menor de 0,05, por lo tanto, se determinó que la dimensión factores organizativos, burocráticos se relacionaron significativamente con los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología, por cuanto se rechazó la hipótesis nula. Siendo estos factores inherentes a la institución donde labora considerando la disposición de los turnos de trabajo. Concluyendo por último da como resultado que existe una correlación significativa a 0.05 directa y fuerte entre la dimensión factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

En la investigación de Manrique (2016) titulada *Factores Laborales en relación al nivel de estrés laboral de las licenciadas en enfermería de la unidad de cuidados intensivos neonatales del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión, en Lima-Callao*; se determinó la vinculación entre elementos laborales y nivel de estrés laboral que perciben 30 licenciadas en enfermería, el instrumento utilizados para la variable nivel de estrés laboral fue el Inventario de Maslach Burnout y para la variable factores laborales se utilizó el cuestionario Respuesta emocional al estrés emocional modificado. Los resultados encontrados fueron la existencia de una muy baja relación entre los factores laborales y la categoría del estrés laboral, en cuanto las dimensiones vinculadas con presión y exigencia con el de estrés laboral, presento una muy baja relación; y una relación nula con los factores organizativo y burocrático y ambiental, el profesional enfermero presento un nivel de estrés laboral bajo en un 63,3%(19) y un predominio en los factores laborales organizativo y burocrático y ambiental con 46,7%(14) respectivamente. Sus conclusiones fueron que existió una muy baja correspondencia entre los elementos laborales y la categoría del estrés laboral.

Con respecto a la hipótesis específica 3, se obtuvo un nivel de significancia menor de 0,05, por lo tanto, se determinó que la dimensión factores ambientales se relacionó con los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología del establecimiento de salud, Jesús María 2017, por cuanto se rechazando la hipótesis nula. Considerando que las condiciones físicas externas, los desencadenantes del ambiente físico, que modifican la función del trabajador debido a que alteran la concentración y tranquilidad. Concluyendo por último da como resultado la existencia de una correlación significativa a 0.05 directa fuerte

entre dimensión factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un establecimiento de salud, Jesús María 2017.

Según la Organización Mundial de la Salud (2015), la salud ambiental es la doctrina que abarcan elementos de la salud humana, comprendida la calidad de vida y el confort social, que son definidos por elementos del medio ambiente físicos; químicos, biológicos, sociales y psico-sociales.”

Ruiz, García, Delcos y Benavides (2007) mencionaron que “la conciencia de que un medio ambiente, un medio laboral y domestico deteriorado produce enfermedades

## 11. CONCLUSIONES

Primera: se determinó la existencia de una relación significativa media positiva entre los factores laborales y estilos de vida, con un coeficiente de correlación de 0.626 indicando una correlación nula y  $p= 0.000$  el valor de Significancia (Sig.) (bilateral) por lo tanto es menor (Sig.  $< 0.05$ ), rechazando la hipótesis nula, de lo que se infirió que “a mayor resolución de factores laborales mayor nivel de estilos de vida.

Segunda: se determinó la existencia de una relación significativa media y positiva en los Factores laborales según los factores en relación con la presión y la exigencia

sobre los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología Jesús María 2017,

teniendo un coeficiente de correlación igual a 0.734 indicando una correlación nula.

Tercera : se determinó la existencia de una relación significativa positiva media entre la dimensión factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología, Jesús María 2017, teniendo un coeficiente de correlación 0.721 con el valor de Significancia (Sig.) (bilateral) es igual a 0.000 y 0.000 menor al valor (Sig.  $< 0.05$ ), luego se rechazó la hipótesis nula.

Cuarta : se determinó la existencia de una relación significativa positiva media entre la dimensión factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos,

teniendo un coeficiente de correlación de 0.685 con un valor de Significancia (Sig.) (bilateral) es igual a 0.000 y 0.000 menor al valor (Sig. < 0.05), luego se rechazó la hipótesis nula.

## 12. REFERENCIAS

Hernández S., Fernández C. y Baptista L . (2010). *Metodología de la Investigación*.

México: Mcgraw-Hill.

Frutos J. y Royo. (2006) *Salud pública y epidemiología*. Ediciones Díaz de Santos.

Houtman y Jettinghoff. (2008). *Sensibilizando sobre el estrés laboral en los países en desarrollo*. Coyoacán: Ediciones OMS.

Huber, D. (2004). *Liderazgo y administración en enfermería*. Publicaciones Interamericana.

Mamani, S. B. (2012). *Estilos de vida saludable y prácticas en profesionales de Enfermería del hospital Daniel A. Carrión* (Essalud - calana) Tacna.

Mamani, C.S (2015) *Factores laborales y estilos de vida del personal de salud del Puesto de Salud Santa María, Juliaca*.

Ministerio de la Salud. (2007). *Agenda de Salud para la Américas*.

Panamá [actualizada 03 junio 2008; consultado 11 setiembre 2017].

Disponible en: <http://www.new.paho.org>

Organización Mundial del Trabajo. (2006). *Factores Psicosociales del trabajo*. Revista de la OIT, 5-10.

OPS. (2000). Organización panamericana de la salud. Recuperado el 15 de Marzo de 2015, de sitio web de la organización panamericana de la salud: <http://www.paho.org/per/>

Prada, M. (2007). *La salud laboral*. Libro de salud del Hospital Clinic de Barcelona y la fundación BBVA Barcelona: Editorial Nerea S.A.

Prat, A. (2007). *El estilo de vida como determinante de la salud*. Libro de salud del Hospital Clinic de Barcelona y la fundación BBVA. Barcelona: Editorial Nerea S.A.

Pastor y Adelguer, v. (2005). *Evolución Histórica de los Hospitales*. Gestión

- Hospitalaria (3ra ed.). Madrid: Mc Graw Hill – interamericana.
- Quiroga, I. (2009) *Estilos de vida y condiciones de salud de los enfermeros*. Universidad del Aconcagua, Mendoza.
- Reyes, S (2008). *Factores que intervienen a llevar estilos de vida saludable en el personal de enfermería en los servicios de medicina y cirugía de hombres y mujeres en el Hospital San Benito*. Universidad de San Carlos, Guatemala. Disponible en: <http://biblotecausac.edu.gt/tesis/o5/058550.pdf>. 8
- Ruiz, C. ; García, A. Delclos J y Benavides F(2007). *Salud laboral conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales*. Barcelona: Editorial Masson S.A.
- Sanabria, P. González, L. y Urrego, D. *Estilos de Vida Saludable en profesionales de la Salud Colombianos estudio explicativo*. [Revista en internet] 2007 [consultado el 11 de Octubre del 2012]; 15 (2): 207- 217. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/910/91015208.pdf>
- Zarate y Arita (2014) *Factores laborales que producen estrés en trabajadores Universitarios*.

### 13. RECONOCIMIENTOS

Reconocimiento a la universidad César Vallejo por brindarme la oportunidad de presentar y exponer mi trabajo de investigación para obtener el grado de Maestra en Gestión de los Servicios de la salud y lograr la superación académica y profesional , a mis asesores por darme las pautas a seguir en mi investigación y que tome la forma correcta para poder expresar los resultados y conclusiones de una manera que siga todas las normas establecidas , a mis compañeros por su apoyo incondicional.

## Anexo 2. Matriz de consistencia



<b>MATRIZ DE CONSISTENCIA</b>							
<b>TÍTULO: Factores laborales y Estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, Jesús maría 2017</b>							
<b>AUTOR: Bach.. Zully Elizabeth Pocori Otivo</b>							
<b>PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>				
<p><b>Problema principal:</b> ¿Cuál es la relación que existe entre los factores laborales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de salud, Jesús maría 2017?</p> <p><b>Problemas secundarios:</b> <b>Problema específico 1:</b> ¿Cuál es la relación que existe entre los factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en un Establecimiento de salud, Jesús maría 2017?</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar la relación que existe entre los factores laborales y estilos de vida de los tecnólogos médicos de radiología de un Establecimiento de salud, Jesús maría 2017.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b> <b>Objetivo específico 1</b> Determinar la relación entre los factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos en radiología un Establecimiento de salud , Jesús maría 2017.</p>	<p><b>Hipótesis General</b> Existe una relación entre los factores laborales y estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de salud, Jesús maría 2017.</p> <p><b>Hipótesis Específicos</b> <b>Hipótesis específica 1 :</b> Existe una relación entre los factores relacionados con la presión y la exigencia y los estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos en radiología un Establecimiento de salud , Jesús maría 2017.</p>	<b>Variable 1: Factores laborales</b>				
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de valores</b>	<b>Nivel y Rango</b>
			Factores relacionados con la presión y la exigencia	a) Déficit del personal de salud capacitado b) Brindar atención a más de dos pacientes en la unidad c) Alcanzar objetivos trazados por el grupo de trabajo d) Exigencia laboral por necesidades del servicio e) Personal con escasa experiencia; en proceso de capacitación. f) Sentirse evaluada durante el turno. g) Temor a tomar decisiones equivocadas en situaciones críticas	1  2  3  4  <b>del 5 al 6</b>  7  8   9		Muy poco estresante  Poco estresante  Medio  Altamente estresante
			Factores	a) No cumplimiento de criterios de admisión establecidos en el	9		

<p><b>Problema específico 2:</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre los factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología un Establecimiento de salud, Jesús maría 2017?</p>	<p><b>Objetivo específico 2</b></p> <p>Determinar la relación que existe entre los factores organizativos, burocráticos y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología de un Establecimiento de salud, Jesús maría 2017.</p>	<p><b>Hipótesis específica 2:</b></p> <p>Existe una relación entre los factores organizativos, burocráticos en los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología un Establecimiento de salud , Jesús maría 2017.</p>	<p>organizativos, burocráticos</p>	<p>servicio</p> <p>b) Relación tecnólogo médico – paciente disminuida por sobrecarga laboral</p>	<p>10</p>		
<p><b>Problema específico 3:</b></p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre los factores ambientales y los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología un Establecimiento de salud , Jesús maría 2017?</p>	<p><b>Objetivo específico 3</b></p> <p>Determinar la relación de los factores ambientales en los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología un Establecimiento de salud , Jesús maría 2017.</p>	<p><b>Hipótesis específica 3:</b></p> <p>Existe una relación entre los factores ambientales en los estilos de vida de los tecnólogos médicos en radiología un Establecimiento de salud , Jesús maría 2017.</p>	<p>Factores ambientales</p>	<p>c) Asumir responsabilidades administrativas del jefe inmediato</p> <p>d) Profesionales de salud autoritarios y agresivos.</p> <p>e) Inadecuadas relaciones interpersonales con superiores ,subordinados y demás miembros del equipo de salud .</p> <p>f) Recibir indicaciones contradictorias.</p> <p>g) Escasa confianza restricción de las funciones al personal nuevo.</p> <p>h) Protocolos establecidos sin validar en el servicio.</p> <p>i) Personal inflexible ante situaciones imprevistas.</p> <p>a)Exposición del personal a peligros físicos</p> <p>b) Ruidos ambientales propios de los equipos del servicio</p> <p>c) Inadecuada iluminación respecto</p>	<p>11</p> <p>12</p> <p>13</p> <p>14</p> <p>15</p> <p>16</p> <p>17</p> <p>18</p> <p>18</p> <p>19</p> <p>20</p>		

				<p>al área de trabajo</p> <p>d) Sustancias biológicas peligrosas</p> <p>e) Inadecuada ventilación y nivel de temperatura del área de trabajo en relación al ambiente del paciente</p> <p>f) Mobiliario incómodo e inadecuado</p> <p>g) Servicios con malas condiciones higiénicas Higiénicas</p> <p>h) Inadecuada lugares de almacenamiento de equipos y materiales costosos</p> <p>i) Reducido ambiente de trabajo</p>	<p>21</p> <p>22</p> <p>23</p> <p>24</p> <p>25</p> <p>del 26 al 27</p>		
<b>Variable 2:</b>							
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de valores</b>	<b>Nivel y Rango</b>
			Biológico	<p>a) Alimentación</p> <p>b) Actividades físicas</p> <p>c) Descanso y sueño</p> <p>d) Control de la salud</p>	<p>Del 1 al 11</p> <p>Del 12 al 13</p> <p>Del 14 al 15</p> <p>Del 16 al 21</p>	<p>Siempre (1)</p> <p>Algunas</p>	<p>Saludable (34-85)</p> <p>No</p>
			psicosocial	<p>a) Tiempo de ocio</p> <p>b) Consumo de alcohol, tabaco, etc.</p> <p>c) Manejo del estrés</p>	<p>Del 22 al 24</p> <p>Del 25 al 28</p> <p>Del 29 al 34</p>	<p>Veces (2)</p> <p>Nunca (3)</p>	<p>saludable (86 -136)</p>
<b>TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b>	<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>	<b>ESTADÍSTICA A UTILIZAR</b>				

<p><b>TIPO:</b> Según la finalidad: Investigación básica</p> <p>- Según la secuencia de las observaciones: Transversal</p> <p>- Según el tiempo de ocurrencia: Prospectivo</p> <p>- Según el análisis y alcance de sus resultados: Observacional</p> <p><b>DISEÑO:</b> No experimental</p> <p><b>MÉTODO:</b> Hipotético deductivo</p>	<p><b>POBLACIÓN:</b> Tecnólogos médicos de radiología de un : un Establecimiento de salud, Jesús María. 2017</p> <p><b>TAMAÑO DE MUESTRA:</b> <b>60</b> Estará conformada 60 profesionales de tecnología médica en radiología de un Establecimiento de Salud.</p>	<p><b>Variable 1: Factores laborales</b> <b>Técnicas: ENCUESTA</b> <b>Instrumentos: Cuestionario</b> Respuesta emocional al estrés laboral Autor: Joana Fornes Vives Año: 1994 Monitoreo: Bach. Zully Elizabeth Poci Otivo Ámbito de Aplicación: un Establecimiento de salud, Jesús María. 2017 Forma de Administración: Individual</p> <p><b>Variable 2: Estilos de Vida</b> <b>Técnica: : ENCUESTA</b> <b>Instrumentos: CUESTIONARIO</b> prácticas y creencias sobre estilos de vida, Autor: Walker, Sechrist y Pender (1990) modificado por Arrivillaga, M. Salazar, I. y Gómez, I. Año: (2002) Monitoreo: Bach. Zully Elizabeth Poci Otivo. Ámbito de Aplicación: un Establecimiento de salud, Jesús María 2017 Forma de Administración: Individual</p>	<p><b>DESCRIPTIVA:</b> <b>Para el análisis estadístico se utilizará el programa estadístico SPSS Versión 23.</b> <b>Los datos obtenidos serán presentados en tablas y gráficos de acuerdo a las variables y dimensiones, para luego analizarlos e interpretarlos.</b> Para el contraste de hipótesis se hará uso de la prueba estadística de la correlación de Pearson con un 95% de confianza</p>
---	---	---	--

## Anexo 3 Instrumento para medir la variable 1

### CUESTIONARIO

Introducción: El presente cuestionario tiene como objetivo obtener información sobre los principales factores de riesgo de estrés laboral que percibe en su ámbito de trabajo donde Usted labora. En tal sentido se le solicita responder con veracidad las siguientes proposiciones.

Instrucciones: A continuación se presenta una serie de preguntas los cuales Ud. deberá responder de acuerdo a sus propias experiencias, marcando con un aspa (x) el número que representa según su opinión que elementos o situaciones dentro de su entorno laboral que le generan estrés. Para ello al lado derecho de cada enunciado se presentan las posibilidades que deben marcar según su opinión solo puede marcar una alternativa. Por ejemplo:

1) Déficit del personal capacitado: 0    1    2    3

0= No me ocurre    1= Me ocurre, pero es poco estresante    2= Medianamente estresante    3= Me resulta altamente estresante

Contenido: Preguntas / Alternativas 0 1 2 3

Gracias

### Anexo 3

## Instrumento para medir la variable 2

### INSTRUMENTO

#### PRESENTACIÓN

Estimado (a) Licenciado (a), me encuentro realizando un estudio tipo cuantitativo, método descriptivo. Para lo cual se solicita su colaboración a través de sus respuestas sinceras y veraces, expresando que la información que proporcione es de carácter anónimo y confidencial. Agradezco anticipadamente su participación.

#### INSTRUCCIONES

A continuación se presenta una serie de enunciados que deberá leer y responder marcando la respuesta que Ud. Considere la correcta.

#### DATOS GENERALES

1. Edad: a) 24 – 29 b) 30 – 59 c) 60 a más
  2. Sexo: a) Masculino b) Femenino
  3. Estado civil: a) Soltero b) casado c) conviviente d) viudo
  4. Tiempo de servicio: a) < 3 años b) 4 – 9 años c) > 10 años
  5. Trabaja en otra institución: a) Si b) No
  6. Padece de alguna enfermedad crónica degenerativa: a) No b) Si
- Diabetes:\_\_\_\_\_ Cáncer:\_\_\_\_\_ Hipertensión arterial:\_\_\_\_\_ Enf. Cardiacas:\_\_\_\_\_
- Otro:\_\_\_\_\_

**DATOS ESPECÍFICOS:** Para cada una de las siguientes preguntas responderá según la opción que mejor describa su situación, según la siguiente escala: S = SIEMPRE AV = ALGUNAS VECES N = NUNCA

<b>DIMENSION BIOLÓGICA</b>				
<b>N°</b>	<b>ALIMENTACION</b>	<b>S</b>	<b>AV</b>	<b>N</b>
1	Consume 3 comidas al día: desayuno, almuerzo, cena.			
2	Consume 2 veces en el día productos lácteos como leche, yogur, quesillo o queso fresco, de preferencia semidescremados o descremados			
3	Consume durante el día 5 porciones entre frutas y verduras.			
4	Consume frejoles, garbanzos, lentejas o arvejas al menos 2 veces por semana.			
5	Consume pescado 3 veces por semana.			
6	Consume una vez al día carnes blancas (pollo, gallina, pavo) en guisos o a la plancha, evitando frituras.			
7	Consume carnes rojas (res, chanco, pato) una vez por semana.			
8	Consume diariamente una porción de carbohidratos (arroz, fideos, avena, quinua, trigo).			
9	Consume 8 vasos de agua al día.			
10	Consume grasas (mantequilla, queso crema, carnes grasosas, mayonesas y salsas en general) con qué frecuencia.			
11	Consume comidas fritas y rápidas como pizza, hamburguesa, empanadas, etc. , con qué frecuencia.			
<b>ACTIVIDAD FÍSICA</b>				
12	Hace Ud. ejercicios de 30 minutos al menos tres veces a la semana (correr, caminatas, o juega algún deporte).			
13	Practica ejercicios para el fortalecimiento de sus músculos al menos dos veces por semana (taichi, kun fu, yoga, danza).			
<b>DESCANSO Y SUEÑO</b>				
14	Duerme Ud. de 6 a 8 horas diarias			
15	Después de una guardia nocturna, es frecuente que realice otra actividad como un segundo trabajo, estudios, responsabilidad doméstica			
<b>CONTROL DE LA SALUD</b>				
16	Realiza sus chequeos de salud de forma preventiva una vez cada año.			
17	Cuando se expone al sol, usa protectores solares.			
18	Controla frecuentemente su presión arterial.			
19	Controla frecuentemente su peso corporal			
21	Se examina los senos o testículos en búsqueda de nódulos u otros cambios; y/o realiza exámenes de detección de cáncer de mama, papanicolaou o examen de próstata.			
22	Toma las medidas de bioseguridad necesarias para evitar riesgo biológico en su práctica laboral (batas, guantes, mascarilla, etc.)			

	<b>DIMENSION PSICOSOCIAL</b>			
23	Acude Ud. con frecuencia a eventos y/o reuniones sociales.			
24	Realiza actividades recreativas			
25	Comparte Ud. con su familia en su tiempo libre.			
	<b>CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y OTRAS SUST.</b>			
26	Consume Ud. cigarrillos, con qué frecuencia			
27	Consume Ud. café , con qué frecuencia			
28	Con qué frecuencia consume Ud. bebidas alcohólicas			
29	Consume medicamentos sin prescripción médica (anfetaminas, antidepresivos, antibióticos, antiinflamatorios, analgésicos)			
	<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>			
30	Identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.			
31	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación con las personas que lo rodean, en su entorno laboral, social o familiar.			
32	Con que frecuencia presenta tensión en el cuello y espalda, opresión en el pecho, tensión en mandíbulas.			
33	Cuando Ud. se siente estresado realiza alguna de estas alternativas: medita, realiza ejercicios de relajación y de respiración profunda, otros.			
34	Con frecuencia mantiene relaciones interpersonales que le den satisfacción			

Anexo 4: Validación de instrumentos.

## **CARTA DE PRESENTACIÓN**

Señor: Vertiz Osos, Joaquín

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Me es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de maestría en Gestión de los servicios de la salud de la UCV, en la sede Los Olivos 523- B, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magister en Gestión de Los Servicios De La Salud.

El título nombre de mi tesis de investigación es: Factores laborales y estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología del hospital nacional de un Establecimiento de Salud, Jesús maría 2017, y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de investigación científica.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de Operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

---

Br. Pocori Otivo Zully Elizabeth

D.N.I: 42900089

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE Y DIMENSIONES**

**Variable:** Factores Laborales

### **DIMENSIONES DE LA VARIABLE FACTORES LABORALES**

Huber (2004) menciona que los factores laborales que se encuentran en las organizaciones generan demandas múltiples y conflictivas en el personal de salud. Se experimenta estrés debido a la naturaleza a la labor de las organizaciones que los emplea. Las fuentes del estrés que surgen del trabajo o del ambiente ocupacional se relacionan con la naturaleza intrínseca del trabajo en sí mismo en ambiente laboral específico.

Que la conciencia de que n medio ambiente, un medio laboral y doméstico deteriorado produce enfermedades supone un nuevo escenario **DIMENSIÓN**

### **FACTORES EN RELACIÓN CON PRESIÓN Y EXIGENCIA**

Ruiz, García, Delclos y Benavides (2007) mencionan que el estado de la ocupación generaron efectos muy variados sobre el bienestar físico, mental y emocional, entre los que incluyeron el beneficio del bienestar, formación, autoestima, en todo evento se pudo manifestar que el trabajar con la presión y exigencia es todo aquello que gira entorno laboral ocasionado en el empleo en lugar específico de una empresa, edificaciones y un lugar de trabajo, requieren que el empleado realice unos procedimientos y ocupaciones determinadas en el marco de unas interacciones formalizadas y organizativamente.

### **DIMENSIÓN FACTORES ORGANIZATIVOS, BUROCRÁTICOS**

Según Ruiz, García, Delcos y Benavides (2007) mencionan que los elementos de la organización son aquellos que dan lugar a factores de riesgo psicológicos y sociales, como una elevada demanda, la falta de control o de apoyo social.

### **DIMENSIÓN FACTORES AMBIENTALES**

Ruiz, García, Delclos, & Benavides (2007) mencionan para cometer su estudio y mejoramiento.

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE Y DIMENSIONES**

**Variable:** Estilos de vida

### **DIMENSIONES DE LA VARIABLE ESTILOS DE VIDA**

La OMS (2014) describió que “los modos de vida individuales, que se caracterizaron por patrones de conductas identificados, ejerciendo efectos profundos en el bienestar de un sujeto y en la de los demás. Si el estado de la salud se puede mejorar permitiendo modificar sus hábitos de vida, la acción debe ir dirigida no solamente al individuo, sino también a las condicionantes sociales que interactuaron para producir y mantener estos modelos de comportamiento. Sin embargo, la importancia es reconocer que no existe un estilo de vida “óptimo” al que puedan asociarse todas las personas. (p.7)

#### **DIMENSIÓN BIOLÓGICA**

Conjuntos de actitudes y comportamientos que adoptaron y desarrollaron de manera particular o grupal, las personas para la satisfacción de sus requerimientos básicos como alimentarse, realizar actividades físicas, descanso y sueño, control de la salud.

#### **DIMENSIÓN PISCOSOCIAL**

Grupo de relaciones sociales y de comunicación de gran relevancia en el ámbito social. La manifestación de sociabilidad humana propia, fue el aliciente genético que conlleva a conformar comunidades, generando e interiorizando la cultura. Enfatizó los diversos aspectos que permitieron al individuo la interacción con las demás personas.

## CARTA DE PRESENTACIÓN

Señora : Mg. Pillman Infanzon Estrella

### Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Me es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de maestría en Gestión de los servicios de la salud de la UCV, en la sede Los Olivos 523- B, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magister en Gestión de Los Servicios De La Salud.

El título nombre de mi tesis de investigación es: Factores laborales y estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología del hospital nacional de un Establecimiento de Salud, Jesús maría 2017, y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de investigación científica.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de Operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

---

Br. Pocori Otivo Zully Elizabeth

D.N.I: 42900089

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE Y DIMENSIONES**

**Variable:** Factores Laborales

### **DIMENSIONES DE LA VARIABLE FACTORES LABORALES**

Huber (2004) menciona que los factores laborales que se encuentran en las organizaciones generan demandas múltiples y conflictivas en el personal de salud. Se experimenta estrés debido a la naturaleza a la labor de las organizaciones que los emplea. Las fuentes del estrés que surgen del trabajo o del ambiente ocupacional se relacionan con la naturaleza intrínseca del trabajo en sí mismo en ambiente laboral específico y que la conciencia de que un medio ambiente, un medio laboral y doméstico deteriorado produce enfermedades supone un nuevo escenario.

#### **DIMENSIÓN FACTORES EN RELACIÓN CON PRESIÓN Y EXIGENCIA**

Ruiz, García, Delclos y Benavides (2007) mencionan que el estado de la ocupación generaron efectos muy variados sobre el bienestar físico, mental y emocional, entre los que incluyeron el beneficio del bienestar, formación, autoestima, en todo evento se pudo manifestar que el trabajar con la presión y exigencia es todo aquello que gira entorno laboral ocasionado en el empleo en lugar específico de una empresa, edificaciones y un lugar de trabajo, requieren que el empleado realice unos procedimientos y ocupaciones determinadas en el marco de unas interacciones formalizadas y organizativamente.

#### **DIMENSIÓN FACTORES ORGANIZATIVOS, BUROCRÁTICOS**

Según Ruiz, García, Delcos y Benavides (2007) mencionan que los elementos de la organización son aquellos que dan lugar a factores de riesgo psicológicos y sociales, como una elevada demanda, la falta de control o de apoyo social.

#### **DIMENSIÓN FACTORES AMBIENTALES**

Ruiz, García, Delclos, & Benavides (2007) mencionan para cometer su estudio y mejoramiento.

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE Y DIMENSIONES**

**Variable:** Estilos de vida

### **DIMENSIONES DE LA VARIABLE ESTILOS DE VIDA**

La OMS (2014) describió que “los modos de vida individuales, que se caracterizaron por patrones de conductas identificados, ejerciendo efectos profundos en el bienestar de un sujeto y en la de los demás. Si el estado de la salud se puede mejorar permitiendo modificar sus hábitos de vida, la acción debe ir dirigida no solamente al individuo, sino también a las condicionantes sociales que interactuaron para producir y mantener estos modelos de comportamiento. Sin embargo, la importancia es reconocer que no existe un estilo de vida “óptimo” al que puedan asociarse todas las personas. (p.7)

#### **DIMENSIÓN BIOLÓGICA**

Conjuntos de actitudes y comportamientos que adoptaron y desarrollaron de manera particular o grupal, las personas para la satisfacción de sus requerimientos básicos como alimentarse, realizar actividades físicas, descanso y sueño, control de la salud.

#### **DIMENSIÓN PISCOSOCIAL**

Grupo de relaciones sociales y de comunicación de gran relevancia en el ámbito social. La manifestación de sociabilidad humana propia, fue el aliciente genético que conlleva a conformar comunidades, generando e interiorizando la cultura. Enfatizó los diversos aspectos que permitieron al individuo la interacción con las demás personas.

## CARTA DE PRESENTACIÓN

Señora: Campana Añazco , Teresa .

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Me es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de maestría en Gestión de los servicios de la salud de la UCV, en la sede Los Olivos 523- B, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magister en Gestión de Los Servicios De La Salud.

El título nombre de mi tesis de investigación es: Factores laborales y estilos de vida saludable de los tecnólogos médicos de radiología del hospital nacional de un Establecimiento de Salud, Jesús maría 2017, y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de investigación científica.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de Operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

---

Br. Pocori Otivo Zully Elizabeth

D.N.I: 42900089

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE Y DIMENSIONES**

**Variable:** Factores Laborales

### **DIMENSIONES DE LA VARIABLE FACTORES LABORALES**

Huber (2004) menciona que los factores laborales que se encuentran en las organizaciones generan demandas múltiples y conflictivas en el personal de salud. Se experimenta estrés debido a la naturaleza a la labor de las organizaciones que los emplea. Las fuentes del estrés que surgen del trabajo o del ambiente ocupacional se relacionan con la naturaleza intrínseca del trabajo en sí mismo en ambiente laboral específico.

que la conciencia de que n medio ambiente, un medio laboral y doméstico deteriorado produce enfermedades supone un nuevo escenario **DIMENSIÓN**

### **FACTORES EN RELACIÓN CON PRESIÓN Y EXIGENCIA**

Ruiz, García, Delclos y Benavides (2007) mencionan que el estado de la ocupación generaron efectos muy variados sobre el bienestar físico, mental y emocional, entre los que incluyeron el beneficio del bienestar, formación, autoestima, en todo evento se pudo manifestar que el trabajar con la presión y exigencia es todo aquello que gira entorno laboral ocasionado en el empleo en lugar específico de una empresa, edificaciones y un lugar de trabajo, requieren que el empleado realice unos procedimientos y ocupaciones determinadas en el marco de unas interacciones formalizadas y organizativamente.

### **DIMENSIÓN FACTORES ORGANIZATIVOS, BUROCRÁTICOS**

Según Ruiz, García, Delcos y Benavides (2007) mencionan que los elementos de la organización son aquellos que dan lugar a factores de riesgo psicológicos y sociales, como una elevada demanda, la falta de control o de apoyo social.

### **DIMENSIÓN FACTORES AMBIENTALES**

Ruiz, García, Delclos, & Benavides (2007) mencionan para cometer su estudio y mejoramiento.

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE Y DIMENSIONES**

**Variable:** Estilos de vida

### **DIMENSIONES DE LA VARIABLE ESTILOS DE VIDA**

La OMS (2014) describió que “los modos de vida individuales, que se caracterizaron por patrones de conductas identificados, ejerciendo efectos profundos en el bienestar de un sujeto y en la de los demás. Si el estado de la salud se puede mejorar permitiendo modificar sus hábitos de vida, la acción debe ir dirigida no solamente al individuo, sino también a las condicionantes sociales que interactuaron para producir y mantener estos modelos de comportamiento. Sin embargo, la importancia es reconocer que no existe un estilo de vida “óptimo” al que puedan asociarse todas las personas. (p.7)

#### **DIMENSIÓN BIOLÓGICA**

Conjuntos de actitudes y comportamientos que adoptaron y desarrollaron de manera particular o grupal, las personas para la satisfacción de sus requerimientos básicos como alimentarse, realizar actividades físicas, descanso y sueño, control de la salud.

#### **DIMENSIÓN PISCOSOCIAL**

Grupo de relaciones sociales y de comunicación de gran relevancia en el ámbito social. La manifestación de sociabilidad humana propia, fue el aliciente genético que conlleva a conformar comunidades, generando e interiorizando la cultura. Enfatizó los diversos aspectos que permitieron al individuo la interacción con las demás personas.

Anexo 5: Validación de instrumentos

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE FACTORES LABORALES**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSION FACTORES RELACIONADOS CON LA PRESIÓN Y LA EXIGENCIA</b>							
1	Déficit del personal capacitado	X		X		X		
2	Brindar atención a más de dos pacientes en la unidad	X		X		X		
3	Alcanzar objetivos trazados por el grupo de trabajo	X		X		X		
4	Exigencia laboral por necesidades del servicio	X		X		X		
5	Inseguridad ante procedimiento no conocido.	X		X		X		
6	Personal con escasa experiencia; en proceso de capacitación.	X		X		X		
7	Sentirse evaluado durante el turno.	X		X		X		
8	Temor a decisiones equivocadas en situaciones críticas	X		X		X		
		<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
9	No cumplimiento de criterios de admisión establecidos en el servicio	X		X		X		
10	Relación Tecnólogo médico – paciente disminuida por sobrecarga laboral	X		X		X		
11	Asumir responsabilidades administrativas del jefe inmediato	X		X		X		
12	Profesionales de salud autoritarios y agresivos	X		X		X		
13	Inadecuadas relaciones interpersonales con superiores, subordinados y demás miembros del equipo de salud	X		X		X		
14	Recibir indicaciones contradictorias	X		X		X		
15	Escasa confianza restricción de las funciones al personal nuevo por el responsable	X		X		X		
16	Protocolos establecidos sin validar en el servicio	X		X		X		
17	Personal inflexible ante situaciones imprevistas	X		X		X		
	<b>DIMENSION FACTORES AMBIENTALES</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
18	Exposición del personal a peligros físicos	X		X		X		
19	Ruidos ambientales propios de los equipos del servicio	X		X		X		
20	Inadecuada iluminación respecto al área de trabajo	X		X		X		
21	Sustancias biológicas peligrosas	X		X		X		
22	Inadecuada ventilación y nivel de temperatura del área de trabajo en relación al ambiente del paciente	X		X		X		
23	Mobiliario incómodo e inadecuado	X		X		X		
24	Servicios con malas condiciones higiénicas	X		X		X		
25	Inadecuadas lugares de almacenamiento de equipos y materiales costosos	X		X		X		
26	Reducido ambiente de trabajo	X		X		X		
27	Inadecuados lugares de refrigerio	X		X		X		

## CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE ESTILOS DE VIDA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSION BIOLÓGICA</b>							
	<b>Alimentación</b>							
1	Consume 3 comidas al día: desayuno, almuerzo, cena.	X		X		X		
2	Consume 2 veces en el día productos lácteos como leche, yogur, queso fresco, de preferencia semidescremados o descremados	X		X		X		
3	Consume durante el día 5 porciones entre frutas y verduras.	X		X		X		
4	Consume frejoles, garbanzos, lentejas o arvejas al menos 2 veces por semana.	X		X		X		
5	Consume pescado 3 veces por semana.	X		X		X		
6	Consume una vez al día carnes blancas (pollo, gallina, pavo) en guisos o a la plancha, evitando frituras.	X		X		X		
7	Consume carnes rojas (res, chancho, pato) una vez por semana.	X		X		X		
8	Consume diariamente una porción de carbohidratos (arroz, fideos, avena, quinua, trigo).	X		X		X		
9	Consume 8 vasos de agua al día.	X		X		X		
10	Consume grasas (mantequilla, queso crema, carnes grasosas, mayonesas y salsas en general), con qué frecuencia	X		X		X		
11	Consume comidas fritas y rápidas como pizza, hamburguesa, empanadas, etc, con qué frecuencia	X		X		X		
	<b>Actividad Física</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
12	Hace Ud. ejercicios de 30 minutos al menos tres veces a la semana (correr, caminatas, o juega algún deporte).	X		X		X		
13	Practica ejercicios para el fortalecimiento de sus músculos al menos dos veces por semana (taichi, kun fu, yoga, danza).	X		X		X		
	<b>Descanso y Sueño</b>	X		X		X		
14	Duerme Ud. de 6 a 8 horas diarias	X		X		X		
15	Después de una guardia nocturna, es frecuente que realice otra actividad como un segundo trabajo, estudios, responsabilidad doméstica	X		X		X		
	<b>Control de la Salud</b>	X		X		X		
16	Realiza sus chequeos de salud de forma preventiva una vez cada año.	X		X		X		

17	Cuando se expone al sol, usa protectores solares.	X		X		X	
18	Controla frecuentemente su presión arterial.	X		X		X	
19	Controla frecuentemente su peso corporal	X		X		X	
20	Se examina los senos o testículos en búsqueda de nódulos u otros cambios; y/o realiza exámenes de detección de cáncer de mama, papanicolaou o examen de próstata.	X		X		X	
21	Toma las medidas de bioseguridad necesarias para evitar riesgo biológico en su práctica laboral (batas, guantes, mascarilla, etc.)	X		X		X	
	<b>DIMENSION PSICOSOCIAL</b>						
	<b>Tiempo de ocio</b>						
22	Acude Ud. con frecuencia a eventos y/o reuniones sociales.	X		X		X	
23	Realiza actividades recreativas	X		X		X	
24	Comparte Ud. con su familia en su tiempo libre.	X		X		X	
25	<b>Consumo de alcohol, tabaco y otras sust.</b>	X		X		X	
26	Con qué frecuencia consume Ud. cigarrillos	X		X		X	
27	Con qué frecuencia consume Ud. café	X		X		X	
28	Con qué frecuencia consume Ud. bebidas alcohólicas	X		X		X	
29	Consume medicamentos sin prescripción médica (anfetaminas, antidepresivos, antibióticos, antiinflamatorios, analgésicos)	X		X		X	
	<b>Manejo del estrés</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
30	Identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida	X		X		X	
31	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación con las personas que lo rodean, en su entorno laboral, social o familiar.	X		X		X	
32	Con que frecuencia presenta tensión en el cuello y espalda, opresión en el pecho, tensión en mandíbulas.	X		X		X	
33	Cuando Ud. se siente estresado realiza alguna de estas alternativas: medita, realiza ejercicios de relajación y de respiración profunda, otros.	X		X		X	
34	Con frecuencia mantiene relaciones interpersonales que le den satisfacción	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable     Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg: Vera Torres, Joaquín    DNI: 16735482

Especialidad del validador: Metodólogo - Dr. en Ciencias

.....de marzo del 2018

  
Firma del Experto Informante.  
Especialidad

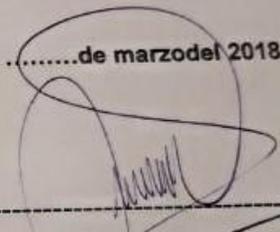
Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable     Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg: Verde Osorio, Joaquin    DNI: 16735482

Especialidad del validador: Metodólogo - Dr. en Ciencias

.....de marzo del 2018

  
-----  
Firma del Experto Informante.  
Especialidad

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE FACTORES LABORALES

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>DIMENSION FACTORES RELACIONADOS CON LA PRESIÓN Y LA EXIGENCIA</b>								
1	Déficit del personal capacitado	✓		✓		✓		
2	Brindar atención a más de dos pacientes en la unidad	✓		✓		✓		
3	Alcanzar objetivos trazados por el grupo de trabajo	✓		✓		✓		
4	Exigencia laboral por necesidades del servicio	✓		✓		✓		
5	Inseguridad ante procedimiento no conocido.	✓		✓		✓		
6	Personal con escasa experiencia; en proceso de capacitación.	✓		✓		✓		
7	Sentirse evaluado durante el turno.	✓		✓		✓		
<b>DIMENSIÓN FACTORES BUROCRATICOS Y ORGANIZATIVOS</b>								
9	No cumplimiento de criterios de admisión establecidos en el servicio	✓		✓		✓		
10	Relación Tecnólogo médico – paciente disminuida por sobrecarga laboral	✓		✓		✓		
11	Asumir responsabilidades administrativas del jefe inmediato	✓		✓		✓		
12	Profesionales de salud autoritarios y agresivos	✓		✓		✓		
13	Inadecuadas relaciones interpersonales con superiores , subordinados y demás miembros del equipo de salud	✓		✓		✓		
14	Recibir indicaciones contradictorias	✓		✓		✓		
15	Escasa confianza restricción de las funciones al personal nuevo por el responsable	✓		✓		✓		
16	Protocolos establecidos sin validar en el servicio	✓		✓		✓		
17	Personal inflexible ante situaciones imprevistas	✓		✓		✓		
<b>DIMENSION FACTORES AMBIENTALES</b>								
18	Exposición del personal a peligros físicos	✓		✓		✓		
19	Ruidos ambientales propios de los equipos del servicio	✓		✓		✓		
20	Inadecuada iluminación respecto al área de trabajo	✓		✓		✓		
21	Sustancias biológicas peligrosas	✓		✓		✓		
22	Inadecuada ventilación y nivel de temperatura del área de trabajo en relación al ambiente del paciente	✓		✓		✓		
23	Mobiliario incómodo e inadecuado	✓		✓		✓		
24	Servicios con malas condiciones higiénicas	✓		✓		✓		
25	Inadecuadas lugares de almacenamiento de equipos y materiales costosos	✓		✓		✓		
26	Reducido ambiente de trabajo	✓		✓		✓		
27	Inadecuados lugares de refrigerio	✓		✓		✓		

Anexo 5: Validación de instrumentos

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE ESTILOS DE VIDA**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSION BIOLÓGICA</b>							
	<b>Alimentación</b>							
1	Consume 3 comidas al día: desayuno, almuerzo, cena.	✓		✓		✓		
2	Consume 2 veces en el día productos lácteos como leche, yogur, quesillo o queso fresco, de preferencia semidescremados o descremados	✓		✓		✓		
3	Consume durante el día 5 porciones entre frutas y verduras.	✓		✓		✓		
4	Consume frejoles, garbanzos, lentejas o arvejas al menos 2 veces por semana.	✓		✓		✓		
5	Consume pescado 3 veces por semana.	✓		✓		✓		
6	Consume una vez al día carnes blancas (pollo, gallina, pavo) en guisos o a la plancha, evitando frituras.	✓		✓		✓		
7	Consume carnes rojas (res, chancho, pato) una vez por semana.	✓		✓		✓		
8	Consume diariamente una porción de carbohidratos (arroz, fideos, avena, quinua, trigo).	✓		✓		✓		
9	Consume 8 vasos de agua al día.	✓		✓		✓		
10	Consume grasas (mantequilla, queso crema, carnes grasosas, mayonesas y salsas en general), con qué frecuencia	✓		✓		✓		
11	Consume comidas fritas y rápidas como pizza, hamburguesa, empanadas, etc, con qué frecuencia	✓		✓		✓		
	<b>Actividad Física</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
12	Hace Ud. ejercicios de 30 minutos al menos tres veces a la semana (correr, caminatas, o juega algún deporte).	✓		✓		✓		
13	Practica ejercicios para el fortalecimiento de sus músculos al menos dos veces por semana (taichi, kun fu, yoga, danza).	✓		✓		✓		
	<b>Descanso y Sueño</b>	✓		✓		✓		
14	Duerme Ud. de 6 a 8 horas diarias	✓		✓		✓		
15	Después de una guardia nocturna, es frecuente que realice otra actividad como un segundo trabajo, estudios, responsabilidad doméstica	✓		✓		✓		
	<b>Control de la Salud</b>	✓		✓		✓		
16	Realiza sus chequeos de salud de forma preventiva una vez cada año.	✓		✓		✓		

17	Cuando se expone al sol, usa protectores solares.	✓		✓		✓	
18	Controla frecuentemente su presión arterial.	✓		✓		✓	
19	Controla frecuentemente su peso corporal	✓		✓		✓	
20	Se examina los senos o testículos en búsqueda de nódulos u otros cambios; y/o realiza exámenes de detección de cáncer de mama, papanicolaou o examen de próstata.	✓		✓		✓	
21	Toma las medidas de bioseguridad necesarias para evitar riesgo biológico en su práctica laboral (batas, guantes, mascarilla, etc.)	✓		✓		✓	
	<b>DIMENSION PSICOSOCIAL</b>						
	<b>Tiempo de ocio</b>						
22	Acude Ud. con frecuencia a eventos y/o reuniones sociales.	✓		✓		✓	
23	Realiza actividades recreativas	✓		✓		✓	
24	Comparte Ud. con su familia en su tiempo libre.	✓		✓		✓	
25	<b>Consumo de alcohol, tabaco y otras sust.</b>	✓		✓		✓	
26	Con qué frecuencia consume Ud. cigarrillos	✓		✓		✓	
27	Con qué frecuencia consume Ud. café	✓		✓		✓	
28	Con qué frecuencia consume Ud. bebidas alcohólicas	✓		✓		✓	
29	Consumo medicamentos sin prescripción médica (anfetaminas, antidepresivos, antibióticos, antiinflamatorios, analgésicos)	✓		✓		✓	
	<b>Manejo del estrés</b>						
		<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
30	Identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida	✓		✓		✓	
31	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación con las personas que lo rodean, en su entorno laboral, social o familiar.	✓		✓		✓	
32	Con que frecuencia presenta tensión en el cuello y espalda, opresión en el pecho, tensión en mandíbulas.	✓		✓		✓	
33	Cuando Ud. se siente estresado realiza alguna de estas alternativas: medita, realiza ejercicios de relajación y de respiración profunda, otros.	✓		✓		✓	
34	Con frecuencia mantiene relaciones interpersonales que le den satisfacción	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay Suficiencia

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable     Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

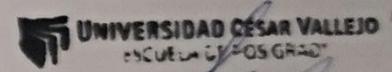
Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg: Pillman Infanzon Rosa Estelle    DNI: 40885280

Especialidad del validador: Mg. Gestión de los Servicios de la Salud

- <sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- <sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- <sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

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

.....de diciembre del 2017



Pillman Infanzon Rosa Estelle  
Magister en Gestión de los Servicios de la Salud

Firma del Experto Informante.  
Especialidad

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable     Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg: Pillman Jefferson Rosa E.    DNI: 910885280

Especialidad del validador: Mg. Gestión de los Servicios de la Salud.

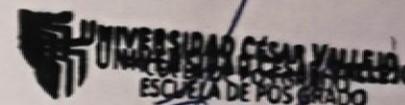
<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

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

.....de diciembre del 2017



*[Firma manuscrita]*  
Mag. *[Nombre]*  
Magister en Gestión de los Servicios de la Salud

Firma del Experto Informante.

Especialidad

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE ESTILOS DE VIDA**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSION BIOLÓGICA</b>							
	<b>Alimentación</b>							
1	Consume 3 comidas al día: desayuno, almuerzo, cena.	X		X		X		
2	Consume 2 veces en el día productos lácteos como leche, yogur, quesillo o queso fresco, de preferencia semidescremados o descremados	X		X		X		
3	Consume durante el día 5 porciones entre frutas y verduras.	X		X		X		
4	Consume frejoles, garbanzos, lentejas o arvejas al menos 2 veces por semana.	X		X		X		
5	Consume pescado 3 veces por semana.	X		X		X		
6	Consume una vez al día carnes blancas (pollo, gallina, pavo) en guisos o a la plancha, evitando frituras.	X		X		X		
7	Consume carnes rojas (res, chancho, pato) una vez por semana.	X		X		X		
8	Consume diariamente una porción de carbohidratos (arroz, fideos, avena, quinua, trigo).	X		X		X		
9	Consume 8 vasos de agua al día.	X		X		X		
10	Consume grasas (mantequilla, queso crema, carnes grasosas, mayonesas y salsas en general), con qué frecuencia	X		X		X		
11	Consume comidas fritas y rápidas como pizza, hamburguesa, empanadas, etc, con qué frecuencia	X		X		X		
	<b>Actividad Física</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
12	Hace Ud. ejercicios de 30 minutos al menos tres veces a la semana (correr, caminatas, o juega algún deporte).	X		X		X		
13	Practica ejercicios para el fortalecimiento de sus músculos al menos dos veces por semana (taichi, kun fu, yoga, danza).	X		X		X		
	<b>Descanso y Sueño</b>	X		X		X		
14	Duerme Ud. de 6 a 8 horas diarias	X		X		X		
15	Después de una guardia nocturna, es frecuente que realice otra actividad como un segundo trabajo, estudios, responsabilidad doméstica	X		X		X		

	<b>Control de la Salud</b>	X		X		X	
16	Realiza sus chequeos de salud de forma preventiva una vez cada año.	X		X		X	
17	Cuando se expone al sol, usa protectores solares.	X		X		X	
18	Controla frecuentemente su presión arterial.	X		X		X	
19	Controla frecuentemente su peso corporal	X		X		X	
20	Se examina los senos o testículos en búsqueda de nódulos u otros cambios; y/o realiza exámenes de detección de cáncer de mama, papanicolaou o examen de próstata.	X		X		X	
21	Toma las medidas de bioseguridad necesarias para evitar riesgo biológico en su práctica laboral (batas, guantes, mascarilla, etc.)	X		X		X	
	<b>DIMENSION PSICOSOCIAL</b>						
	<b>Tiempo de ocio</b>						
22	Acude Ud. con frecuencia a eventos y/o reuniones sociales.	X		X		X	
23	Realiza actividades recreativas	X		X		X	
24	Comparte Ud. con su familia en su tiempo libre.	X		X		X	
25	<b>Consumo de alcohol, tabaco y otras sust.</b>	X		X		X	
26	Con qué frecuencia consume Ud. cigarrillos	X		X		X	
27	Con qué frecuencia consume Ud. café	X		X		X	
28	Con qué frecuencia consume Ud. bebidas alcohólicas	X		X		X	
29	Consume medicamentos sin prescripción médica (anfetaminas, antidepresivos, antibióticos, antiinflamatorios, analgésicos)	X		X		X	
	<b>Manejo del estrés</b>	Si	No	Si	No	Si	No
30	Identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida	X		X		X	
31	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación con las personas que lo rodean, en su entorno laboral, social o familiar.	X		X		X	
32	Con que frecuencia presenta tensión en el cuello y espalda, opresión en el pecho, tensión en mandíbulas.	X		X		X	
33	Cuando Ud. se siente estresado realiza alguna de estas alternativas: medita, realiza ejercicios de relajación y de respiración profunda, otros.	X		X		X	
34	Con frecuencia mantiene relaciones interpersonales que le den satisfacción	X		X		X	

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable [ ]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Campana Anasco Teresa

DNI: 31035336

Especialidad del validador: Metodólogo

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

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

18 de Mayo del 20 17

Campana  
Firma del Experto Informante.



## Anexo 6: Consentimiento de la institución donde aplico el estudio

