



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Nivel de estrés en adolescentes gestantes - Asociación Los
Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

AUTORAS:

Bautista Atunca, Clara Vanessa (ORCID: 0000-0002-9845-4056)

Marcelo Salsavilca, Manyuri Raquel (ORCID: 0000-0002-8583-9686)

ASESORA:

Mg. De La Cruz Ruiz, María Angélica (ORCID: 0000-0003-1392-5806)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LIMA – PERÚ

2021

Dedicatoria

A Dios por su inmensa sabiduría y amor sobre todas las cosas, a nuestros padres por el sostén inigualable, a nuestros familiares por su apoyo incondicional y a nuestros amigos.

Las autoras.

Agradecimiento

Agradecimiento especial a nuestras docentes del curso de desarrollo del proyecto de investigación: Mg. María Angélica De La Cruz Ruiz y Mg. Nadia Liany Zegarra León de quienes estamos muy agradecidas y con todo el cariño que merecen les damos las gracias eternas por conducirnos a la realización y materialización de esta investigación.

Las autoras.

Índice de contenidos

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de gráficos	v
Resumen	vi
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	13
3.1. Tipo y diseño de investigación	13
3.2. Variables y operacionalización	13
3.3. Población, muestra y muestreo	14
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	14
3.5. Procedimientos	15
3.6. Método de análisis de datos	16
3.7. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS	18
V. DISCUSIÓN	21
VI. CONCLUSIONES	25
VII. RECOMENDACIONES	26
REFERENCIAS	27
ANEXOS	33

Índice de gráficos

	Pág.
Gráfico 1 Nivel de estrés en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021	18
Gráfico 2 Nivel de estrés fisiológico en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021	19
Gráfico 3 Nivel de estrés psicológico en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021	20

Resumen

Esta investigación titulada “Nivel de estrés en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021” se planteó con el objetivo determinar el nivel de estrés en adolescentes gestantes, y bajo ese propósito se abordó la metodología desde el enfoque cuantitativo basados en el diseño no experimental de corte transversal y de nivel descriptivo teniendo como muestra a 35 adolescentes gestantes. De acuerdo con los resultados obtenidos y en concordancia con los objetivos se ha logrado determinar que el 60% de las adolescentes gestantes evidenciaron niveles altos de estrés frente al 40% que presentaron un nivel regular; respecto a la dimensión fisiológica el 60% de las adolescentes embarazadas presentaron niveles altos de estrés y en la dimensión psicológica el 51.43% de las adolescentes gestantes presentaron niveles altos de estrés; concluyendo que el nivel de estrés de las adolescentes gestantes en la Asociación Los Olivos de San Antonio de Huarochirí es alto.

Palabras clave: adolescente, embarazo, estrés.

Abstract

This research entitled "Level of stress in pregnant adolescents - Los Olivos Association, San Antonio, Huarochirí 2021" was proposed with the objective of determining the level of stress in pregnant adolescents, and under that purpose the methodology was approached from a quantitative approach based on the non-experimental design of a cross-sectional and descriptive level with 35 pregnant adolescents as a sample. According to the results obtained and in accordance with the objectives, it has been determined that 60% of pregnant adolescents showed high levels of stress compared to 40% who presented a regular level; Regarding the physiological dimension, 60% of the pregnant adolescents presented high levels of stress and in the psychological dimension, 51.43% of the pregnant adolescents presented high levels of stress; concluding that the stress level of pregnant adolescents in the Los Olivos de San Antonio de Huarochirí Association is high.

Keywords: adolescent, pregnancy, stress.

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el estrés, es un problema que afecta el bienestar emocional de las personas y su efecto prolongado es causa de diversos malestares de tipo muscular, corporal, articular, y otros;¹ en las adolescentes embarazadas, el estrés no solo representa afectaciones fisiológicas (tensión, dolor muscular, fatiga, etcétera), sino también repercute a su estado emocional (desmotivación, irritabilidad, tristeza, etcétera).²

Cuando una joven adolescente queda embarazada no solo experimenta cambios fisiológicos propios de su desarrollo sino también, experimenta situaciones sumamente estresantes, agobiantes que cambian su estado de ánimo, pudiendo generar manifestaciones depresivas durante su embarazo; a todo esto, las adolescentes embarazadas también tienen que hacer frente a cuestionamientos de las personas más cercanas como familiares y de la sociedad.³

En el 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha estimado que aproximadamente un millón son madres adolescentes menores de 15 años, y que 15 millones son madres adolescentes entre los 15 y 19 años; señalando además que estos embarazos suceden generalmente en países con ingresos bajos y medianos; y ocurren con mayor probabilidad en comunidades pobres, rurales, alejadas de la ciudad, en lugares donde existe poca educación sexual y en muchos casos, estos embarazos fueron producto de relaciones sexuales forzadas.⁴

De acuerdo con lo publicado en 2020 por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) uno de cada diez embarazos ocurre en adolescentes en los países centroamericanos tales como Nicaragua, Guatemala, República Dominicana entre otros y, está considerada como la segunda tasa de fecundidad precoz seguida de los países africanos.⁵

En América Latina, aproximadamente cuatro de cada cinco mujeres adolescentes tienen un embarazo no deseado revelando el grave problema social.⁶ En una investigación realizada en el Ecuador, las adolescentes embarazadas de entre 15 y 19 años de edad manifestaron haber sentido frustración y afectaciones

psicológicas; así mismo, un 72% de estas jóvenes, han sentido que fracasaron en sus proyectos de vida.⁷

En el Perú, según la encuesta de salud demográfica y salud familiar (ENDES) realizada en 2017 en el Perú, el 13.4% de las adolescentes, se embaraza prematuramente incrementando de esta forma el riesgo de mortalidad, así como también consecuencias sociales;⁸ y desde enero a setiembre del 2020 en plena pandemia Covid 19, según el Registro del Nacido Vivo del MINSA, se registraron 33 000 partos en adolescentes jóvenes de los cuales 20 fueron niñas menores a 10 años.⁹

Según un estudio publicado en 2020 por el INEI, sobre la maternidad de adolescentes, en adolescentes menores de 15 años durante el 2018 presentó una incidencia de partos por cesárea del 42%; y en adolescentes de entre 15 y 19 años, la incidencia fue del 24.8%.¹⁰

En el informe del POI 2019 de la Red de Salud de Huarochirí se ha revelado que existen deficiencias en la atención salud materno neonatal, dado que no se puede realizar seguimiento a las madres gestantes, hay carencia de equipos de ecografía y otros, además de que también existe falta de profesionales obstetras y de enfermería.¹¹

En la Asociación Los Olivos, San Antonio de Huarochirí, las adolescentes embarazadas fueron empadronadas por los dirigentes de esa comunidad y en su manifestación, las adolescentes revelaron sentirse frustradas por la poca o escasa ayuda de la familia, esto es, por la carencia de ayuda económica, y porque se encuentran solas (sin pareja, familia o amistades) que ayuden a afrontar la situación de agobio, originando así problemas de estrés y ansiedad.

De no resolver el problema del estrés, se corre el riesgo de que las adolescentes embarazadas sufran de partos prematuros poniendo en peligro su salud y la de su hijo.¹²

Por lo anteriormente expuesto se formula el siguiente problema general de la investigación: ¿Cuál es el nivel de estrés de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021?; del mismo modo, se han planteado los siguientes problemas específicos: ¿Cuál es el nivel de estrés

fisiológico en las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021?; ¿Cuál es el nivel de estrés psicológico en las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021?

Esta investigación se justifica teóricamente dado que se realizó una revisión de la literatura para comprender la problemática desde la reflexión de las teorías que explican el estrés que afectan a un grupo en particular, es decir, a las embarazadas adolescentes.

En la actualidad no se le da la debida valoración al problema de la salud mental durante el embarazo, pero según la literatura revisada, el estrés durante el embarazo influye en la salud de la madre gestante y en la del feto;¹³ y, mientras menor sea la edad de la adolescente embarazada mucho mayor será el riesgo en la salud.¹⁴

También, esta investigación tiene justificación práctica debido a que los resultados de la investigación basados en el tema del estrés en adolescentes embarazadas permitirán una mejor visión diagnóstica acerca del problema y en base a esta evidencia, permitirá elaborar estrategias integrando a los padres de familia, directores de escuela, profesores, profesionales de la salud, autoridades, etcétera y así lograr un impacto positivo en la sociedad.

Con lo anteriormente desarrollado, se ha planteado como objetivo general: determinar el nivel de estrés de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021; del mismo modo, se han planteado los siguientes objetivos específicos: identificar el nivel de estrés fisiológico de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021; identificar el nivel de estrés psicológico de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021.

II. MARCO TEÓRICO

Rojas¹⁵ en el 2019 en Lima, realizó una investigación con el objetivo de determinar el nivel de las estrategias de afrontamiento del estrés; este estudio fue de tipo básica, de diseño no experimental y de alcance descriptivo, con una muestra conformada por 35 primigestas, y cuyos resultados han dado cuenta que el 51% de las entrevistadas manifestaron un nivel moderado de afrontamiento del estrés, frente a un 49% de jóvenes adolescentes que presentaron un nivel bajo de estrategias del afrontamiento; concluyendo de esta forma que hay un nivel predominante de estrés del 66% en las adolescentes embarazadas debido principalmente al miedo, a la vergüenza y otras emociones que estas experimentan durante el embarazo.

De igual manera, Vargas¹⁶ en el 2018 en Chachapoyas, en su tesis se planteó como objetivo determinar el nivel de estrés en adolescentes embarazadas; y con ese fin, esta investigación fue desarrollada basándose en los diseños no experimentales transversales y de alcance descriptivo con una muestra considerada de 40 jóvenes embarazadas, y cuyos resultados dan cuenta de que un 37.5% de las adolescentes presentaron un nivel alto de estrés, frente al 62.5% de ellas que presentaron un nivel de estrés moderado; y por lo que respecta al estrés en la dimensión fisiológica el 65% de las jóvenes presentaron estrés bajo; y en cuanto a la dimensión psicológica, el 82% presentaron estrés moderado; concluyendo en esta investigación que las jóvenes embarazadas presentan predominantemente estrés moderado.

Quispe y Maza¹⁷ en el 2020 en Tarapoto, realizaron una investigación con el objetivo de establecer la relación entre el estrés y el parto prematuro de adolescentes y con ese fin esta investigación fue abordada bajo el diseño no experimental de alcance correlacional y con una muestra conformada por 90 adolescentes y como resultados a nivel descriptivo en relación con el estrés, los autores han revelado que el 87.8% de las adolescentes presentaron un nivel agudo de estrés; y, el 12.2% de las jóvenes manifestaron un estrés de nivel crónico.

De igual manera, Guevara¹⁸ en 2018 en Lima en su investigación se planteó como objetivo determinar la relación entre calidad de vida y modos de afrontamiento al estrés en adolescentes embarazadas llevándose a cabo la investigación bajo el de diseño no experimental transversal y correlacional con una muestra conformada por 350 adolescentes y en cuanto a los resultados descriptivos del afrontamiento del estrés, se encuentran la planificación de actividades, búsqueda de soporte emocional, negación, etcétera cuyos Desviaciones Estándar se encuentran entre 25 y 30.

En cuanto a las aportaciones de orden internacional, se cuentan con los siguientes trabajos académicos:

Bonilla¹⁹ en el 2021 en Colombia, en su investigación se planteó como objetivo comparar como el estrés, y la ansiedad se presentan en dos grupos y con este fin el enfoque metodológico seguido por esta investigación fue de diseño no experimental y descriptivo comparativo, con una muestra conformada por 125 adolescentes embarazadas y 124 no embarazadas, y los resultados de esta investigación dan cuenta de una mayor prevalencia de estrés en mujeres adolescentes embarazadas del 73.6% y el investigador ha concluido que son las madres gestantes quienes presentaron mayor estrés.

También, Bárcena²⁰ en el 2017 en México, en su investigación se planteó como objetivo conocer el grado de estrés y de los factores estresores en jóvenes embarazadas y con ese fin, esta investigación fue desarrollada siguiendo el diseño no experimental y de alcance descriptivo con una muestra compuesta por 27 adolescentes cuyas edades fueron comprendidas entre 12 y 19; y como resultados de esta investigación el autor ha revelado que un 59.3% de las jóvenes gestantes presentaron estrés; el 44.4% presentaron crisis severa, el 51.3% presentaron crisis moderada y de acuerdo a la edad no se halló evidencia estadística significativa que la vincula con el estrés; concluyendo que, debido a los altos niveles de estrés, las adolescentes se encuentran en alto riesgo de morbimortalidad.

Por su parte, Cantillo y col²¹ en el 2016 en Colombia, en su investigación se plantearon como objetivo describir las particularidades o características del estrés

maternal en adolescentes; y su desarrollo se basó en el diseño no experimental de corte transversal y de alcance descriptivo con una muestra de 100 adolescentes embarazadas institucionalizadas y 60 no institucionalizadas; y en cuanto a los resultados de esta investigación, el investigador ha dado cuenta de existe una diferencia significativa (p menor que 0.05) en cuanto al estrés que presentan las adolescentes embarazadas institucionalizadas de las que no estuvieron institucionalizadas; esto es, las primeras en un porcentaje de 17.4% presentaron alto nivel de estrés, y las no institucionalizadas en un porcentaje de 82.6% presentaron altos niveles de estrés; concluyendo que el estrés afecta más a embarazadas no institucionalizadas porque no reciben la atención que requieren.

Por su parte, Plaza y Sagbay²² en 2017 en el Ecuador realizaron una investigación titulada se planteó como objetivo determinar el nivel de estrés en mujeres y con este fin esta investigación es de diseño descriptivo y con una muestra compuesta por 122 gestantes; y en cuanto a los resultados descriptivos de esta investigación el 8.2% de adolescentes entre 15 y 18 años presentaron estrés leve, y el 11.5% presentaron estrés moderado.

De igual manera López y col²³ en el 2019 en México, realizaron una investigación y se plantearon analizar los estilos de afrontamiento y nivel de estrés de las madres adolescentes y con ese fin, esta investigación fue abordada desde el enfoque cuantitativo de diseño no experimental observacional y con un muestreo por conveniencia igual a 88 adolescentes cuyos resultados revelaron que existe niveles altos de estrés relacionados con el rol materno.

Históricamente el estrés tiene su origen con la aparición del hombre, y lo que motivó su evolución podría explicarse con el estrés positivo que es una forma de estrés que surge como respuesta ante un peligro; luego en Egipto cuando reinaba Tutankamón se evidencio que las personas de esa época sufrían de tensiones y presiones; y más tarde, para el siglo XVII se asociaba la tensión con el estrés; posteriormente el estrés fue asociado a la ingeniería que explicaba la teoría de la elasticidad y desde entonces el estrés se ha estudiado con mayor profundidad.²⁴

El estrés es un hecho que está presente en nuestras vidas, y es algo que no puede evitarse, ya que en cualquier momento todos podemos sufrir de estrés ya sean por cambios de adaptación, por sucesos negativos, entre otros que causan un estrés negativo, o situaciones como el ascenso en el trabajo, la nueva responsabilidad de ser madre o padre, que son situaciones estresantes positivas.²⁵

Se dice que cuando una persona está estresada es porque tiene demasiados problemas o dificultades, sin embargo, también una persona está estresada cuando no tiene capacidad para manejar las situaciones estresantes.²⁶

Cuando se hace referencia al estrés se piensa que es una enfermedad responsable de muchos malestares, sin embargo, también puede ser positiva y ha sido denominado o conocido como Eustress; a diferencia del estrés negativo o distrés.²⁷

Por lo que respecta al estrés positivo, este es un estrés de tipo benéfico, pues hace que las personas reaccionen y de esta reacción existe un impulso para superar dificultades que ayudan a las personas a mejorar su propio desarrollo personal, por lo que son capaces de mejorar su estado de ánimo y equilibrarse; y en cuanto al estrés de tipo negativo, este hace referencia o se vincula con la incapacidad de que la persona pueda responder adecuadamente a los estímulos; y es causa de la poca capacidad para resolver situaciones de la vida cotidiana.²⁸

Desde la óptica de Juárez²⁹ la denominación de estrés del francés *distresse* deriva etimológicamente del latín *strictus* que significa ajustado; y en la actualidad el estrés hace referencia a tres tipos de respuesta; esto es, su explicación se debe a respuestas fisiológicas, psicológicas y conductuales.

Para Fuertes²⁶ el estrés se puede explicar desde tres perspectivas: la primera hace referencia al hecho o circunstancia por el cual la persona sufre un estímulo provocando una respuesta a lo que acontece; la segunda, explica una reacción de tipo fisiológica como respuesta a lo que se denomina agente estresor, agente que puede ser ambiental o personal; y, la tercera lo conforma la relación de tipo transaccional entre el estímulo y la respuesta y que puede ser percibido como un estresante.

El estudio del estrés se aborda generalmente desde tres enfoques: a) la tradición ambiental que hace referencia a todo lo que acontece de forma externa y que confronta al hombre, por lo que el hombre requiere de adaptación al entorno; b) la tradición psicológica que se refiere a los recursos con los que cuenta el hombre para hacer frente a las demandas producto de evaluaciones subjetivas; y, c) la tradición biológica que explica el estrés desde el punto de vista de los sistemas biológicos.³⁰

El estrés también se puede definir como la situación en la que existe demandas internas como son los propios deseos y aspiraciones de las personas, y también existen demandas externas como son exigencias a las cuales las personas están sometidas o influenciadas; y del global de ambas demandas, es que el estrés aparece porque se superó la capacidad de respuesta de la persona.³¹

El estrés debido a la intensidad con que se manifiesta sobre las personas, presenta matices que van a diferenciarse en función del período y la permanencia o duración o prolongación del estrés; de esta forma, el estrés agudo es el que presenta mayor intensidad, el estrés episódico, es aquel que se presenta de forma periódica, y el estrés crónico que es un tipo de estrés permanente haciendo necesario la ayuda para poder hacerla frente.³²

Por lo que respecta a las fases o etapas del estrés, se distinguen tres fases: la primera es la fase de alarma, que se activa inmediatamente se percibe que hay una amenaza o un estresor, y el organismo activa el sistema nervioso simpático para combatir la amenaza, y aunque esta fase no es perjudicial, si hay que tener presente si se produce una resistencia, que viene a ser su segunda fase que viene a ser una extensión de la primera fase, cuando no se logró superar a la adversidad desbordándose hasta llegar a una fase de agotamiento, etapa en la cual, ya no existe ninguna capacidad de respuesta y es en esta fase que ya se presentan síntomas de alteraciones psicosomáticas.³³

Cuando una persona se estresa se producen dos fases: a) la fase de tensión o rompimiento del estado de homeostasis y, b) producto de la respuesta de tipo fisiológico del organismo surge la fase de restablecimiento del estado

homeostático que implica que el organismo invierta energía para conseguir ese propósito.³⁴

En la actualidad el embarazo precoz es un problema social, pero en las culturas antiguas como la romana aproximadamente en 445 a.c. las niñas mayores de 12 años se podían casar y como consecuencia de embarazos se presentaban muchos casos de complicaciones en el parto llevando a la muerte prematura; en la cultura Azteca también existía los casos en el que las mujeres entre los 15 y 18 años podían casarse iniciando su vida sexual prematuramente.³⁵

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha establecido que la adolescencia es una etapa de la vida que comprende entre los 10 y 19 años de edad, del mismo modo, ha definido el embarazo adolescente cuando este se produce durante los dos primeros años de la edad ginecológica; y, en el Perú, la maternidad adolescente está empezando a los 11 años.³⁶

En la etapa de adolescencia, las mujeres empiezan a adquirir algunas conductas de riesgo como el inicio sexual temprano y las relaciones íntimas sin consideración de protección alguna, o sin aplicación de algún método de anticoncepción; a todo ello las malas o deficientes políticas de estado terminan por ahondar el problema del embarazo.¹⁸

Para el Ministerio de Salud (MINSA), definir la adolescencia es una situación compleja ya que intervienen en ella, la madurez física, emocional y cognitiva; y una serie de factores; pero tomando en cuenta el inicio de la pubertad, en las niñas ocurren aproximadamente a los 12 años de edad con su primera menstruación, sin embargo, hay muchos casos en los que la primera menstruación ocurren a los 8 años de edad.³⁷

Si bien es cierto, las adolescentes embarazadas enfrentan situaciones propias de su desarrollo, también deben de hacer frente al escenario en el que se encuentran, dado que un embarazo requiere de responsabilidad, y, sumado a esto, su preocupación está puesta también de la parte económica y social que contribuyen a la afectación en la salud mental y trae como consecuencia el riesgo de conductas negativas perjudicando que perjudican su maternidad.³⁸

Hablar solo del embarazo adolescente es poco sino se conoce las consecuencias y lo que podría ocurrir de no combatir este problema es que se incrementen el abandono, la violencia o maltrato en niños y adolescentes, abandono de los estudios, dificultades para salir adelante y lo peor aún, soluciones no deseadas como el aborto.³⁹

El embarazo precoz condiciona a las adolescentes en su futuro, y en la de sus futuros hijos, afecta su desarrollo personal, social y la precariedad económica y de saneamiento son otros factores que contribuyen a un escenario desfavorable tanto para la madre adolescentes como para sus hijos.⁴⁰

Un embarazo se encuentra asociado con cierto nivel de estrés, pero este estrés puede generar un mayor impacto en la futura madre que es una adolescente que aún no ha desarrollado formas de afrontamiento y carece de resiliencia;⁴¹ y peor aún, muchas veces no cuenta con el apoyo de los padres, por lo que las adolescentes se hacen más vulnerables.⁴²

Cuando una mujer se embaraza, todo el proceso de gestación viene acompañado de una variada serie de manifestaciones emocionales que dependiendo de los sucesos que acontecen en su entorno íntimo, familiar y social, puede ocasionar altos niveles de estrés; y debido a experiencias negativas previas al embarazo, la intensidad con que se produce el estrés perinatal favorece el incremento en los niveles de estrés y depresión.⁴³

Una de las mayores afectaciones al embarazo de las adolescentes, son las originadas por las violaciones, y muchas veces debido a que no acuden oportunamente a una atención prenatal, corren riesgo de complicaciones durante el parto y riesgo de parto pretérmino;⁴⁴ toda esta situación afecta en la salud mental de las adolescentes, que en ocasiones llegan a presentar casos de estrés postraumático, ansiedad y depresión.

Las adolescentes embarazadas se enfrentan a una serie de factores estresantes: a) el desarrollo de la adolescencia que es propio de la naturaleza que acompaña a una adolescente; b) los cambios físicos, psicológicos y sociales que afectan a la adolescente; c) rechazo de la sociedad y el de sus familiares; d) limitadas oportunidades académicas; e) incertidumbre de su vida; entre otros factores;¹⁴

estos factores estresantes tienen diversas implicaciones como por ejemplo el bajo peso al nacer.¹³

Son pocos los estudios relacionados con los factores estresantes durante la pandemia Covid 19 en adolescentes embarazadas, sin embargo, en forma general, estos factores se relacionan con el miedo a la infección o contagio con el Covid, frustración y aburrimiento, información adecuada, etcétera.

Se sabe que un embarazo adolescente, tiene muchas consecuencias durante y post parto, además debido a los cambios fisiológicos en las adolescentes, que impactan en la vida de la mujer, de su familia, y de su entorno; se recrudecen también en la parte afectiva, emocional y sin posibilidad de reacción se convierte en un gran problema de salud pública.⁴⁵

Para aplacar esta problemática, es necesario la asistencia del profesional de enfermería ya que por ser un profesional de salud con conocimientos sobre cuidados de enfermería, su aporte a las adolescentes gestantes es importante, en ese sentido, debido a los riesgos y complicaciones de un embarazo de este grupo vulnerable, la teoría de Betty Neuman aporta una visión integral para proporcionar los conocimientos necesarios en la adolescente que plantea a la persona desde la totalidad de factores bajo un concepto holístico del cuidado enfermero; así como también desde un enfoque sistémico abierto.⁴⁶

Desde la visión sistémica de Neuman, el estrés es el resultado positivo o negativo de un reajuste que sucede cuando una persona experimenta una situación problemática, de esta manera, el organismo intenta adaptarse para buscar el equilibrio determinando de esta forma, una situación de bienestar o de enfermedad.⁴⁷

En el modelo de Neuman, se plantea la prevención como intervención mediante el cual se busca primero identificar los factores estresores y luego controlarlos con la finalidad de lograr o retomar su estado de bienestar;⁴⁸ por otro lado, estos factores pueden ser interpersonales, intrapersonales y extrapersonales.⁴⁹

Para evaluar el estrés en adolescentes embarazadas se ha tomado en cuenta las siguientes dimensiones: estrés fisiológico y estrés psicológico.

En cuanto al estrés fisiológico, este hace referencia a manifestaciones físicas que se producen cuando surge este tipo de estrés. Sus indicadores son: a) taquicardias o palpitaciones que es el incremento de las pulsaciones o latidos que ocurren por minuto y se produce porque el sistema nervioso envía señales a todo el cuerpo para contrarrestar a la amenaza; b) tensión muscular que es cuando los músculos se tensan ante la amenaza del estrés; c) problemas digestivos como por ejemplo inflamación intestinal, o estreñimiento; d) sequedad bucal que es la disminución del flujo de saliva y se da a causa de una deshidratación debido a que las personas con estrés pueden mantenerse ocupadas en otras actividades que en comer; e) cefalalgia que vienen a ser los dolores de cabeza que la persona con estrés la manifiesta.²⁹

Respecto al estrés psicológico, se produce cuando la persona experimenta tensión fuerte, irritabilidad, ansiedad, aburrimiento y una serie de sensaciones que agotan psicológicamente a las personas por lo tanto tienen dificultad para concentrarse, o para resolver un problema, se les baja la autoestima y disminuyen las habilidades de memoria y otros;⁵⁰ entre sus indicadores, se encuentran: a) tristeza que es un estado de desánimo, pena; b) fatiga que es la condición que presenta una persona cuando siente cansancio, dificultad para dormir, dolor muscular y otros; c) sudoración, que viene a ser la transpiración del cuerpo asociada al estrés de las personas; d) falta de respiración, es una sensación que hace referencia de las personas que sienten que les hace falta el aire y que no pueden; e) depresión que es una alteración del estado de ánimo provocando cambios en la forma de pensar, sentir y actuar; f) incapacidad de relajarse es aquella que se produce cuando la persona no puede controlar sus actividades y por lo tanto, no adecua espacios para relajarse; g) alteraciones en el sueño, que vienen a ser la dificultad de una persona para conciliar el sueño afectando el descanso apropiado; y, h) la falta de interés que se produce cuando la persona pierde la motivación por algo y permanece con poco entusiasmo.²⁹

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Esta investigación es de tipo básica y su diseño es no experimental descriptivo, justificándose bajo los siguientes argumentos.

Esta investigación es de tipo básica o pura dado que su propósito es exponer todo lo que se ha investigado acerca de un determinado tema, siguiendo el método científico; esto es, con la finalidad de incrementar el conocimiento y de dar a conocer los hallazgos teóricos que explicarían la variable de estudio.⁵¹

Por lo que respecta a los diseños no experimentales son aquellos en los que no existe intervención del investigador sobre ninguna variable, esto es, no modifica absolutamente nada, solo se inclina por realizar observación y tomar datos; y, por otro lado, es transversal porque realiza un corte en el tiempo, en un único momento.

El nivel de esta investigación es descriptivo y tiene el propósito de describir las características, particularidades, cualidades de un objeto de estudio; de esta forma se puede conocer un fenómeno de estudio.⁵²

3.2. Variables y operacionalización

Variable: Estrés

Definición conceptual: El estrés es el conjunto de respuestas de tipo conductual, fisiológico y psicológico que aparecen ante la presencia de una amenaza o estresor, pudiendo ser esta real o imaginaria y que puede ser modificada o controlada mediante un aprendizaje de control.²⁹

Definición operacional: El estrés en adolescentes embarazadas fue evaluado en función de dos dimensiones: fisiológicas y psicológicas a través de un cuestionario de 15 preguntas bajo la escala de Likert.

Indicadores: Para la dimensión estrés fisiológico: palpitaciones o taquicardias, problemas digestivos, sequedad bucal, tensión muscular y, cefalalgia. Para la dimensión estrés psicológico: incapacidad de relajarse, alteraciones del sueño, falta de interés, depresión, tristeza, fatiga, falta de respiración y sudoración.

Escala de medición: ordinal (bajo, medio, alto)

3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis

La población de estudio se compuso por 35 adolescentes gestantes. (Registro de empadronamiento de la Asociación Los Olivos, de San Antonio de Huarochirí).

Por población de estudio se entiende como aquel conjunto de entes sobre la cual se desea realizar una investigación y quienes poseen ciertas características, cualidades o particularidades en común.⁵¹

Criterios de Inclusión.

Adolescentes que residan en la Asociación Los Olivos de San Antonio de Huarochirí

Adolescentes que se encuentren en etapa de gestación.

Adolescentes cuyas edades se encuentren entre los 15 y 19 años.

Adolescentes que se encuentren con facultades cognitivas para responder cuestionarios.

Adolescentes que acepten su participación voluntaria a la investigación a través del asentimiento y/o consentimiento informado.

Criterios de Exclusión.

Adolescentes que no deseen participar de la investigación.

Adolescentes que deseen abandonar la investigación.

Debido a que el muestreo es de tipo censal, la muestra de estudio se compuso de 35 adolescentes embarazadas.

Unidad de análisis: adolescentes embarazadas de la Asociación Los Olivos de San Antonio de Huarochirí.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se empleó en esta investigación es la encuesta.⁵³

El instrumento que se aplicó en esta investigación es un cuestionario que está conformado por reactivos formulados.

El instrumento que se utilizó para medir el estrés en adolescentes embarazadas es el cuestionario adaptado por Vargas¹⁶ aplicado para adolescentes embarazadas; en cuanto a su estructura, la escala está conformada por 15 ítems y cuenta con dos dimensiones: estrés fisiológico y estrés psicológico; se evalúa usando la escala de tres opciones: leve, moderado y severo.

La validez de un instrumento implica el grado con el que el instrumento precisa medir lo que realmente debe medir, existiendo tres tipos de validez, la de contenido que hace referencia al dominio de un determinado conocimiento, la de criterio cuando se aplica una referencia para compararla y de constructo cuando se integran las dos primeras.⁵⁵

En cuanto a la validez de contenido del instrumento, esta fue realizada a través del juicio de cinco expertos y fue sometida a una prueba binomial obteniéndose un puntaje de 8.88.¹⁶

La confiabilidad de un instrumento, implica que el instrumento puede ser utilizado para medir lo que tiene que medir, pero replicando resultados similares cuando se mide lo mismo bajo las mismas condiciones.⁵³

La confiabilidad del instrumento fue determinada por el autor del instrumento a través del coeficiente Alfa de Cronbach, determinando un coeficiente igual a 0.78.¹⁶

3.5. Procedimientos

En la fase previa a la recolección de datos se realizaron los siguientes procedimientos: a) se solicita a la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad César Vallejo una carta de compromiso; b) la carta de compromiso solicitada debe ser entregada a la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí; c) una vez entregada la carta, se gestiona con los encargados de la Asociación, las facilidades para realizar el trabajo de campo; d) se coordina las fechas en las que se realizara las encuestas y se programa o agenda las visitas.

En la fase de la aplicación de los instrumentos o trabajo de campo, la recolección de datos se realizó mediante los siguientes procedimientos: a) informar a los participantes de la investigación (adolescentes embarazadas) y a sus padres acerca de la investigación (riesgos y beneficios) para obtener su consentimiento y/o asentimiento informado; b) se resolverán cualquier duda de los participantes o los familiares acerca de la investigación; c) se aplicará el instrumento supervisando el buen desarrollo de las mismas, y d) se acopian las encuestas revisando que cada una fue llenada correctamente.

3.6. Método de análisis de datos

Luego de que se hayan recolectado la información a través de los instrumentos, se seguirán los siguientes procedimientos: a) cada encuesta será revisada y depurada si presenta algún error en su llenado; b) luego, se extrae la información de las encuestas y se transcribe en una hoja de Excel a manera de una matriz de datos o base de datos; c) se codifican cada respuesta de la encuesta en la hoja de Excel según los valores finales; d) se exporta la hoja de Excel (base de datos) al SPSS versión 25; e) en el SPSS se caracteriza cada variable según corresponda (ordinal, nominal o escala); f) se realizan los análisis descriptivos, a través de la distribución de frecuencias; g) se presentan los resultados en forma de barras y tablas.

3.7. Aspectos éticos

En esta investigación se tomaron en cuenta los aspectos éticos tal como se hacen referencia en los tratados de Helsinki, los códigos de Núremberg, el código Belmont y otros, en los que se resaltan los aspectos imprescindibles de la investigación a nivel ético;⁵⁷ de igual forma, se ha considerado seguir las pautas de uso obligatorio de acuerdo con el Código de Ética ratificado en 2020 por la Universidad César Vallejo para las investigaciones académicas a fin de salvaguardar el bienestar de los involucrados con máximo rigor académico y científico y sobre la base de la responsabilidad y honestidad;⁵⁸ a través de los siguientes principios:

Principio de autonomía, mediante el cual se extrae el consentimiento de las personas en base a una determinación libre y voluntaria de participar de la investigación.⁵⁸

Principio de beneficencia, que implica proteger o dar protección a las personas asegurando que en la investigación no habrá perjuicio alguno.⁵⁸

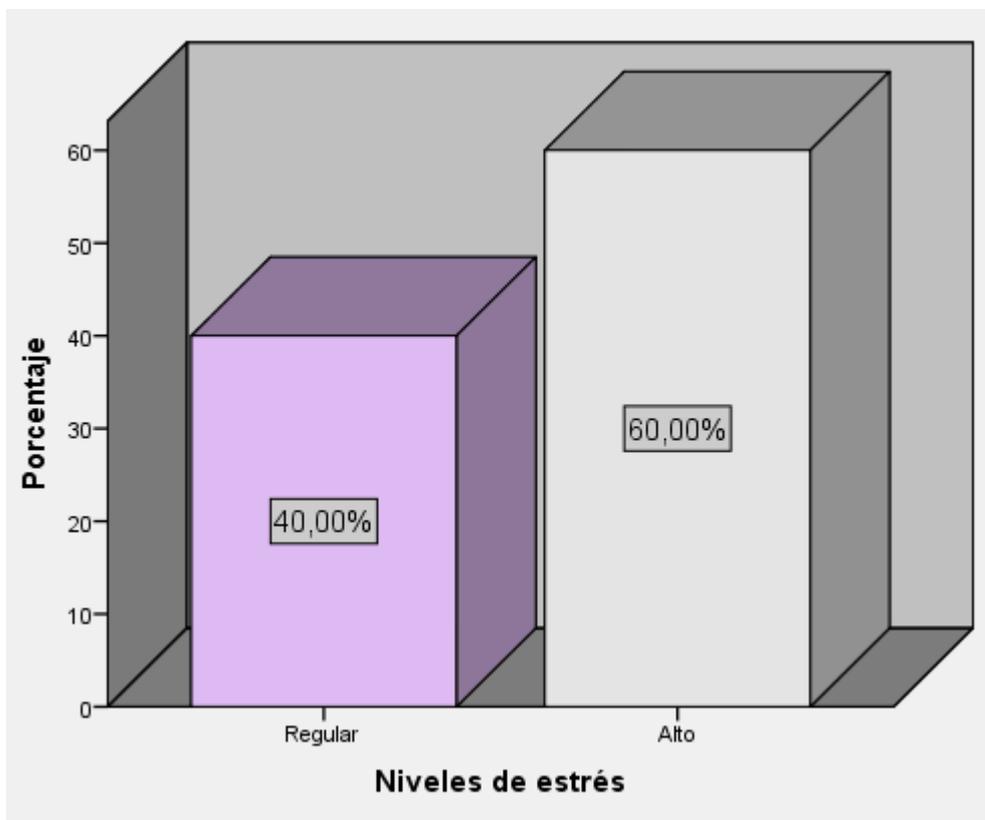
Principio de no maleficencia, mediante el cual se debe respetar y proteger la integridad de los participantes teniendo presente un análisis de riesgo y beneficio de la investigación.⁵⁸

El principio de justicia, a través del cual, se otorga un trato justo y equitativo a cada una de las personas que integran la muestra de estudio.⁵⁸

Consentimiento y asentimiento informado mediante el cual se advierte, informa tanto de beneficios como de posibles riesgos de la investigación y los participantes una vez informados admiten participar de forma voluntaria en la investigación. En este caso por tratarse de adolescentes entre 15 y 19 años, se solicitará el consentimiento informado a los padres.⁵⁸

IV. RESULTADOS

Gráfico 1. Nivel de estrés en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021

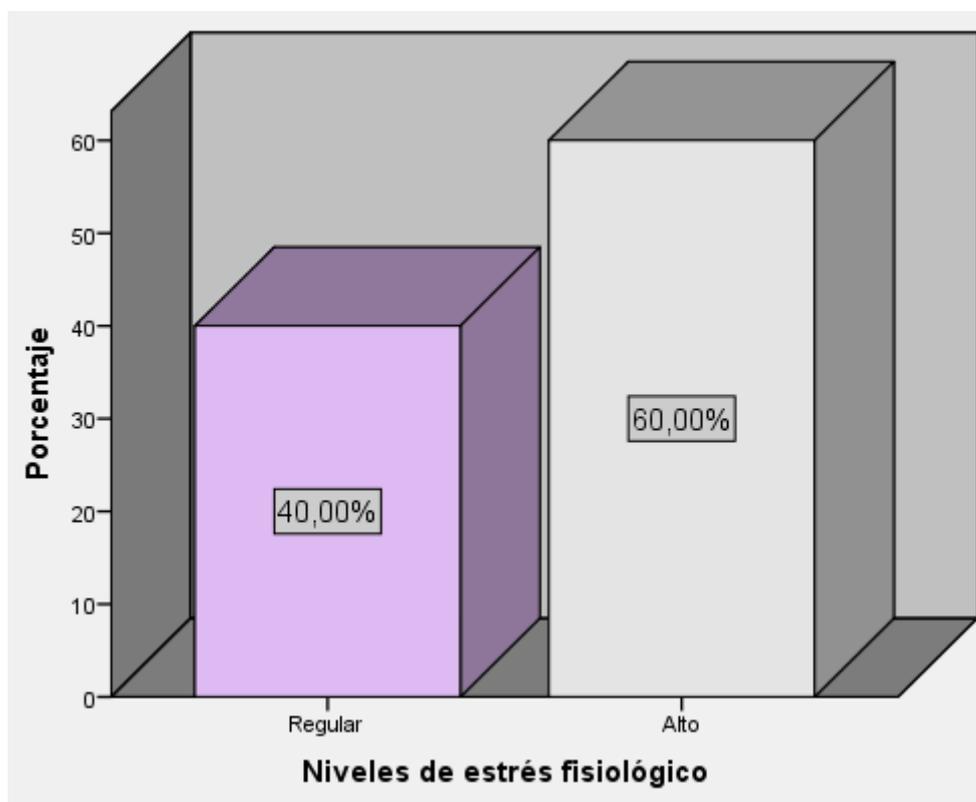


Fuente: elaboración propia

Interpretación.

De la Gráfico 1, se puede apreciar que, del total de adolescentes gestantes embarazadas, el 60% tienen un alto nivel de estrés y, el 40% tienen niveles regulares de estrés.

Gráfico 2. Nivel de estrés fisiológico en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021

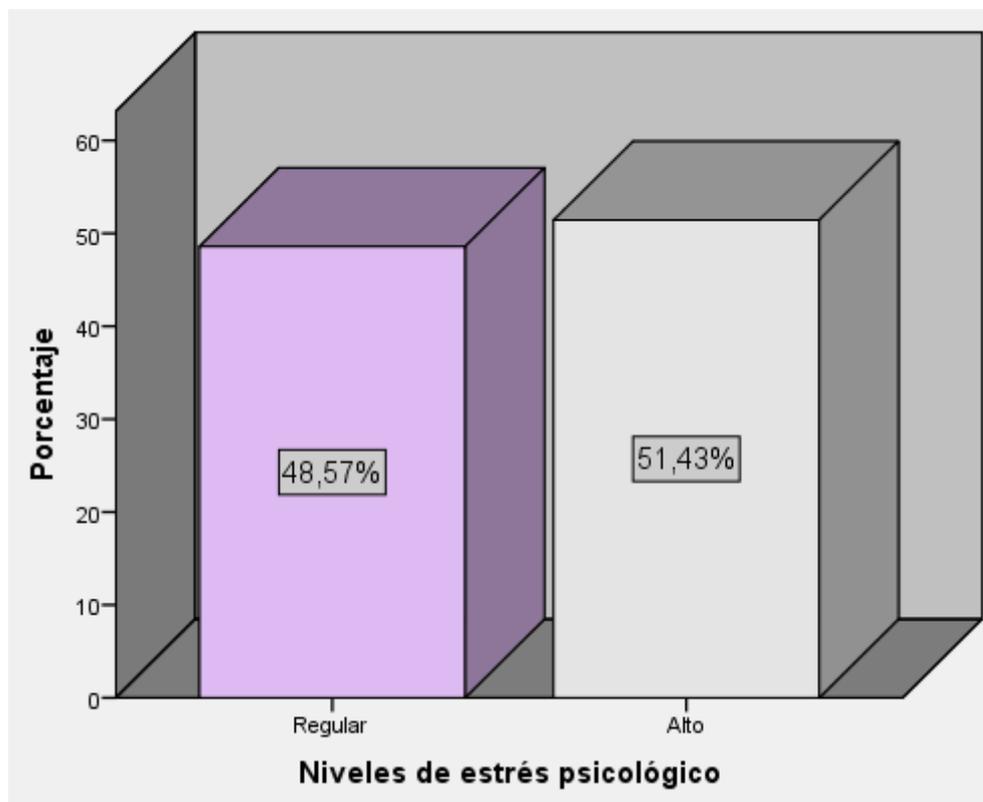


Fuente: elaboración propia

Interpretación.

De la Gráfico 2, se puede apreciar que, del total de adolescentes embarazadas encuestadas, el 60% presentaron altos niveles de estrés fisiológico, debido generalmente a que las adolescentes embarazadas han sentido mucha tensión en el cuello y en los músculos, de igual forma, han presentado dificultades para respirar y con sensaciones de palpito o taquicardia; y el 40% presentaron niveles regulares de estrés debido a que, en su mayoría, las adolescentes padecen de problemas digestivos, sufren de dolores de cabeza entre otros malestares.

Gráfico 3. Nivel de estrés psicológico en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021



Fuente: elaboración propia

Interpretación.

De la Gráfico 3, se observa que, del total de adolescentes embarazadas el 51.4% presentaron altos niveles de estrés psicológico, debido principalmente a que las adolescentes han comentado que sienten temor de que les suceda algo peor, de igual forma las adolescentes se sienten cansadas con poca energía; y el 48.6% presentaron nivel regular de estrés psicológico debido a que las adolescentes tienen problemas con el sueño, así como también se sienten tristes.

V. DISCUSIÓN

Esta investigación titulada “Nivel de estrés en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021” se expone la problemática del estrés tanto a nivel fisiológico como psicológico en una muestra de estudio compuesta por adolescentes embarazadas y se planteó con el objetivo de determinar el nivel de estrés en adolescentes embarazadas y se expone la discusión de los resultados obtenidos. En esta investigación

En concordancia con el objetivo general que fue planteado con el propósito de determinar el nivel de estrés en las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021, se llegó a determinar que el nivel de estrés es alto para el 60% y es de nivel regular para el 40% de las adolescentes gestantes. Al respecto, las investigadoras sostienen que las adolescentes no solo por su propia edad o naturaleza de cambios que presentan en esta edad tienen afectaciones del estrés, sino también porque existe un embarazo de por medio que condiciona a las adolescentes en la realización de actividades como los estudios, y repercute en el ámbito familiar y económico y más aún si no cuenta con la ayuda de los padres, así que el problema se agrava más provocando mayor estrés y afectando también en las condiciones del embarazo. Estos resultados tienen alguna similitud con el trabajo de Vargas¹⁶ quien presentó en su investigación que el 77.5% de las adolescentes gestantes que fueron atendidas en un hospital nacional, presentaron un estrés moderado y el 22.5% un nivel alto de estrés. De igual forma, en la investigación de Quispe y Maza¹⁷ las adolescentes embarazadas presentaron en un 87.8% estrés agudo. También, según la investigación realizada por Bonilla¹⁹ las mujeres adolescentes presentaron altos niveles de estrés (80%) reportando además asociaciones entre el estrés de las adolescentes con los problemas o dificultades en las relaciones con la familia y la pareja, el inicio de la vida sexual prematura, y el consumo del alcohol. De igual forma, los resultados de la investigación tienen similar resultado con el obtenido por Catillo y col²¹ quienes han manifestado que el estrés fue alto para adolescentes no institucionalizadas (no atendidas en centros de salud) presentaron altos niveles de estrés (77.3%), al contrario de las adolescentes que

son institucionalizadas, es decir que reciben atención hospitalaria, el estrés fue menor.

De acuerdo con el primer objetivo específico: identificar el nivel de estrés fisiológico de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021, se ha identificado que en un porcentaje del 60% las adolescentes tienen niveles altos de estrés fisiológico y en un 40% tienen niveles regulares de estrés fisiológico; esto debido a que, el 45.7% de las adolescentes gestantes han manifestado que moderadamente sufren de dolores de cabeza, el 54.3% de estas adolescentes también de forma moderada presentan problemas en la digestión, de igual manera, el 51.4% manifestaron que de forma moderada presentan taquicardias, así mismo, para el 57.1% de adolescentes gestantes, presentan sudoración no relacionada con la actividad física, de igual manera, el 45.7% de las adolescentes han afirmado que moderadamente se les tensan los músculos del cuello y de la espalda, entre otras razones. Al respecto, cuando las adolescentes manifiestan tener un estrés a nivel fisiológico de nivel medio hacia alto, es porque estas adolescentes como no logran afrontar las situaciones adversas propias del embarazo, les sobrepasan los problemas tanto que empiezan a sentir malestar de tipo fisiológico expresado en el dolor muscular del cuello u otras partes, sintiendo también dolores o malestares de cabeza e incluso afectando la digestión. De acuerdo con Plaza y Sabbay²² las adolescentes gestantes presentaron altos niveles de estrés debido generalmente a que durante el embarazo, las adolescentes tiene que hacer frente a las demandas que se le presenta y hacer frente a estas situaciones depende de sus capacidades para resolver, de lo contrario el estrés sobrepasa y genera más malestar. Los resultados obtenidos de la investigación difieren con los presentados por Vargas¹⁶ quien ha reportado que el nivel de estrés fisiológico es bajo en un 65% y de nivel moderado en un 35%, al respecto, este investigador, realiza su investigación sobre una población de adolescentes que reciben tratamiento en un hospital. Según Barboza durante el primer trimestre del embarazo predominan malestares de tipo emocional, como la ansiedad, el estrés entre otros que viene acompañado de malestares de tipo físicos, pero, según este autor refiere que uno de los problemas de la adolescente gestante es que en muchas ocasiones no llega a comunicar a sus familiares sobre su embarazo poniendo en riesgo su salud

debido a que prefiere mantener en silencio su estado debido a muchos temores y es aquí cuando las adolescentes presentan mayor índices de ansiedad y estrés.

Conforme con el segundo objetivo específico: identificar el nivel de estrés psicológico en adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021, se ha identificado que el 51.4% de las adolescentes en etapa de gestación han presentado niveles altos de estrés psicológico, esto debido a que el 71.4% de las adolescentes gestantes han manifestado que presentan moderadamente alteraciones en el sueño, de igual forma, el 45.7% de estas adolescentes presentaron niveles severos de tristeza; así mismo, el 57.1% de las adolescentes han manifestado que moderadamente lloran mucho y empiezan a desesperarse con mayor facilidad; así también, el 68.6% de las adolescentes han afirmado que moderadamente se olvidan de las cosas o pierden la noción de las cosas; también, el 51.4% de las adolescentes afirmaron que moderadamente con tendencia hacia la severidad han perdido el interés por las cosas; y en un 60% las adolescentes gestantes han manifestado que moderadamente son incapaces de poder relajarse. De acuerdo con las investigadoras, las adolescentes embarazadas que tienen altos niveles de estrés psicológico es debido generalmente a que estas adolescentes, presentan carencias en sus capacidades para poder controlar las situaciones estresantes que se les ha presentado producto de su embarazo y de los problemas que ello trajo como consecuencia y de la poca ayuda de familiares, por lo que se han visto superadas por las cosas que se les presentaba de un momento a otro no pudiendo reaccionar frente a los problemas, y ante esta situación, las adolescentes se estresan con frecuencia y en ocasiones presentan comportamientos de enfado. De acuerdo con Plaza y Sabbay²² las adolescentes presentaron estrés alto porque existen factores estresantes y afrontar estas situaciones depende de las capacidades para afrontar la situación estresante. Para López y col²³ cuando existen niveles altos de estrés, es porque el afrontamiento es bajo o escaso. Los resultados difieren con los expuestos por Vargas¹⁶ quien ha reportado que un 80% de las adolescentes embarazadas presentaron niveles moderados de estrés psicológico. Según Alonso⁷ las adolescentes que se encuentran gestando, por lo general sienten frustración y afectaciones de tipo psicológicas. Este investigador así mismo ha

señalado que un porcentaje alto del 72% de las adolescentes embarazadas manifestaron que han fracasado en los proyectos de su vida.

VI. CONCLUSIONES

Respecto al objetivo general que se planteó para determinar el nivel de estrés de adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio de Huarochirí, se logró determinar que la mayoría de adolescentes gestantes presentaron un nivel alto de estrés.

Concerniente al primer objetivo específico que se formuló para identificar el nivel de estrés fisiológico de adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio de Huarochirí, se logró identificar que la mayoría de adolescentes gestantes presentaron un nivel alto de estrés fisiológico.

Respecto al segundo objetivo específico que se formuló para identificar el nivel de estrés psicológico de adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio de Huarochirí se logró identificar que la mayoría de adolescentes gestantes presentaron un nivel alto de estrés psicológico.

VII RECOMENDACIONES

Al presidente de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí se le recomienda documentar o registrar cada caso embarazo adolescente y vincular cada caso con la atención en un centro de salud a fin de que esta población reciba la atención necesaria para conducir su embarazo con menor riesgo y con apoyo social para reducir el estrés.

Al presidente de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí se le recomienda implementar planes de integración social mediante talleres quincenales a fin de que las adolescentes embarazadas puedan realizar ejercicios físicos, recibir información sobre dietas adecuadas y talleres de relajación física, control de la respiración y otros solicitando la ayuda social en un centro de salud.

Al presidente de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí se le recomienda gestionar con el Ministerio de la Mujer la atención psicológica para las adolescentes gestantes con la finalidad de que reduzcan sus niveles de estrés y puedan mejorar su afrontamiento.

REFERENCIAS

1. Ceballos L. ¿Cómo sobrevivir al estrés?: manual para reducir el impacto del estrés sobre el organismo. Andalucía, España: ExLibric; 2020. 73 p.
2. OPS. Acelerar el progreso hacia la reducción del embarazo en la adolescencia en América Latina y el Caribe [Internet]. 2018. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/1341/file>
3. Cancino AMM, Valencia MH. Embarazo en la adolescencia: cómo ocurre en la sociedad actual. Perinatol Reprod Hum [Internet]. 1 de junio de 2015;29(2):76-82. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-perinatologia-reproduccion-humana-144-articulo-embarazo-adolescencia-como-ocurre-sociedad-S0187533715000175>
4. OMS. El embarazo en la adolescencia [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2020. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>
5. OPS. Encuentro para analizar las inequidades en el embarazo adolescente en Centroamérica y República Dominicana [Internet]. Organización Panamericana de la Salud. 2020. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/8-7-2020-encuentro-para-analizar-inequidades-embarazo-adolescente-centroamerica-republica>
6. Valcárcel C, Jatziri M, Borbor J, Santiesteban Y. Calidad de vida de adolescentes embarazadas atendidas en el hospital de la Junta de Beneficencia de Guayaquil. Revista Ciencia UNEMI [Internet]. 2018;11(27). Disponible en: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/5826/582661256008/582661256008.pdf>
7. Alonso GRÁ, Ormaza ML, Quijije JA, González YJ. Aspectos psicosociales en adolescentes embarazadas. RECIAMUC [Internet]. 1 de julio de 2019;3(3):1467-85. Disponible en: <https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/403>
8. MINSA. El embarazo adolescente incrementa el riesgo de mortalidad materna y del niño por nacer [Internet]. Plataforma digital única del Estado Peruano. 2018. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/19292-minsa-el-embarazo-adolescente-incrementa-el-riesgo-de-mortalidad-materna-y-del-nino-por-nacer>
9. Muñoz L. Sistema en Línea del Registro del Certificado de Nacido Vivo - CNV [Internet]. 2020. Disponible en: <https://ojo-publico.com/2139/ninas-madres-la-emergencia-suspendida-por-la-pandemia>
10. INEI. Perú: Maternidad en la adolescencia, 2018 (Departamento, Provincia y Distrito). Estadísticas vitales de nacimientos [Internet]. 2020. Disponible en:

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1733/libro.pdf

11. RED DE SALUD DE HUAROCHIRI. Informe de Evaluación e Implementación del POI 2019 [Internet]. 2019. Disponible en: https://www.regionlima.gob.pe/transparencia/informe_poi/RED%20DE%20SALUD%20HUAROCHIRI.pdf
12. Ruppert F. Trauma precoz: el embarazo, el parto y los primeros años de vida. Herder Editorial; 2016. 299 p.
13. Aguilar S, Barja J, Cerda M. Estrés durante el embarazo como factor de riesgo para el bajo peso del recién nacido. Revista Cubana de Medicina Militar [Internet]. 14 de abril de 2020;49(2):287-99. Disponible en: <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/620>
14. Mora AM, Hernández M. Embarazo en la adolescencia. Ginecol Obstet Mex [Internet]. 2015;(83). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/ginobsmex/gom-2015/gom155e.pdf>
15. Rojas SG. Estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes primigestas del Centro de Salud “Santa Cruz” en Miraflores, periodo 2019 [Internet] [Tesis de grado]. Universidad Inca Garcilazo de la Vega; 2019. Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4497>
16. Vargas Z. Nivel de estrés en adolescentes embarazadas en el Hospital Regional Virgen de Fátima, Chachapoyas. Amazonas, 2016- 2017. [Internet] [Tesis de grado]. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; 2018. Disponible en: <http://repositorio.untrm.edu.pe/handle/UNTRM/1394>
17. Quispe FA, Maza MB. Estrés y parto prematuro en adolescentes atendidas en el Hospital II-1 Moyobamba, julio – noviembre 2019 [Internet] [Tesis de grado]. Universidad Nacional de San Martín; 2020. Disponible en: <http://repositorio.unsm.edu.pe/handle/11458/3754>
18. Guevara NP. Relación entre la calidad de vida y los modos de afrontamiento al estrés en adolescentes embarazadas que se atienden en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima [Internet] [Tesis de grado]. Universidad Científica del Sur; 2018. Disponible en: <https://repositorio.cientifica.edu.pe/handle/20.500.12805/724>
19. Bonilla ÓA. Estrés, ansiedad y factores asociados en mujeres adolescentes embarazadas y no embarazadas en Medellín (Colombia). Med UPB [Internet]. 3 de marzo de 2021;40(1):2-9. Disponible en: <https://revistas.upb.edu.co/index.php/medicina/article/view/7013>
20. Bárcena K. Asociación entre el grado de estrés y factores estresores en adolescentes embarazadas en una unidad de primer nivel [Internet] [Tesis de grado]. Universidad Nacional Autónoma de México; Disponible en: <http://132.248.9.195/ptd2016/agosto/0747912/0747912.pdf>

21. Cantillo MJ, Carriazo LG, Díaz KD. Estrés maternal en adolescentes institucionalizadas y no institucionalizadas de la ciudad de Cartagena. [Internet] [Tesis de grado]. Universidad de San Buenaventura; 2016. Disponible en: http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/6068/1/Estr%C3%A9s%20maternal%20en%20adolescentes_Mar%C3%ADa%20Cantillo%20Franco.pdf
22. Plaza MS, Sagbay BN. Estrés durante el embarazo en pacientes que acuden a la unidad anidada. Gualaceo, 2017 [Internet] [Tesis de grado]. Universidad de Cuenca; 2017. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/28113>
23. López BE, Carmona B, Ponce G. Estilos de afrontamiento y nivel de estrés de madres adolescentes con hijos hospitalizados en la unidad de cuidados intensivos neonatales, Chiapas, México. Revista de Enfermería Neurológica [Internet]. 2019;18(1):41-51. Disponible en: <https://revenferneuroenlinea.org.mx/index.php/enfermeria/article/view/274>
24. Vidal V. El estrés laboral: análisis y prevención. Zaragoza, España: Prensas de la Universidad de Zaragoza; 2019. 172 p.
25. ICB. Inteligencia emocional: control del estrés. 3.^a ed. Editorial ICB; 2017. 279 p.
26. Fuertes JC. ¡¡Aprenda a estresarse!!: cómo convertir una amenaza en una oportunidad. Ediciones Díaz de Santos S.A.; 2018. 152 p.
27. Valenzuela L. Serenidad en acción: transforma el estrés, en energía y salud. A - Activamente Internacional S.A.; 2018. 103 p.
28. Puchol L, Martín J, Núñez A, Ongallo C, Puchol I, Sánchez G. El libro de las habilidades directivas. 3.^a ed. Madrid, España: Ediciones Díaz de Santos; 2012.
29. Juárez C. Todo lo que querías saber sobre el estrés de la A a la Z. México: Editorial El Manual Moderno; 2019. 136 p.
30. Mingote C, Pérez S. Estrés en la enfermería: el cuidado del cuidador. Ediciones Díaz de Santos; 2014. 155 p.
31. Moreno S. Caja de herramientas para el manejo del estrés. México: Editorial Oscar H. Yllescas; 2012.
32. Medicinas Alternativas. Estrés y fatiga crónica: Terapias naturales para la curación integral. Ediciones LEA; 2014. 98 p.
33. Comin E, De la Fuente I, Gracia A. El estrés y riesgo para la salud. Madrid, España: Ediciones Maz; 2013.

34. Muñoz R. Regulación del estrés en tiempos de pandemia: pautas para la Resiliencia Organizacional. Editorial Brujas; 2020. 225 p.
35. Flores ME, Nava G, Arenas L. Embarazo en la adolescencia en una región de México: un problema de Salud Pública. Rev salud pública [Internet]. junio de 2017; 19:374-8. Disponible en: <https://scielosp.org/article/rsap/2017.v19n3/374-378/es/>
36. INEI. Perú: Fecundidad Adolescente. Síntesis Estadística [Internet]. 2016. Disponible en: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Per%C3%BA%20%20fecundiad-adolescente.pdf>
37. MINSA. Documento Técnico. Situación de salud de los adolescentes y jóvenes del Perú [Internet]. 2017. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>
38. Hodgkinson S, Beers L, Southammakosane C, Lewin A. Addressing the Mental Health Needs of Pregnant and Parenting Adolescents. Pediatrics [Internet]. enero de 2014;133(1):114-22. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3876179/>
39. Gálvez MG, Rodríguez L, Rodríguez CO. El embarazo en la adolescencia desde las perspectivas salud y sociedad. Revista Cubana de Medicina General Integral [Internet]. 5 de agosto de 2016;32(2). Disponible en: <http://www.revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/225>
40. Goyeneche S, Barreto E, Valverde R, Roncal, R, Paredes J, Rico V. Embarazo y Maternidad Adolescente en el Perú [Internet]. 2016. Disponible en: <https://www.savethechildren.org.pe/wp-content/uploads/2020/08/Estudio-de-embarazo-adolescente-final.pdf>
41. Olajubu AO, Omoloye GO, Olajubu TO, Olowokere AE. Stress and resilience among pregnant teenagers in Ile-Ife, Nigeria. Eur J Midwifery [Internet]. 31 de marzo de 2021;5. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8010909/>
42. Akter M. Physical and Psychological Vulnerability of Adolescents during Pregnancy Period as Well as Post Traumatic Stress and Depression after Child Birth. Open Journal of Social Sciences [Internet]. 7 de enero de 2019;7(1):170-7. Disponible en: <http://www.scirp.org/Journal/Paperabs.aspx?paperid=89993>
43. Wedel K. Depresión, ansiedad y disfunción familiar en el embarazo. Revista Médica Sinergia [Internet]. 2018;3(1). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/sinergia/rms-2018/rms181a.pdf>
44. Chacón D, Cortes A, Álvarez AG, Sotonavarro Y. Embarazo en la adolescencia, su repercusión familiar y en la sociedad. Revista Cubana de Obstetricia y Ginecología [Internet]. 2015;41(1). Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/gin/v41n1/gin06115.pdf>

45. Alcántara O, Solano G, Ramírez TB, Ramírez MJ, Latorre S, Ruvalcaba JC. Impacto de una intervención educativa en mujeres embarazadas con respecto a su autocuidado. JONNPR [Internet]. 2018;3(11). Disponible en: <https://www.jonnpr.com/PDF/2621.pdf>
46. Rodrigues JE, Freitas GR, Barros Luz MH, Lima ML. Concepciones teóricas de Neuman asociadas con la prevención de las úlceras por presión: un estudio de caso. Index de Enfermería [Internet]. diciembre de 2015;24(4):222-6. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1132-12962015000300007&lng=es&nrm=iso&tlng=es
47. Romero G, Flores E, Cárdenas PA, Ostiguín RM. Análisis de las bases teóricas del modelo de sistemas de Betty Neuman. Enfermería Universitaria [Internet]. 2007;4(1). Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741821005.pdf>
48. Gómez LO, Díaz L, Cortés F. Cuidados de enfermería basados en evidencia y modelo de Betty Neuman, para controlar estresores del entorno que pueden ocasionar delirium en unidad de cuidados intensivos. Enferm glob [Internet]. 2016;15(41). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412016000100004
49. Papi S, de Melo K, do Santos L, Fioresi M, Costa MH, de Oliveira ME. Intervención de enfermería basada en la teoría de Neuman mediante juegos educativos. Acta Paul Enferm [Internet]. 2019;32(2). Disponible en: <https://www.scielo.br/j/ape/a/GgK39vvNYdTb4GfJNpLRxyK/abstract/?lang=es>
50. Otero J. Estrés laboral y burnout en profesores de enseñanza secundaria. Ediciones Díaz de Santos.; 2015.
51. Hernández R, Mendoza CP. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Ciudad de México, México: McGraw-Hill Education; 2018. 753 p.
52. Perez L, Perez R, Seca MV. Metodología de la investigación científica. Argentina: Editorial MAIPUE; 2020. 401 p.
53. Bernal CA. Metodología de la investigación. 3.^a ed. Pearson Educación de Colombia, S.A. de C.V.; 2010.
54. Losada A, Montorio I, Fernández MI, Márquez M. Estudio e intervención sobre el malestar psicológico de los cuidadores de personas con demencia. El papel de los pensamientos disfuncionales. Imsero; 2006. 216 p.
55. Carhuancho IM, Nolazco FA. Metodología de la investigación holística. Universidad Internacional del Ecuador, Guayaquil; 2019.

56. Brito JF, Nava ME, Juárez A. Escala de estrés percibido en estudiantes de odontología, enfermería y psicología: validez de constructo. Revista ConCiencia EPG [Internet]. 2019;4(2). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7304981.pdf>
57. Galende I. La ética en la investigación clínica y los comités de ética en investigación clínica. Madrid, España; 2008.
58. UCV. Código de Ética en Investigación [Internet]. 2020. Disponible en: <https://www.ucv.edu.pe/wp-content/uploads/2020/11/RCUN%C2%B00262-2020-UCV-Aprueba-Actualizaci%C3%B3n-del-C%C3%B3digo-%C3%89tica-en-Investigaci%C3%B3n-1-1.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES Y DIMENSIONES	DISEÑO METODOLÓGICO
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	VARIABLE: Estrés DIMENSIONES Estrés fisiológico Estrés psicológico	Enfoque de investigación Cuantitativo Diseño de investigación No experimental, transversal Nivel de investigación Descriptivo Tipo de investigación Básica Población 35 adolescentes gestantes Muestra 35 adolescentes gestantes Muestreo Censal
¿Cuál es el nivel de estrés de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021?	Determinar el nivel de estrés de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021		
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS		
¿Cuál es el nivel de estrés fisiológico de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021?	Identificar el nivel de estrés fisiológico de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021.		
¿Cuál es el nivel de estrés psicológico de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021?	Identificar el nivel de estrés psicológico de las adolescentes gestantes de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochirí 2021		

Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrés	El estrés es el conjunto de respuestas de tipo conductual, fisiológico y psicológico que aparecen ante la presencia de una amenaza o estresor, pudiendo ser esta real o imaginaria y que puede ser modificada o controlada mediante un aprendizaje de control ²⁹ .	El estrés en adolescentes embarazadas será evaluada en función de dos dimensiones: fisiológicas y psicológicas a través de un cuestionario de 15 preguntas bajo la escala de Likert.	Fisiológicas	Palpitaciones o taquicardias	Escala de Estrés	ORDINAL Alto Regular Bajo
				Problemas digestivos		
				Sequedad bucal		
				Tensión muscular		
				Cefalalgia		
			Psicológicas	Incapacidad de relajarse		
				Alteraciones del sueño		
				Falta de interés		
				Depresión		
				Tristeza		
				Fatiga		
				Falta de respiración		
				Sudoración		

Anexo 3. Instrumentos

Escala de Estrés

Indique cada uno de estos síntomas en el grado que se ha visto afectada por cada una de ellas durante los últimos 10 días y en el momento actual, elija de entre las siguientes opciones la que mejor corresponda:

1= levemente, no me molesta mucho

2= moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo

3= severamente, casi no podía soportarlo

		Leve	Moderado	Severo
	DIMENSIÓN 1: Fisiológicas			
1	Sufro de dolores de cabeza	1	2	3
2	Padezco problemas digestivos	1	2	3
3	Presento palpitaciones o taquicardias	1	2	3
4	Sudoración (no debido al calor o actividad física)	1	2	3
5	Se me tensan los músculos del cuello y de la espalda	1	2	3
6	Siento que me falta la respiración	1	2	3
7	Presento sequedad bucal	1	2	3
	DIMENSIÓN 2: Psicológicas	Leve	Moderado	Severo
8	Presenta alteraciones del sueño	1	2	3
9	Me siento triste	1	2	3
10	Lloro mucho y me desespero con facilidad	1	2	3
11	Me olvido de las cosas fácilmente	1	2	3
12	Ha perdido el interés en las cosas	1	2	3
13	Soy incapaz de relajarme	1	2	3
14	Tengo mucho miedo a que suceda lo peor	1	2	3
15	Me siento cansada y sin energía.	1	2	3

Anexo 4. Consentimiento informado

DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO (PADRES)

Declaro que he leído y comprendido este consentimiento informado, de igual manera tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente para autorizar la participación de mi menor hija en este estudio, por lo que finalmente aceptó la participación voluntaria en este estudio.

Nombres y apellidos del participante	Edad del participante (menor de edad)
Nombres y apellidos del padre o apoderado	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del investigador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono móvil	
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados	Firma o huella digital
Nombre y apellido:	
DNI:	
Teléfono:	

Lima, noviembre del 2021

*Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.

.....

Firma del representante o apoderado

Anexo 5. Carta de presentación



“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de independencia”

San Juan de Lurigancho, 06 de octubre 2021

CARTA N°046-2021-CP ENF/UCV-LIMA ESTE

Sr. Elmo Rojas Peralta
Presidente
Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochiri

De mi mayor consideración:

La que suscribe, Mgtr. Luz María Cruz Pardo, Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a las investigadoras **Clara Vanessa Bautista Atunca** con DNI N°70209195 y **Manyuri Raquel Marcelo Salsavilca** con DNI N° 75248452 estudiantes de nuestra institución educativa, que cursan actualmente el X ciclo, quienes optarán el Título Profesional de Licenciada en Enfermería por nuestra Universidad con el Trabajo de Investigación titulado “**Nivel de estrés en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huarochiri 2021**” para lo cual, solicito a usted conceda la autorización del campo de investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercutirá positivamente en la salud de la población y/o a la Carrera Profesional de Enfermería.

Adjunto: Proyecto de investigación aprobado por la UCV Lima Este, incluye instrumento de recojo de información.



Mgtr. Luz María Cruz Pardo
Coordinadora Académica de la C.P. de Enfermería
UCV – Campus San Juan de Lurigancho

Anexo 6. Carta de autorización

“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”

Huachichiri, 11 de noviembre del 2021

Señora:

Mg. Luz María Cruz Pardo

Coordinadora Académica de la C.P. de Enfermería

Filial Lima – Campus Lima Este

Universidad Cesar Vallejo

Presente. –

Yo, **ELMO ROJAS PERALTA**, Presidente de la Asociación Los Olivos, San Antonio, Huachichiri. Previo un atento saludo me dirijo a usted, en referencia a la carta N° 001-2021-CP ENF/UCV- LIMA ESTE de fecha 17 de setiembre del 2021, con el de motivo presentar a los estudiantes **CLARA VANESSA BAUTISTA ATUNCA** con DNI N° 70209195 y **MANYURI RAQUEL MARCELO SALSAVILCA** con DNI N° 75248452 que cursan el X ciclo en la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Cesar Vallejo, quienes se encuentran desarrollando su trabajo de investigación titulado:

“Nivel de estrés en adolescentes gestantes - Asociación Los Olivos, San Antonio, Huachichiri 2021”

Para tal efecto, brindamos la atención solicitada y facilidades de acceso, a fin de que pueda realizar las encuestas requeridas para su trabajo de investigación.

Sin otro en particular, me suscribo de usted.

Atentamente.



ELMO ROJAS PERALTA