



**Calidad de sueño y nivel de estrés del personal de
guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito
Unánue, Lima, 2016.**

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Gestión de los Servicios de la Salud

AUTOR

Br. Medina Anchante, María Elizabeth

ASESOR

Dr. Vértiz Osore, Jacinto Joaquín

SECCIÓN

Ciencias Médicas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
Calidad de las Prestaciones Asistenciales

PERÚ – 2017

Página del jurado

Dr. Juan Mendez Vergaray
Presidente

Dr. Mitchell Alarcón Díaz
Secretario

Dr. Jacinto Joaquín Vertiz Osores
Vocal del Jurado

Dedicatoria

A mis Padres, quienes me apoyaron todo el tiempo para que pueda lograr mis objetivos. .

Agradecimiento

Agradezco a mi institución por el apoyo y asesoramiento de esta tesis. Muchas fueron las personas que en forma directa e indirecta y aún sin saberlo, me ayudaron, ya sea poniendo a mi disposición sus conocimientos, compartiendo mis dudas y ansiedades, o apoyándome e impulsándome para que siguiese adelante.

Declaración de Autenticidad

Yo, María Elizabeth Medina Anchante, participante del Programa de Gestión de los Servicios de la Salud de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, con DNI 08880962, cuya tesis lleva por título “Calidad de sueño y nivel de estrés del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016”, declaro bajo juramento que:

1. La tesis es de mi total 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 optar algún grado académico previo y/o 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 presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la presencia 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, 31 de Enero del 2016.

.....
Br. María Elizabeth Medina Anchante.

DNI 08880962

Presentación

Señores miembros del jurado, siguiendo el protocolo y de acuerdo a las normas que establece el Reglamento de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, para la elaboración de la tesis de maestría, presenté mi trabajo de tesis titulada: “Calidad de sueño y nivel de estrés del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016”, requisito fundamental para obtener el grado de Magíster en Gestión de los Servicios de la Salud.

La presente investigación es de diseño no experimental está estructurado en siete capítulos: El primer capítulo, comprende la revisión de los antecedentes de investigación, tanto nacionales como internacionales, también se realiza la fundamentación científica del marco teórico, terminando esta parte con la justificación, realidad problemática la formulación del problema, hipótesis y objetivos.

El segundo capítulo se desarrolla el marco metodológico que comprende: las variables, el tipo de investigación, diseño del estudio, la población y su respectiva muestra, también el método de investigación, técnicas e instrumentos de recolección de datos utilizados así los métodos de análisis de datos.

En el tercer capítulo, se presentan los resultados de la investigación. El cuarto capítulo corresponde a las respectivas discusiones. El quinto capítulo se redacta las conclusiones. En el sexto capítulo las recomendaciones de la investigación. El séptimo capítulo las referencias bibliográficas y por último los anexos.

Señores miembros del jurado, esperamos que esta investigación sea evaluada y merezca su aprobación.

La autora

Índice

Declaración de Autenticidad.....	v
Presentación	vi
Índice.....	vii
Resumen.....	xi
Abstract.....	xii
I. Introducción.....	13
1.1 Antecedentes	16
1.1.1 A nivel internacional.....	16
1.1.2 A nivel nacional.....	19
1.2 Fundamentación científica, técnica o humanística	21
1.2.1 Calidad de sueño	21
1.2.2 Nivel de estrés	29
1.3 Justificación	43
1.4 Problema	44
1.4.1 Situación problemática.....	44
1.4.2 Formulación del problema	48
1.5. Hipótesis.	48
1.5.1 General	48
1.5.2 Específicas	48
1.6 Objetivos	49
1.6.1 General	49
1.6.2 Específicos	49
II. Marco Metodológico	50
2.1 Variables.	51

2.2 Operacionalización de Variables.....	52
2.3 Metodología	57
2.4 Tipo de Estudio	57
2.5 Diseño	58
2.6 Población, muestra y muestreo	60
2.6.1 Población.....	60
2.6.2 Muestra.....	60
2.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	60
2.7.1 Validación y confiabilidad del Instrumento.....	62
2.7.2 Procedimientos de recolección de datos.....	62
2.8. Métodos de Análisis de datos.....	63
2.9 Aspectos éticos.....	63
III. Resultados	64
3.1 Descripción de los resultados.....	65
3.2 Contraste de Hipótesis.....	70
IV. Discusión	77
V. Conclusiones	81
VI. Recomendaciones	83
VII. Referencias.....	85
VIII. Anexos.....	94
APÉNDICE 1: Artículo Científico	95
APÉNDICE 2: Matriz de consistencia.....	105
APÉNDICE 3: Carta de Autorización.....	107
APÉNDICE 4: Matriz de datos.....	108
APÉNDICE 5: Instrumentos.....	116

Lista de tablas

Tabla 1. Variable Calidad de sueño	52
Tabla 2. Variable Nivel de estrés.....	55
Tabla 3. Prueba de confiabilidad con alfa de cronbach para los instrumentos de Calidad de sueño y nivel de estrés.....	62
Tabla 4. Frecuencias de clasificación del nivel de estrés del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016.	65
Tabla 5. Frecuencias de clasificación de las dimensiones del nivel de estrés del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima 2016.	66
Tabla 6. Frecuencias de clasificación de las categorías de la Calidad de sueño del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima 2016.	68
Tabla 7. Prueba de correlación Rho de Spearman entre la Calidad de sueño y el nivel de estrés del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016.	70
Tabla 8. Prueba de correlación Rho de Spearman entre la Calidad de sueño y el agotamiento emocional del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016.	72
Tabla 9. Prueba de correlación Rho de Spearman entre la Calidad de sueño y la despersonalización del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016.	74
Tabla 10. Prueba de correlación Rho de Spearman entre la Calidad de sueño y la realización personal de los profesionales de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016.	76

Índice de figuras

Figura 1. Esquema de los EEF característicos de cada una de las fases del sueño y la proporción que se dan. Fuente: Villarroel, 2014, p. 46.	22
Figura 2. Resumen de la ICSD-1 de 1990 Fuente: Villarroel, 2014, p.48.....	23
Figura 3. Fases del estrés. Fuente:Modelo de selye (1943)	32
Figura 4. Distribución de frecuencias de clasificación del nivel de estrés del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima ,2016.	65
Figura 5. Distribución de frecuencias de clasificación de las dimensiones del nivel de estrés del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016.	66
Figura 6. Clasificación de las categorías de la calidad de sueño del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, en base a la escala de medición de Pittsburg.	67
Figura 7. Distribución de frecuencias de clasificación de las categorías de la Calidad de sueño del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016.	69

Resumen

Con el propósito de determinar la relación entre la Calidad de sueño y nivel estrés del personal de guardia de emergencia, se planteó este trabajo en el contexto del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima en el 2016.

Fue un trabajo básico, con diseño no experimental correlacional. Se encuestó a una muestra de 121 personas entre técnicos y profesionales del servicio de emergencia usando los cuestionarios de Pittsburg (Calidad de sueño) y el MBI. Los datos se procesaron mediante la prueba Rho de Spearman ($\alpha = 0.05$).

Finalmente se demostró que la Calidad de sueño se relaciona significativamente ($p=0,000<0,05$) con el nivel de estrés del personal de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue. La relación fue inversa aunque de nivel bajo ($r=-0,390$): A menor calidad de sueño entonces mayor nivel de estrés. Por otro lado se encontró que la calidad de sueño se relaciona significativamente ($p=0,000<0,05$) con el agotamiento emocional del personal de guardia. La relación fue inversa aunque de nivel bajo ($r=-0,423$): A menor calidad de sueño entonces mayor agotamiento emocional en este personal. Asimismo, la calidad de sueño se relaciona significativamente ($p=0,033<0,05$) con la despersonalización La relación fue inversa aunque de nivel bajo ($r=-0,194$): A menor calidad de sueño entonces mayor despersonalización. Por último, la calidad de sueño no se relaciona significativamente ($p=0,379>0,05$) con la realización personal de los profesionales de guardia de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima, 2016.

Palabras claves: Nivel de estrés, Calidad de sueño, Personal de emergencia.

Abstract

With the purpose of determining the relationship between sleep quality and stress level of the emergency watch personnel, this work was presented in the context of the Nacional Hospital Hipólito Unánue, Lima, in 2016.

It was a basic work, with non-experimental correlational design. A sample of 121 persons was interviewed among technicians and emergency service professionals using the Pittsburg (Sleep Quality) and MBI questionnaires. Data were processed using Spearman's Rho test ($\alpha = 0.05$).

Finally, it was demonstrated that sleep quality is significantly related ($p = 0.000 < 0.05$) to the stress level of emergency watch personnel at the Hospital Nacional Hipólito Unánue. The relationship was inverse although low level ($r = -0.390$): A lower sleep quality then higher level of stress. On the other hand, it was found that the quality of sleep is significantly related ($p = 0.000 < 0.05$) with the emotional exhaustion of the guard personnel. The relationship was inverse although low level ($r = -0.423$): A lower quality of sleep then greater emotional exhaustion in this staff. Likewise, sleep quality was significantly related ($p = 0.033 < 0.05$) with depersonalization. The relationship was inverse although at low level ($r = -0,194$): A lower sleep quality then greater depersonalization. Finally, sleep quality was not significantly correlated ($p = 0.399 > 0.05$) with the personal performance of the emergency whatch professionals at the Hospital Nacional Hipólito Unánue, Lima,2016.

Keywords: Stress level , Sleep quality, Emergency personnel.