



**ESCUELA DE POSGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los  
profesionales de enfermería del Hospital Regional  
Moquegua, Marzo 2017.**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADEMICO DE:  
MESTRA EN GESTION DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD**

**AUTORA:**

**Maribel Yesica Torres Ocampo.**

**ASESORA:**

**Mgr. Magali Vera Herrera.**

**SECCION:**

**Ciencias Médicas.**

**LINEA DE INVESTIGACION:**

**Gestión en Servicios de salud**

**PERU 2017**

---

MG. NINA RAMOS MARIO.

PRESIDENTE.

---

MG. CUAYLA MAMANI EDWIN.

SECRETARIA.

---

MG. VERA HERRERA MAGALY.

VOCAL.

## DEDICATORIA

A mi madre y a mis hermanos por su confianza depositada en mí y por recibir de ellos todo su apoyo y amor incondicional, porque en los momentos más difíciles me enseñaron como levantarme y seguir adelante.

A mis amigas (os) con quienes compartí momentos y experiencias muy agradables, porque su compañía y escucha me ayuda a continuar en este viaje de la vida.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a la Escuela de Post Grado de la Universidad César Vallejo, autoridades y docentes , quienes me brindaron la oportunidad de fortalecer mi conocimiento y competencia profesional.

Al MG. .Magali Vera Herrera; asesora de la presente investigación quien me orientó con su conocimiento y pedagogía alentadora, por el apoyo y confianza en mi trabajo, con un aporte invaluable, no solamente en el desarrollo de esta tesis, sino también en la formación como maestrante.

A todos los trabajadores del Hospital Regional Moquegua, compañeros de trabajo de centro quirúrgico y colegas profesionales, que con su participación hicieron posible la culminación de este estudio.

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Yo, Maribel Yesica Torres Ocampo, estudiante del programa Maestría en Gestión de los Servicios de Salud de la Escuela de postgrado de la Universidad Cesar Vallejo, identificado con DNI 44354692 , con la tesis titulada “Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 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 plagiado; es decir no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo 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 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 Cesar Vallejo.

Moquegua, 12 de mayo del 2017

MARIBEL YESICA TORRES OCAMPO

DNI N° 44354692

## **PRESENTACIÓN**

### **SEÑORES MIEMBROS DEL JURADO:**

Señores miembros del jurado, presentado ante ustedes la Tesis titulada “Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017”, con la finalidad de determinar la asociación de las variables de estudio y en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Cesar Vallejo para obtener el Grado Académico de Magister en Gestión de los Servicios de la Salud.

Espero cumplir con los requisitos de aprobación

Atentamente

**MARIBEL YESICA TORRES OCAMPO**

**DNI N° 44354692**

## INDICE

RESUMEN .....	10
I. INTRODUCCION.....	12
1.1. Realidad problemática .....	12
1.2. Trabajos Previos .....	14
1.3. Teorías relacionadas al tema .....	18
1.3.1. Conceptos generales de estrategias y afrontamiento.....	18
1.3.2. Generalidades de estrés laboral.....	32
1.4. Formulación del problema .....	41
1.6. Hipótesis .....	42
1.7. Objetivos.....	42
1.7.1. Objetivo General .....	42
1.7.2. Objetivo Específicos .....	43
II. METODOS.....	44
2.1. Diseño de Investigación .....	44
2.2. Variables .....	44
2.3. Población.....	47
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	48
2.5. Métodos de análisis de datos .....	52
2.6. Aspectos éticos.....	52
III. RESULTADOS.....	53
IV. DISCUSIÓN.....	74
V. CONCLUSION.....	76
VI. RECOMENDACIONES.....	77
REFERENCIAS.....	<u>78</u>
ANEXOS.....	82

## INDICE DE CUADROS

N°	CUADRO	PAG.
CUADRO N° 1	DISTRIBUCION DEL PERSONAL DE ENFERMERIA SEGÚN SERVICIOS ASISTENCIALES	53
CUADRO N° 2	EDAD DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA SEGÚN SEXO	55
CUADRO N° 3	CONDICION LABORAL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	57
CUADRO N° 4	ESTADO CIVIL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	58
CUADRO N° 5	INGRESO ECONOMICO MENSUAL DEL PERSONAL DE ENFERMERIA	60
CUADRO N° 6	EVALUACION DEL ESTRÉS LABORAL EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA.	61
CUADRO N° 7	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO SEGÚN DIMENSIONES EN EL PROFESIONAL DE ENFERMEIA.	62
CUADRO N° 8	ESTRÉS LABORAL SEGÚN DIMENSIONES EN EL PROFESIONAL DE ENFERMEIA.	64
CUADRO N° 9	EVALUACION DEL ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	66
CUADRO N° 10	ESTRÉS LABORAL SEGÚN ESTRATEGIAS ENFOCADAS AL PROBLEMA EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	68
CUADRO N° 11	ESTRÉS LABORAL SEGÚN ESTRATEGIAS ENFOCADAS A LA EMOCION EN EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	69
CUADRO N° 12	ESTRÉS LABORAL SEGÚN ESTILOS ADICIONALES DE AFRONTAMIENTO EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	70
CUADRO N° 13	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS CON FACTORES FISICOS EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	71
CUADRO N° 14	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS CON FACTORES PSICOLOGICOS EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	72
CUADRO N° 15	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS CON FACTORES SOCIALES EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	73

## INDICE DE GRAFICOS

<b>N°</b>	<b>GRAFICOS</b>	<b>PAG.</b>
GRAFICO N° 1	DISTRIBUCION DEL PERSONAL DE ENFERMERIA	53
GRAFICO N° 2	EDAD DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA SEGÚN SEXO	55
GRAFICO N° 3	CONDICION LABORAL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	57
GRAFICO N° 4	ESTADO CIVIL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	58
GRAFICO N° 5	INGRESO ECONOMICO MENSUAL DEL PERSONAL DE ENFERMERIA	60
GRAFICO N° 6	EVALUACION DEL ESTRÉS LABORAL EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA	61
GRAFICO N° 7	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO SEGÚN DIMENSIONES	62
GRAFICO N° 8	ESTRÉS LABORAL SEGÚN DIMENSIONES	65
GRAFICO N° 9	ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	67
GRAFICO N° 10	ESTRATEGIAS ENFOCADOS AL PROBLEMA	68
GRAFICO N° 11	ESTRATEGIAS ENFOCADOS A LA EMOCIÓN	69
GRAFICO N° 12	ESTILOS ADICIONALES DE AFRONTAMIENTO	70
GRAFICO N° 13	FACTORES FISICOS	71
GRAFICO N° 14	FACTORES PSICOLOGICOS	72
GRAFICO N° 15	FACTORES SOCIALES	73

## RESUMEN

El estrés es un problema de salud pública que afecta a todos los ámbitos laborales y personales convirtiéndose en factor de riesgo para enfermedades ocupacionales, disminuyendo la capacidad laboral, afectando el rendimiento y la calidad de trabajo del profesional de enfermería. El objetivo principal es determinar, la asociación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua. la muestra está conformada por 60 enfermeras, la investigación es de tipo no experimental, diseño correlacional, prospectivo y transversal , se utilizo como técnica la entrevista y como instrumentos el cuestionario de la Escala de Evaluación de Estrés de Enfermeras NSS con alfa de cronbach superior a 0.76 el cuestionario de estimación de afrontamiento de COPE con alfa de cronbach 0.77 . Resultados: el 63.3 % es nombrado y 36.7% contrato CAS, con estado civil casadas un 46.7 %, el 33.3 % soltera y otros un 20%. Las estrategias de afrontamiento a veces utilizadas por el profesional de enfermería del Hospital Regional Moquegua según dimensiones son; enfocadas al problema 11.7%, enfocadas a la emoción 36.7% otros estilos el 58.3%, presenta estrés laboral un 78.3% del profesional de enfermería y no presenta estrés un 21.7%. Así mismo se encontró la asociación existente entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de Enfermería, con un ( $p= 0.021$ )

**PALABRAS CLAVE:** Estrés laboral, Estrategias de Afrontamiento, profesional de enfermería.

## ABSTRAC

Stress is a public health problem that affects all work and personal areas becoming a risk factor for occupational diseases, decreasing work capacity, affecting the performance and quality of work of the nursing professional. The main objective is to determine the association that exists between coping strategies and work stress in the nursing professionals of the Hospital Regional Moquegua. The sample is made up of 60 nurses, the research is non-experimental, correlational, prospective and cross-sectional design, the interview technique was used as the questionnaire of the NSS Nurses Stress Assessment Scale with cronbach alpha superior to 0.76 COPE coping estimation questionnaire with cronbach alpha 0.77. Results: 63.3% are appointed and 36.7% are CAS contracts, with married status 46.7%, 33.3% are single and 20% are married. The coping strategies sometimes used by the nursing professional of the Regional Hospital Moquegua according to dimensions are; Focused on the problem 11.7%, focused on the emotion 36.7% other styles 58.3%, present work stress 78.3% of the nursing professional and does not present a 21.7% stress. Likewise, the association between work-related stress and coping strategies in Nursing staff was found, with a ( $p = 0.021$ )

**KEY WORDS:** Workplace stress, coping strategies, nursing professional.

## **I. INTRODUCCION**

### **1.1. Realidad problemática**

El estrés es un problema de salud pública, del mundo de la globalización, que origina conflictos laborales y personales, aumenta la probabilidad de morbilidad en el personal de salud y repercusiones en la calidad de atención al paciente. Las estrategias de afrontamiento actúan como mecanismos de protección para el manejo del estrés.

Flores (2014), determino que las enfermeras de las REDESS Puno presentan un nivel de estrés severo en 40%; y las enfermeras de las REDESS San Román encuentra que presentan un nivel de estrés en 45.7%, las estrategias de afrontamiento al estrés más utilizadas por enfermeras de las REDESS Puno y San Román resultaron ser orientadas al problema fueron: planificación de actividades con 22.9% y un 31.4% respectivamente (1).

La Oficina Internacional del Trabajo (OIT) publicó un informe Workplace stress: a collective challenge (Estrés en el trabajo: un desafío colectivo). En este artículo nos menciona sobre las estrategias a usar para la prevención del estrés en el ambiente laboral con el objetivo de mejorar la salud mental de los trabajadores, lo importante que resulta el conservar y practicar una estrategia colectiva para la prevención y control de las causas del estrés laboral (2).

Díaz y Gabidia (2013), en su estudio observaron que en el personal enfermería del Hospital II de Tarapoto, el 10.0% del personal que labora presenta estrés y nivel bajo de desempeño profesional, asimismo resulto

que el 18.3% con estrés laboral y nivel medio de desempeño profesional, con un valor  $p=0.003$ . (3).

Campero , De Montis , González (2013) Determinaron que el profesional de enfermería que laboran en la UCI tienen algún grado de estrés (94%). Por otro lado estudios realizados en Estados Unidos mencionan que el 30% de 11 millones trabajadores que prestan servicios de salud categorizados como Alto Riesgo están expuestos a padecer estrés (4).

Machena, Medina (2013) en su estudio de investigación determinaron que el 70% de las enfermeras del HRDT (Hospital Regional Docente de Trujillo) y el 60% del HBT (Hospital Belén de Trujillo), resultaron con un nivel bajo de estrés psicológico; por otro lado las enfermeras que resultaron con un estrés laboral de alto nivel el 40% del HBT y 30% del HRDT con un valor  $p=0,537$ , llegando a la conclusión que no existe un valor de significancia de los niveles de estrés psicológico de las enfermeras que laboran en la UCI de ambos hospitales rechazándola hipótesis planteada puesto que el valor de  $p$  resultado mayor a 0.05 (5).

De la Rosa Rojas, Chang (2015) Evaluaron el nivel de estrés y las formas de enfrentarlo en una población de alumnos de las facultades de Medicina, Derecho y Psicología de una Universidad Privada de Lima. Los estudiantes de Medicina presentaron mayores niveles de estrés (mediana = 46.7) en comparación con los estudiantes de Psicología (mediana = 39.1) y Derecho (mediana = 40.2) con un valor de significancia de  $p < 0.05$ . Por consiguiente los mecanismos de afrontamiento se relacionaron a la solución del problema como reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social (6).

Echevarría (2012) en su estudio de investigación comprobó; en una población de niños que oscilan de entre 7 y 12 años de edad, determinaron que entre las estrategias de afrontamiento que son enfocadas al problema y el cociente emocional existe una relación significativa, resultando una

correlación de Spearman de 36 que representa un valor  $p = <0.01$ , por otra parte encontraron también relación significativa entre las estrategias de afrontamiento enfocadas a la emoción y el cociente emocional total, con una correlación de 41 que representa un valor  $p = 0.01$  (7).

A nivel Regional y/o local, no se tienen trabajos de investigación, tampoco se tiene cuantificado exactamente algún dato estadístico en relación a las variables de estudio. Son estas razones las que motivaron a mi persona a realizar el presente trabajo de investigación, titulado: "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS LABORAL EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA, MARZO 2017".

## 1.2. Trabajos Previos

### **Antecedentes Internacionales.**

**Texeira, Gherardi, Pereira (2012).** Realizaron el estudio de investigación titulado "Estrés Laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria". Canadá. La muestra se compone de una mayoría de mujeres, con una edad media de 47,1 años, casadas o en pareja, auxiliares de enfermería, con único vínculo de empleo y que tuvieron trabajo en el último año. Estuvieron altamente expuestas al estrés laboral 17,1% encontrando que las estrategias centradas en el problema resultaron ser protectoras en relación al estrés, permitiendo hacer frente a los factores de estrés en el hospital para trabajar de manera optimizada entre los profesionales (8).

**Castillo Ávila Irma Yolanda (2014)** realizaron el estudio titulado "Estrés laboral en enfermería factores asociados". Cartagena – Colombia. La población de estudio es el profesional de enfermería casi el 100% resultaron del género femenino (94,2%) que corresponden a 167 personas

encuestadas. Concluyendo que; él 33.9% que corresponden a 53 enfermeras encuestadas tienen un nivel alto de estrés, así mismo se encontró que son factores asociados al problema ser menor de 30 años, contar con pareja, tener más de un hijo, trabajar en consulta externa, ser contrato fijo, tener vinculo laboral por más de 2 años y 5 años de experiencia en el cargo. Por lo tanto se determinó que los factores personales y laborales se asocian a la prevalencia de estrés en el profesional de enfermería (9).

**Garcia Pazmiño Mercedes , Gonzales Baltazar Angelica , Aldrete Rodriguez Maria , Fernandez Acosta Martin y Leon Cortes Graciela, (2014) , realizaron el trabajo de investigacion titulado “Relacion entre calidad de vida en el trabajo y sintomas de estrés en el personal administrativo universitario” Ecuador.** En una poblacion de 447 trabajadores, al género femenino corresponden un 59.3% y género masculino un 40.7% con un promedio de 46 años y 18 años de permanencia laboral. El 76% de los trabajadores presentan algún tipo de estrés, siendo la población más vulnerable al riesgo de desequilibrio en la Calidad de vida en el trabajo (CVT), se observó que los que adoptan comportamientos sociales, intelectuales, laborales y psicoemocionales presentaron un nivel de estrés bajo. Así también se obtuvo una alta satisfacción en el trabajo por la tercera parte de la población estudiada. Llegando a la conclusión que existe relación significativa entre la CVT y el estrés, resultados que permitieron plantear estrategias para mejorar la CVT (10).

**Yuquilema Guachilema Zoila del Rocio . 2015. “Efectos del estrés laboral y los mecanismos de afrontamiento en el personal de salud del area quirurgica del hospital IESS Riobamaba” Ecuador.** La investigación demuestra que los causales de estrés laboral son: espacios cerrados, temperatura, ruido de las alarmas, iluminación artificial permanente. Los

estresores relacionados con el usuario son: el contacto con el dolor y la muerte, conflictos con pacientes o familiares, enfrentar normalmente situaciones graves, la sobrecarga laboral, conflictos con los mandos superiores, la inexperiencia laboral, falta de recompensa por el esfuerzo realizado, tipo de contrato con la institución, y trabajar en turnos en la noche y en días festivos (11).

### **A nivel Nacional**

**Vizcarra Villanueva Juan Carlos, (2012), realizo un trabajo de investigación en “Estrés Laboral y su relación con la calidad de cuidado que brinda el profesional de enfermería en la Micro Red de salud Cono Sur Tacna”.** En esta investigación se obtuvo como resultado; Los profesionales de enfermería que laboran en la Micro Red Cono Sur el 70% presentan estrés de grado moderado y por consiguiente el 30 % tienen estrés laboral leve, y según la prueba estadística de correlación de Pearson con nivel de confianza 0,05 , el estrés laboral está relacionado en con la calidad de cuidado que brinda enfermería ( $p = 0,001$ ) (12).

**Diaz Arestegui Ivonne, Gaviria Torres Karen, (2013), en su trabajo titulado “Estrés Laboral y su relación con el desempeño profesional en el personal de enfermería del Hospital II-2 Tarapoto –Perú.** El servicio de emergencia en donde se genera con mayor frecuencia el estrés laboral, el 11.7% de los enfermeros que trabajan en este servicio identifican ciertas situaciones o factores causantes de estrés, haciéndolos vulnerables a presentar frecuentemente estrés laboral y en consecuencia disminuyendo el nivel de desempeño profesional, la población en estudio identifica a los factores estresantes psicológicos de mayor relación con el de desempeño

profesional, en el 28.3% de la población de estudio el estrés laboral y el desempeño profesional están relacionados significativamente (13).

**Huaman Rojas Xanier Alexander. (2015). Realizaron la investigación “Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento que aplican las enfermeras (os) de la UCI en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas – 2015”** Donde determinaron que el profesional de enfermería presenta en su gran mayoría Síndrome de Burnout; presentando un nivel bajo de estrés un 40% que representa a 8 personas, en cuanto a dimensiones se obtuvo que el 50% padece de estrés en un nivel alto, seguidamente el 30% (6) nivel medio, por consiguiente el 20%(4) tiene estrés en un nivel bajo. Por otra parte en la dimensión de realización personal un 45 % (9) presenta estrés entre un nivel bajo a alto y solo un 10%(2) tiene estrés nivel medio. Con respecto a las estrategias de afrontamiento relacionados al problema el 95%(19) los usa a menudo y el 5% a veces, las estrategias de afrontamiento relacionadas a la emoción son utilizadas a menudo en un 85% y 15% a veces, por otro lado las estrategias de afrontamiento enfocadas a otro estilos a veces utiliza un 70% y a menudo un 30% (14).

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

La base teórica es de importancia para un respaldo científico así mismo nos ayuda al análisis e interpretación del presente estudio de investigación.

#### **1.3.1. Conceptos generales de estrategias y afrontamiento.**

##### **Estrategias:**

La palabra estrategia proviene de dos términos griegos:

Stratos : ejercito. - agein : conductor , guía.

eso quiere decir que el significado primario de estrategia es el arte de dirigir las operaciones militares.

Esta palabra ha sido utilizada para diferentes fines quedando con un concepto general que estrategias se refiere a técnicas y conjuntos de actividades destinadas a conseguir un objetivo.

##### **Afrontamiento:**

Este concepto viene de la acción de afrontar o afrontarse; refiriéndose a las actividades que un individuo realiza para solucionar inconvenientes.

Desde una perspectiva coloquial; el afrontamiento se relaciona directamente con la confrontación o con las acciones que las personas realizan para solucionar un determinado problema, considerando que las personas no afrontan la situación cuando evitan el problema, en términos generales no hay afrontamiento si no hay confrontación. “es mejor confrontar la realidad que engañarse”. (María Moliner ,1987) (15).

De manera general, el afrontamiento se refiere a una serie de pensamientos y acciones que son usadas por las personas en manera de capacitación para enfrentar situaciones desagradables (Stone y cols., 1988) (16).

La teoría procesual sobre afrontamiento fue iniciado por Lazarus en 1996 dándose inicio en el campo de la investigación la palabra afrontamiento contempla varias áreas de interés, una de las más destacadas son las estrategias de afrontamiento en diferentes grupos poblacionales así como la necesidad de hacer frente al estrés (17).

Lazarus y Folkman , científico que ya en los años de 1986 como aporte de sus investigaciones pudo definir el afrontamiento como conductas y esfuerzos cognitivos cambiantes en el individuo ante situaciones difíciles que resulten excedentes a las demandas tanto internas y/o externas que fueron desarrolladas para el manejo de estas (15).

### **Diferencias entre conceptos similares.**

#### **Estilos de Afrontamiento.**

Los estilos de afrontamiento se refieren mas en lo personal, es la disposición que presenta la persona frente a situaciones adversas y son quienes determinan que estrategia de afrontamiento usar según en la situación espacial y temporal en la que se encuentren. Fernández Abascal (1997) (18).

En este sentido, los estilos de afrontamiento se pueden considerar como disposiciones generales que llevan a la persona a pensar y actuar de forma más o menos estable ante diferentes situaciones.

### **Estrategias de afrontamiento.**

Las estrategias de afrontamiento se refieren a procesos firmes que se utilizan en determinado tiempo y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las situaciones que se vayan presentando. (Sandín, Chorot, Santed y Jiménez, 1995) (18).

Algunos teóricos consideran que ambos conceptos se complementan, refiriéndose a los estilos como formas estables para afrontar una situación estresante, por otra parte las estrategias de afrontamiento son las acciones y comportamientos en si ante el estrés. (Pelechano, 2000) (18).

Llegando a la conclusión que los estilos y estrategias de afrontamiento que dispone la persona y que utiliza de forma habitual, puede resultar un medio de dificultad o facilidad para interactuar con otros individuos que servirá para relacionarse de una forma más efectiva con los demás.

### **Concepto de estrategias de afrontamiento.**

Desde años pasados es que se viene hablando de estrategias de afrontamiento, durante estos últimos 20 años se han planteado varios estereotipos de cómo debería de comportarse una persona ante situaciones adversas. Para entender mejor sobre estrategias de afrontamiento citamos algunos conceptos:

Entre aquellos años de los treinta y cuarenta del siglo XX Investigaciones de la medicina se enfocaron a desarrollo fisiológico que produce el afrontamiento a una situación; en aquellos años lo planteaban como una manera de supervivencia que dependía de la habilidad del individuo en su entorno si resultaba ser un ambiente adaptable y seguro que ayuden a actuar con el fin de controlar y si es necesario escapar de una situación peligrosa (18).

Por otro lado las estrategias de afrontamiento los conceptualizan como recursos psicológicos que el individuo utiliza para hacerle frente a un problema o situación desagradable, aunque estos recursos no siempre resultan favorables y/o exitosas pero sirven para enfrentar, evitar e incluso contribuir al fortalecimiento personal y psicológico de la persona (McCubbin, Cauble y Patterson 1982) (18).

Como otra definición se encontró que el afrontamiento son los esfuerzos de acción y respuesta sobre uno mismo en relación a su entorno , estos se convierten en impulsos de respuesta a las demandas tanto internas como externas que resultan excedentes al control de nuestras posibilidades, con el objetivo de establecer un equilibrio y restablecer la situación. Una definición más técnica del concepto de afrontamiento es: “esfuerzos por reducir los efectos negativos del estrés sobre el bienestar individual” (Edwards, 1.988) (19).

Las estrategias de afrontamiento en ingles es llamado coping. Esto hace referencia a los esfuerzos que son manifestados por la conducta que adopta el individuo en su medio interno y externo ante procesos que excedan y ocasionen un desequilibrio entre el individuo –

ambiente; también se trata de un término de la psicología que generalmente se relaciona al estrés (20).

#### **1.3.1.1. Proceso del Afrontamiento.**

Desde la perspectiva psicológica humanista el afrontamiento es considerado como un proceso en el que se puede observar distintos componentes (15).

Al hablar de valoración nos referimos de una de las primeras etapas de evaluación, donde se establece el grado de repercusión que tiene un determinado evento en la persona de la misma manera su comportamiento ante el mismo, Se puede determinar dos formas de valoración.

**Desafío:** es considerando en primer lugar aunque no necesariamente en ese orden, en esta primera forma en el que la persona evalúa que oportunidades tiene para hacer frente a una situación desagradable, considerando en un inicio como un reto.

**Amenaza:** es la segunda forma de valoración, se entiende un sentimiento de peligro o riesgo ante una situación que supera en demasía los recursos que la persona que tiene para mantener un equilibrio constante.

Si nos referimos a ambas se encuentran relacionadas negativamente, ya que si uno disminuye el otro aumenta contradictoriamente.

Durante la valoración el individuo considera diversas alternativas de acción que al tomarlos en cuenta cambia una situación obteniendo un resultado. Por lo tanto se debe tener en cuenta que el proceso de valoración se da en cualquier momento de una determinada situación, por consiguiente es un proceso que tiene una duración considerable en el que el individuo realiza previas evaluaciones y reevalúa sus acciones que repercutirán en cambiar la situación.

Ante una situación sea desagradable e inoportuna la persona realiza una valoración amplia de la situación, evalúa si ésta afecta su condición actual y cuáles son las medidas de acción que llevara a cabo, es ahí donde se emite una primera respuesta emocional que generalmente será influenciada por el evento a enfrentarse, de este modo estas respuestas tienen características singulares y de intensidad determinada.

Seguidamente como parte del proceso aparecen los recursos y/o características personales de cada individuo, características que hacen resolver las dificultades y así disminuir el malestar que se ha producido por el evento, si estos recursos no son suficientes es ahí que aparecen las estrategias de afrontamiento que repercuten en la persona para realizar los cambios de la situación (16).

A medida que las estrategias de afrontamiento sean utilizadas por la persona, esto efectuara un cambio así éste sea mínimo , pero sin embargo repercutirá significativamente en el individuo y la situación, en consecuencia provoca una reacción emocional con características e intensidad definidas por la personalidad

que al ser efectuadas estas terminan por el agotamiento de la persona y así finaliza todo.

### **1.3.1.2. Recursos de afrontamiento.**

Baum y Singer establece un concepto de recursos de afrontamiento de la persona, estos son caracteres, capacidades innatas , derivadas de factores genéticos e influenciadas por el entorno que lo rodea y las relaciones sociales que frecuenta el individuo , que son necesarias para adaptarse y ocasionar un efecto en una determinada situación de estrés. Baum y Singer mencionan que el recurso de afrontamiento es como "profilaxis social y psicológica" con el fin de reducir el estrés ante una situación o problema (21).

Clasificación de los recursos de afrontamiento según Rodríguez Marín.

- Recursos físicos/biológicos: Se refiere a todo lo que posee la persona como algo propio a través de su genética y el ambiente en el que se desarrolla para hacerle frente a una situación estresante así tenemos la propia salud física, energía, fuerza, resistencia aquí también se considera el entorno físico.
- Recursos psicológicos/psicosociales: aquellas que refieren a las características psíquicas y habilidades propias de la persona que ayudaran a afrontar un problema estresante así tenemos la capacidad intelectual, autocontrol, autoestima, creencias, capacidad de controlar un problema (22).

- Recursos culturales: estos recursos se refieren a los valores, creencias, costumbres que son adquiridas por la sociedad y culturalmente reconocidas de la que la persona forma parte como son las normas, prejuicios , creencias, símbolos , costumbres.
- Recursos sociales: se incluye aquí el apoyo social, recurso crucial para hacer frente a los estresores (22).

### 1.3.1.3. Tipos de estrategias de Afrontamiento.

Según: STEPTOE (1997) Establece una taxonomía que consta de cuatro grupos de estrategias de afrontamiento:

a. **Las estrategias centradas en el problema de carácter conductual;** son aquellas acciones que intentan de manera explícita actuar ante la situación estresante. Las más conocidas entre ellas tenemos :

- El solucionar problemas.
- El autocontrol.
- La evitación
- El escapar de una situación.

b. **Las estrategias centradas en el problema de carácter cognitivo;** Son los intentos de solucionar los problemas de la forma en la que éste es percibido. Entre ellas se encuentran:

- Prestar la atención en la selección de aspectos positivos de una determinada situación.
- La conceptualización de los factores estresantes para no considerarlos amenazantes.
- La percepción de las situaciones como oportunidades para el logro personal en vez de amenazas a la seguridad.

c. **Las estrategias centradas a la emoción de carácter conductual**; son aquellas que intentan mejorar el impacto emocional que tienen los estresores sobre el sujeto. Se trata de acciones irrelevantes para modificar la situación se utiliza en aquellas situaciones en que actuar supone un conflicto para el sujeto, o las respuestas que este emite se ven frustradas. Se incluyen en estas categoría :

- Conductas de desplazamiento como fumar , beber
- Emplear un tono sarcástico en el dialogo
- Búsqueda de apoyo social.
- Búsqueda de información sobre el problema.

d. **Las estrategias centradas en la emoción de carácter cognitivo**; son aquellas estrategias que son utilizadas para el manejo de alteraciones emocionales en situaciones estresantes (23).

Según; Lazarus y Folkman determinaron dos tipos de afrontamiento dirigidos al problema y a la emoción

Según Carver nos menciona de una manera mucho más amplia estilos de afrontamiento, ya que plantea variedad de

posibilidades que servirán para hacer frente a situaciones que consideren amenazantes para un desequilibrio psicológico, físico y emocional. Es así que Carver junto a sus colaboradores determinaron los siguientes estilos de afrontamiento:

#### **a. Afrontamiento dirigidos al problema**

Se refiere a la acción que el individuo realiza con la intención de cambiar la situación actual ya sea evitando o disminuyendo la amenaza, comprende de lo siguiente:

- **Afrontamiento activo:** Son acciones que el individuo realiza para incrementar energía y esfuerzos con el objetivo de disminuir, evitar al estresor y minimizar los efectos negativos.
- **Planificación de actividades:** es un proceso que consiste en enfrentar al estresor para esto se tendrá que organizar, dirigir y planificar estrategias, escogiendo la más idónea para el manejo del problema.
- **Supresión de actividades distractoras:** Son aquellas conductas que suelen centrarse en estrategias mas específicas para el mejor manejo de estresores, evitando cualquier medio de distracción y centrándose en el objetivo.
- **Refrenar el afrontamiento:** Se refiere a postergar o suspender todas las acciones que tienen el fin de

afrontar a los estresores, hasta el momento en el que se considere adecuado para actuar frente al problema.

- **Búsqueda de soporte social por razones instrumentales:** Significa buscar en las otras personas consejo, asistencia, información y orientación con el fin de solucionar el problema.

#### **b. Afrontamiento dirigido a la emoción.**

Son aquellas acciones orientadas a evitar o disminuir reacciones emocionales que se desencadenan por una situación estresante y lo comprenden:

- **Soporte social por razones emocionales:** Es la referente a la búsqueda de ayuda para lograr un soporte moral, empático y la comprensión de otras personas con el objetivo de disminuir una acción emocional negativa.
- **Reinterpretación positiva y crecimiento:** al presentarse una situación desagradable el individuo realiza una valoración y evalúa la presencia reconociendo las cualidades favorables, quiere decir que se rescata lo positivo que puede generar un beneficio en una situación adversa que servirá como un aprendizaje para adversidades futuras.
- **Aceptación:** Esta comprende en dos aspectos , como primer paso es el aceptar la situación que genera estrés , que es real su existencia y por ende se realiza

una evaluación primaria, por consiguiente el individuo en segundo proceso acepta la situación como real hecho con el que se empieza a convivir ya que resulta inmodificable en ese momento.

- **Centrarse en las emociones y liberarlas:** El individuo se centra a las consecuencias emocionales desagradables que puede presentarse, el individuo termina por expresar sus sentimientos abiertamente.
- **Acudir a la religión:** Ante una situación estresante la persona acude a la religión para conseguir un soporte y así reducir la tensión estresante (24).

### c. Adicionales de afrontamiento.

Son acciones que una persona utiliza para evitar una situación estresante, centrándose en la acciones que no están dirigidas a la situación en si misma.

- **Desenganche mental:** Se refiere al individuo que permite la distracción de una variedad de actividades lo distraigan de su fin primordial o meta para enfrentar el problema
- **Negación:** Es cuando el individuo se rehúsa a aceptar la realidad, a creer que el estresor no existe , piensa y actúa como si fuera algo irreal.
-

- **Humor:** Este se refiere cuando el individuo determina o valora una situación estresante como divertida, con buen sentido del humor, haciendo bromas de tema.
- **Desenganche conductual:** Es cuando el individuo pierde el interés por cumplir y alcanzar sus objetivos , el estresor interviene y el individuo se da por vencido sin hacer intentos.
- **Uso de sustancias:** Consiste en optar el consumo de sustancias nocivas como el alcohol o drogas con la intención de disminuir los efectos emocionales de una situación estresante (24).

#### 1.3.1.4. Factores del mecanismo de afrontamiento

Según HUGO SEYLE MELGAREJO, dividen en tres factores:

##### a. Pensamiento positivo

Consiste en rescatar lo positivo de la situación estresante, creando un nuevo significado para salir invicto de problemas

Se escucha muy comúnmente las siguientes frases:

- Ante una situación problemática, trato de olvidar los aspectos negativos y rescato los positivos.
- Ante una situación estresante como los exámenes, pienso que saldrán bien los resultados ya que soy capaz.

**b. Búsqueda de apoyo social**

Este factor refiere a un afrontamiento donde se destaca la conducta y la actividad que realiza el individuo, quien realiza acciones encaminadas a la búsqueda de información, orientación, apoyo social y comprensión para mejorar la situación emocional en la que se encuentra.

**c. Planificación y gestión de recursos**

Se aplica un sin número de estrategias, con el fin de cambiar la situación problemática utilizando una aproximación racional y analítica, se considera como parte estas frases:

- Al enfrentarme a una situación problemática realizo una priorización de tareas y de esta manera organizo mi tiempo.
- Al enfrentarme ante una situación problemática considero y elaboro un plan de acción para continuar (25) .

**d. Estrategias de mecanismo de afrontamiento.**

Los trabajadores de salud estiman a las estrategias de afrontamiento como respuestas a las situaciones problemáticas y entre ellas se justifican.

- Trabajar con los diferentes servicios considerando las conductas y situaciones propias de cada servicio.

- Trabajar con situaciones y conductas propias de cada servicio concreto.
- Usar otros tipos de variables que sean más familiares para uso técnico.
- Defender un planteamiento que resulte ser propio de cada persona considerando el medio ambiente, su parte psíquica y emocional del individuo.
- Facilitar la comprensión dando importancia al uso de terminología en el ambiente laboral.
- Plantear a lo largo de la vida una preparación psicológica, tomar una perspectiva contrapuesta a la solución de situaciones problemáticas , así también sea posible plantearse actitudes para evitar o disminuir el (25).

### **1.3.2. Generalidades de estrés laboral**

El trabajo y nuestra carrera profesional es parte importante de la vida, ya que nos provee de ingresos, nos ayuda a lograr nuestras metas personales, construir nuestros grupos sociales y servir a nuestra comunidad. Ante esto con el tiempo nos puede conducir a sufrir de riesgos psicosociales y el estrés laboral que se encuentran entre los problemas que más dificultades plantean en el ámbito de la seguridad y la salud en el trabajo.

### 1.3.2.1. Antecedentes Históricos del estrés

El término stress tiene su origen en la física a final del siglo XVII Robert Hook, descubrió la “ley de la elasticidad” que refería cómo el cambio de la forma de un cuerpo elástico era proporcional a la fuerza deformante y fueron necesario aproximadamente cien años más, para que Thomas Young formulara la ley y definiera el concepto de estrés. De esta forma desde el punto de vista físico, el estrés es una respuesta dentro del objeto inherente a su estructura y provocada por una fuerza externa (26) .

En la segunda mitad del siglo XIX El Fisiólogo francés Claude Bernard comenzó a estudiar la influencia sobre el organismo humano de los cambios ambientales de su entorno .Detecto que ciertos mecanismos en el ser humano le permitían mantener un reajuste interno de los desajustes provocados externamente para devolver el equilibrio del organismo (27).

No fue hasta principios del siglo XX el fisiólogo Norteamericano Walter Cannon por primera vez empleo el término “homeostasis” para significar ese mantenimiento del medio interno , se refería a un comparativo con la fatiga que ocurre con los materiales y emplea la palabra “Stress” .

La concepción técnica del término estrés se remonta a la década de 1930, cuando el Dr. Hans Selye endocrinólogo Húngaro de la universidad McGill de Montreal. Su ya famosa teoría G.A.S (General Adaptation Síndrome). La teoría del síndrome de adaptación general, muchas veces denominado Síndrome del stréss, en realidad se desarrolló accidentalmente cuando Seyle buscaba una nueva hormona en 1934 mientras trabajaba con

ratas en el laboratorio. En su teoría estableció las probables etapas de reacción al estrés en función de la respuesta al estímulo percibido. La primera etapa siempre es una alarma en la que el organismo acciona los mecanismos relacionados a la secreción de algunas hormonas sin que por ello perciba el sujeto síntoma físico alguno. Sin embargo suele producirse un estado de excitación que altere el ánimo con tendencia al optimismo y si el estímulo persiste (28)

### **1.3.2.2. Definición de estrés**

Revisando los antecedentes el origen de la palabra estrés se remonta al siglo XIV proveniente de la palabra francesa “destresse” que quiere decir “ser colocado bajo estrechez y opresión” fue entonces que el estrés tomo un sentido no técnico y mas humanístico ya que nace a raíz de los problemas y adversidades que se enfrentaban en esos tiempos (29) .

Considera que el estrés es un proceso que se activa o pone en marcha cuando la persona percibe una situación o acontecimiento como una amenaza que desborda sus recursos. José Acosta (2008) (30).

Mingote Adán José Carlos (1999) , Desde la perspectiva psicosocial proponemos esta definición integradora del estrés como el resultado individual de la discrepancia percibida entre las demandas planteadas y los recursos con los que cuenta y que produce percepción de riesgo de pérdida de control sobre su situación vital experimentada, que motiva a recuperar en control

adaptativo. En la experiencia estresante traumática el desbalance entre las demandas y los recursos es de tal magnitud que produce la vivencia catastrófica de pérdida de control adaptativo (31) .

Según Kreither y Kinicki (1997), determinan al estrés como una respuesta adaptativa, influenciada por las características y/o procesos psicológicos del individuo, que es la resultante de alguna acción, eventos que evidencia la importancia de las exigencias físicas o fisiológicas propias de una persona.

### **1.3.2.3. Fitopatología del estrés**

Según Seyle (1936) identifica tres fases en la producción del estrés.

**Reacción de alarma:** Es la primera fase, el organismo se ve amenazado por eventos desagradables ocasionando una alteración fisiológica, se activan ciertas glándulas, en especial el hipotálamo, la hipófisis y glándulas suprarrenales , se entiende que el organismo no tiene energías y por ello le ordena que libere adrenalina reaccionando estas glándulas. El cuerpo se prepara y responde aumentando la frecuencia cardiaca y la presión arterial.

**Estado de resistencia:** En esta fase el organismo sigue liberando adrenalina y se mantiene activo, empiezan a parecer los primeros síntomas como el cansancio y aun así la persona sigue respondiendo bien y cuando el problema o la situación estresante desaparecen, el organismo vuelve a la normalidad.

**Fase de Agotamiento:** Si la situación estresante persiste, la activación del organismos y los estímulos no disminuyen, la resistencia termina por agotarse y se desencadena signos de alarma que manifiestan un desequilibrio como alteraciones físicas y psíquicas, si el estrés persiste se torna peligrosa, suele depositarse en un órgano del cuerpo ocasionando daño (32).

### **1.3.2.3. Definición de estrés laboral**

La Organización internacional del trabajo conceptualiza al estrés laboral como la acción de una persona ante diversas situaciones que le ejercen presión y presentan exigencias que no responden a sus conocimientos y capacidades generando un afrontamiento a una situación que empieza a convertirse desagradable.

El estrés laboral se agrava cuando el trabajador siente que no recibe mucho apoyo de sus compañeros y más si tiene un control limitado para hacer frente a las situaciones estresantes que se presentan en su entorno laboral. (33) .

Sotillo indica que el estrés laboral es un conjunto de fenómenos internos que se producen en el organismo y altera la salud del trabajador siendo factores intervinientes los agentes estresantes lesivos que provienen de ambiente laboral.

Para Shultz (1995), El estrés laboral viene de un origen netamente psicológico considerándose como un trastorno que causa un daño físico grave generalizándose en la vida cotidiana del hombre actual.

#### 1.3.2.4. Tipos de estrés Laboral.

##### **En función de la duración y el alcance del estrés laboral:**

El Doctor Oscar E. Slipak (Revista Alcmeon, 1996) distingue dos tipos de estrés laboral en este sentido:

**Estrés laboral episódico:** Este tipo de estrés es de corta duración y se presenta esporádicamente, se presenta de manera puntual. Un ejemplo podría ser un tipo de trabajo puntual en el puesto laboral, que ocasiona un aumento del nivel de estrés en el empleado.

**Estrés laboral crónico:** Es aquel estrés que se presenta de manera repetitiva por la presencia prolongada de diversos estresores, en algunas situaciones el estrés se torna constante en la vida diaria ocasionando en el trabajador una disminución de resistencia que resulta siendo dañino y ocasiona consecuencias graves en el organismo (ejemplo el síndrome de Burnout).

##### **En función de si se trata de estrés positivo o negativo:**

**Eustress (positivo o beneficioso):** Es una respuesta eficaz de nuestro cuerpo para hacer frente a una situación que necesite una mayor atención, se trata de una situación ideal para mantenernos en alerta sin forzarlo en exceso.

Éste tipo de estrés laboral resulta beneficioso, ya que aumenta nuestras capacidades, nos motiva, y nos hace más productivos.

**Distress (negativo o perjudicial):** Este tipo de estrés sucede cuando nuestro organismo está expuesto a sucesos estresantes que se presentan de manera repetitiva y el organismo reacciona de manera inadecuada ya que superan nuestras capacidades. Tratándose de un tipo de estrés laboral que perjudica a nuestro organismo reduciendo el rendimiento (33).

#### **1.3.2.5. Factores de Estrés Laboral**

Existen variedad de factores que pueden ocasionar estrés entre ellos se pueden mencionar carga laboral, contenido del trabajo, clima laboral , etc.

Chuchon y Artazcoz, en su estudio indicaron como factores estresantes, escasez de personal, no tener tiempo suficiente para realizar las labores esto resulta negativo más aun cuando existe demasiado quehacer es difícil de realizar (28).

Cooper describe como principales estresores en los profesionales de enfermería: Tareas típicas de la profesión, como el contacto con moribundos y la muerte, la carga de trabajo conflicto de roles con los mismo pacientes, familiares e incluso compañeros de trabajo (34).

Escriba (2005) indica como estresores en el profesional de enfermería de un área hospitalaria , la permanencia continua con el sufrimiento, el sufrimiento de pacientes en estado crítico, la falta de apoyo por parte de los compañeros, la sobrecarga de trabajo y la presión de tiempo, los conflictos con otros grupos ocupacionales (28).

Pamela Gray-Toft y James G. Andes, realizaron diversas entrevistas a los profesionales de salud determinando tres grupos (35).

**Factores Físicos:** Son aquellos estresores que se refieren a las características propias del trabajo como las actividades y en el ambiente que se desarrollan.

Los estresores que se relacionan con el ambiente de trabajo son perjudiciales en la salud de los profesionales, ya que alteran el curso normal distorsionando la tranquilidad y concentración que se necesita para realizar la labor de manera adecuada. Los servicios de Hospitalización se atienden pacientes que por sus propias características ocasionan estrés, como también las condiciones ambientales y el riesgo biológico al que se enfrenta el trabajador en su ambiente laboral (34).

Tenemos los siguientes factores estresantes:

- Los relacionados con el contenido del trabajo.
- La carga de trabajo.
- Los horarios irregulares.
- El ambiente físico en el que se realiza el trabajo.

**Factores Psicológicos :** Es la característica psíquica propia de cada persona, es el interior de una persona que determinan su conducta y su pensamiento ante una situación estresante, en cuyas acciones se ve reflejada en la adaptación al ambiente y forma de actuar sobre él.

Aquellas personas que presentan un carácter irritable, agresivo, impulsivo, tensos ya sea en su entorno o con las relaciones interpersonales son problemáticas , por otro lado existen persona

que interiorizas sus respuestas al estrés ellas se característicamente por ser pasivos, apacibles, extremadamente colaboradores se caracterizan por ser antisociales. (28).

Las características propias de la profesión hace convivir con pacientes y sus familiares que presentan sufrimiento, son sometidos a procedimientos dolorosos y para ello el profesional de salud deberá de estar emocionalmente desarrollado para ayudar a controlar el dolor y generar una esperanza a los pacientes esto resulta un tanto satisfactorio y así como un riesgo al estrés **(10)**.

Se considera entre estos factores se considera:

- Muerte y sufrimiento
- Preparación insuficiente.
- Falta de apoyo en las actividades.
- El grado de responsabilidad.
- Incertidumbre en el tratamiento.
- El contacto con pacientes.
- La necesidad de mantenimiento y desarrollo de una cualificación profesional.

**Factores Sociales:** Se refieren a las características de la organización del trabajo que afectan la salud de los trabajadores de la institución.

Las relaciones interpersonales es un factor muy importante así como también las relaciones con la organización, una relación conflictiva, destructiva, de poco apoyo, no cooperativas producirán niveles de estrés entre los integrantes de la organización. El trabajo que desempeña la enfermera no puede

hacerlo sola , necesitará del apoyo y el trabajo en equipo , de esta manera la compañía de sus compañeros de trabajo hará que se pueda enfrentar a las dificultades el saber que se puede contar con otros resulta como una medida protectora para el estrés **(10)**.

Entre estos factores tenemos

- Problemas con los médicos y otros miembros del equipo de enfermería.
- El conflicto y la ambigüedad de rol.
- La violencia hacia el profesional sanitario.
- Los contactos sociales y el clima de la organización.

#### **1.4. Formulación del problema**

¿Cuál es la asociación que existe entre las estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017?

#### **1.5. Justificación del estudio.**

El estrés laboral en el mundo de la globalización ha alcanzado cifras alarmantes cuando se le asocia al área laboral cuyo resultado a mediano o largo plazo deriva con la presencia de morbilidad, lo cual disminuye el rendimiento laboral del trabajador de la empresa u organización, es importante aplicar estrategias de afrontamiento que permitan compensar los niveles de estrés laboral.

Es importante la presente investigación ya que permite determinar el nivel de estrés laboral y sus estrategias de afrontamiento para poder aplicar medidas de prevención a nivel primario y secundario.

La relevancia social está determinada por el aporte del conocimiento a la organización y la aplicación de estrategias de prevención como principal herramienta para mejorar el nivel salud y bienestar de los trabajadores.

En relación al aporte teórico la producción del nuevo conocimiento formara la base para aplicar otras investigaciones ya que en la actualidad no existe investigación científica en relación a las variables de estudios.

Metodológicamente la aplicación de los instrumentos servirá de referencia para replicar en escenarios similares a la unidad espacial donde se realiza la investigación.

## **1.6. Hipótesis**

**H1:** Existe asociación entre las estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.

**H0:** No existe asociación entre las estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.

## **1.7. Objetivos**

### **1.7.1. Objetivo General**

Determinar la asociación que existe entre las estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.

### **1.7.2. Objetivo Específicos**

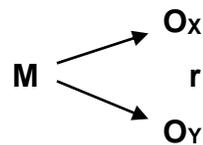
- Identificar las estrategias de afrontamiento según dimensiones en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.
- Evaluar estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.

## II. METODOS

### 2.1. Diseño de Investigación

Tipo de investigación no experimental, no se manipula la variable independiente y se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos, según Hernández (2010). (36)

El Diseño de investigación es correlacional para establecer la relación entre ambas variables. (16)



**M** : Representa enfermeras que trabajan en el Hospital Regional Moquegua.

**O<sub>x</sub>** : Representa niveles de estrés del profesional de enfermería.

**O<sub>y</sub>** : Representa las estrategias de afrontamiento a estrés.

**r** : Representa el grado e relación que existe entre la variables .

### 2.2. Variables

En esta investigación las variables estudiadas son:

**Variable independiente** : Estrés Laboral

**Variable dependiente** : Estrategias de afrontamiento al estrés

### Operacionalización de Variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Sub Indicador	Escala de medición
Estrés laboral	Se define a la reacción que tiene un individuo frente a una exigencia o presión laboral que no se encuentra en la capacidad de enfrentar la situación  (OMS)	Se refiere a la excesiva demanda laboral que supera la capacidad del individuo generando una saturación física o mental que puede tener consecuencias en la salud.	Factores Físicos	Con estrés Físico (21-42)	Con Estrés ( 50 - 102) Sin Estrés (0-49)	Razón
				Sin estrés Físico (0-20)		
			Factores Psicológicos	Con estrés Psicológico (20-39)		
				Sin estrés Psicológico (0-19)		
			Factores sociales	Con estrés Social (20-39)		
				Sin estrés Socia (10-10)		

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Sub indicador	Escala de medición
Estrategias de Mecanismos de Afrontamiento	Es el conjunto de acciones Que tienen el fin de controlar las situaciones adversas . (Lazarus & Folkman 1984)	Es el conjunto de actividades conductuales y cognitivas que se usan para hacer frente a sucesos estresores	Estrategias Enfocados al problema	Estrategias utilizadas (31 - 40)	Estrategias utilizadas (91 - 120 ) Estrategias a veces utilizadas (61 – 90) Estrategias no utilizadas (30 – 60)	Intervalo
				Estrategias a veces utilizadas (21 - 30)		
				Estrategias utilizadas no utilizadas (20 - 10)		
			Estrategias Enfocados a la emoción	Estrategias utilizadas (31 - 40)		
				Estrategias a veces utilizadas (21 - 30)		
				Estrategias utilizadas no utilizadas (20 - 10)		
			Estrategias Enfocados a otros estilos	Estrategias utilizadas (31 - 40)		
				Estrategias a veces utilizadas (21 - 30)		
				Estrategias utilizadas no utilizadas (20 - 10)		

### 2.3. Población.

La población total está conformada por el total de la población que se encuentra conformada por 68 enfermeras que laboran en el Hospital Regional Moquegua.

CONDICION LABORAL	TOTAL
Nombrado	44
Contrato CAS	23
Contrato por terceros	1
Total	68

#### Criterio de inclusión.

- Enfermeras que desean participar en el estudio.
- Enfermeras con condición laboral CAS.
- Enfermeras con condición laboral Nombrado.

#### Criterio de exclusión

- Enfermeras que no desean participar en el estudio.
- Enfermeras que se encuentren de vacaciones o licencia.
- Enfermeras con menos de 1 año de servicio y que cuenten con contrato por terceros.

**Muestra:** Tomando en cuenta los criterios de inclusión y exclusión se considero una muestra total de 60 enfermeras que laboran en el Hospital Regional Moquegua.

#### **2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.**

Para llevar a cabo el estudio, se realizó el trámite administrativo mediante un oficio al Directora del Hospital regional de Moquegua a fin de obtener la autorización para su ejecución, luego se realizó la coordinación con la jefa de enfermeras a quien se le explica la importancia y los objetivos del estudio.

Se acudió a la institución durante cuatro semanas en horarios de entregas de turno, al ingreso del personal de enfermería de guardia diurna y nocturna, así también se aprovechó las reuniones de capacitación.

Se realizó la explicación del correcto llenado, cada cuestionario fue autoadministrado por el propio investigado, el llenado tuvo una duración entre de 15 a 20 minutos para su aplicación.

**Técnicas de investigación:** Se utilizó la encuesta para determinar las estrategias de afrontamiento y nivel de estrés en el profesional de enfermería.

**Instrumentos:** Los instrumentos utilizados para la técnica de encuesta es el cuestionario que permitió medir de forma efectiva las variables planteadas.

**Cuestionario para determinar el Estrés Laboral “La Escala de Estrés de Enfermería - NSS”.**

La escala NSS es un instrumento elaborado por Pamela Gray-Toft, adaptada y validada al castellano por Mas y Escriba Vicenta (2000),

mostrando una confiabilidad satisfactoria con un coeficiente alfa de cronbach superior a 0.76 (37)

Este cuestionario determina la frecuencia de ocurrencia de las fuentes de estrés del grupo profesional de enfermería en su área laboral, consta de 34 ítems que se encuentran agrupados:

- 14 ítems de factores físicos : referidos a la carga de trabajo
- 13 ítems de factores psicológicos: muerte y sufrimiento, preparación insuficiente, falta de apoyo e incertidumbre en el tratamiento.
- 7 ítems de factores sociales: se refieren a problemas con los médicos y problemas con otros miembros del equipo de enfermería.

<b>FACTORES ESTRESANTES LABORALES</b>		
<b>FACTORES FISICOS</b>	1 al 14	14
<b>FACTORES PSICOLOGICOS</b>	15 al 27	13
<b>FACTORES SOCIALES</b>	28 a 34	7

Este cuestionario de estrés laboral los ítems a evaluar serán calificados por el método likert.

<b>ESCALA DE EVALUACION</b>	
<b>ESTRÉS LABORAL</b>	
<b>NUNCA</b>	0
<b>ALGUNAS VECES</b>	1
<b>FRECUENTEMENTE</b>	2
<b>MUY FRECUENTEMENTE</b>	3

<b>PUNTUACION</b>			
<b>FACTORES ESTRESANTES LABORALES</b>	<b>NO</b>	<b>SI</b>	<b>TOTAL</b>
<b>FACTORES FISICOS</b>	0 -20	21 - 42	42
<b>FACTORES PSICOLOGICOS</b>	0 - 19	20 - 39	39
<b>FACTORES SOCIALES</b>	0 – 10	20 - 39	21
<b>PUNTUACION TOTAL</b>			102

<b>PUNTUACION TOTAL</b>	
<b>NO CAUSA ESTRES</b>	0 - 49
<b>SI CAUSA ESTRÉS</b>	50 - 102

### **Cuestionario de estimación de Afrontamiento de COPE**

es un instrumento desarrollado en los Estados Unidos de Norteamérica, fue creado por Carver, Scheier & Weintraub (1989) en su versión original consta de 52 items , fue adaptado al español por Crespo M. y Cruzado J.A. 1997

Este inventario fue adaptado en el Perú en 1996 por Casuso . La confiabilidad mostró valores Alfa de Cronbach de 0.68 para los estilos enfocados en el problema, 0.75 , 86 centrados en la emoción, y 0.77 para los otros estilos. (38)

El instrumento se divide en tres dimensiones de estrategias: enfocados en el problema (10 ítems), enfocados en la emoción (10 ítems) y enfocados en otros estilos (10 ítems).

<b>DIMENSIONES</b>	<b>N° ITEMS</b>
<b>Estilos de afrontamiento enfocado al problema.</b>	04, 05 ,11, 15, 16, 18,19, 20 , 22 y 24
<b>Estilos de afrontamiento enfocado a la emoción.</b>	01, 03, 10, 12, 13 ,14 , 21, 23, 27 y 29
<b>Otros estilos adicionales de afrontamiento.</b>	02 , 06, 07, 08, 09, 17, 25, 26, 28 y 30
<b>Total</b>	<b>30</b>

Es un instrumento es de evaluación tipo Likert con una escala de valoración de

<b>ESCALA DE EVALUACION</b>	
<b>AFORNTAMIENTO AL ESTRES</b>	
<b>NUNCA</b>	0
<b>ALGUNAS VECES</b>	1
<b>FRECUENTEMENTE</b>	2
<b>MUY FRECUENTEMENTE</b>	3

<b>UTILIZACION DE ESTRATEGIAS</b>	<b>PUNTUACION</b>
<b>ESTRATEGIAS UTILIZADAS</b>	91 – 120 PUNTOS
<b>ESTRATEGIAS A VECES UTILIZADAS</b>	61 – 90 PUNTOS
<b>ESTRATEGIAS NO UTILIZADAS</b>	30 – 60 PUNTOS

<b>ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADAS</b>	<b>ESTRATEGIAS UTILIZADAS</b>	<b>ESTRATEGIAS A VECES UTILIZADAS</b>	<b>ESTRATEGIAS NO UTILIZADAS</b>
<b>AL PROBLEMA</b>	31 – 40 PUNTOS	21 – 30 PUNTOS	10 – 20 PUNTOS
<b>A LA EMOCION</b>	31 – 40 PUNTOS	21 – 30 PUNTOS	10 – 20 PUNTOS
<b>ESTILOS ADICIONALES</b>	31 – 40 PUNTOS	21 – 30 PUNTOS	10 – 20 PUNTOS

## **2.5. Métodos de análisis de datos**

Los datos, fueron procesados en el programa SPSS versión 21, se presento los resultados en tablas simples y gráficos de doble entrada.

Se utilizo la estadística descriptiva como frecuencia, porcentaje ,se utilizo la prueba paramétrica chi cuadrado para medir el grado de asociación entre las estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.

## **2.6. Aspectos éticos**

Para ejecutar el estudio se tuvo en cuenta contar con la autorización del Director de la institución y el consentimiento informado del sujeto de estudio. Expresándole el carácter anónimo y confidencial.

### III. RESULTADOS

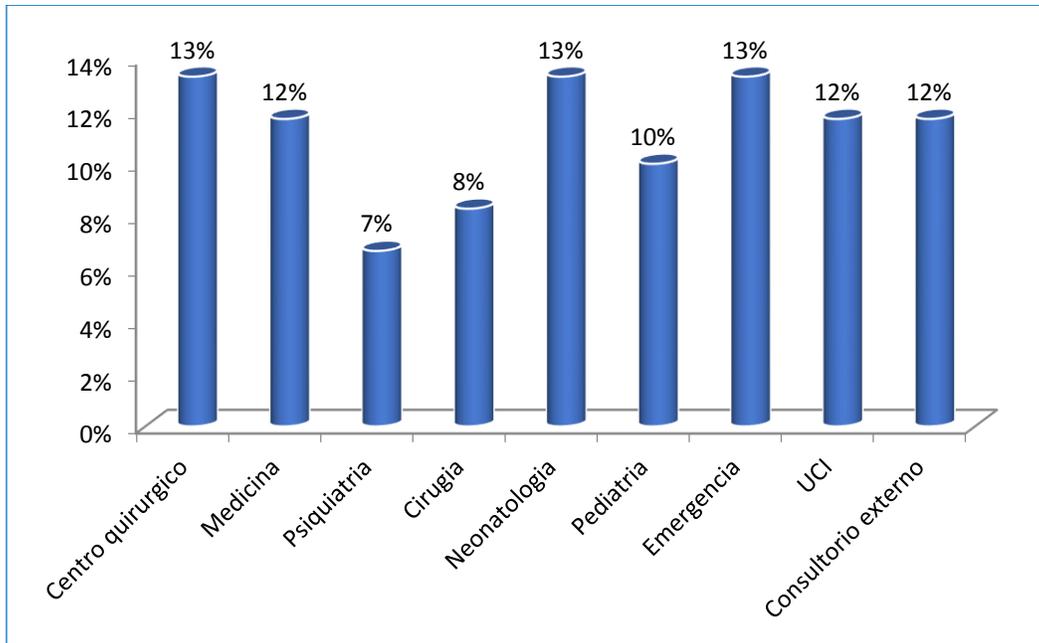
**CUADRO N° 1**  
**DISTRIBUCION DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA SEGÚN**  
**SERVICIOS ASISTENCIALES**  
**HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017**

<b>Servicios Asistenciales</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>	<b>% Acumulado</b>
Centro quirúrgico	8	13	13.3
Medicina	7	12	25.0
Psiquiatría	4	7	31.7
Cirugía	5	8	40.0
Neonatología	8	13	53.3
Pediatría	6	10	63.3
Emergencia	8	13	76.7
UCI	7	12	88.3
Consultorio externo	7	12	100.0
Total	60	100	

Fuente: Base de datos.

En el presente cuadro se observa la distribución del personal de enfermería con mayor porcentaje de 13% en los servicios de centro quirúrgico, emergencia y neonatología, estos servicios se encuentran divididos en sub áreas como el caso de centro quirúrgico que cuenta con dos salas operatorias, recuperación y central de esterilización, emergencia que cuenta con observación y atención de emergencias, Neonatología que cuenta con Hospitalización y alojamiento conjunto. Seguido de la unidad de cuidados intensivos, medicina y consultorios externos con un 11,7 % en cada servicio y en menor porcentaje cirugía con 8.3% y psiquiatría con 6.7%.

**GRAFICO N° 1**  
**DISTRIBUCION DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA**



Fuente: Cuadro N°01

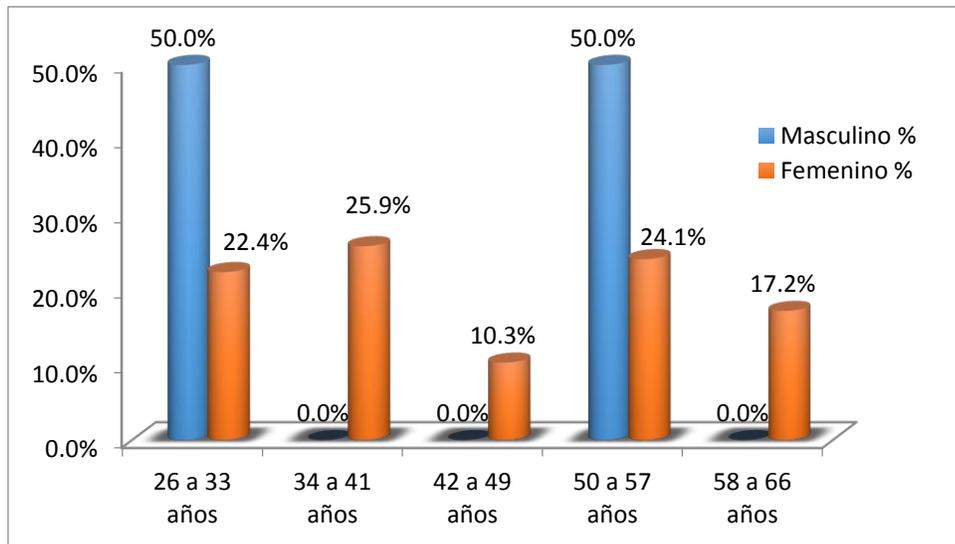
**CUADRO N° 2**  
**EDAD DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA SEGÚN SEXO**  
**HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA - 2017**

Edad	Masculino		Femenino		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
26 a 33 años	1	50	13	22.4	14	23
34 a 41 años	0	0	15	25.9	15	25
42 a 49 años	0	0	6	10.3	6	10
50 a 57 años	1	50	14	24.1	15	25
58 a 66 años	0	0	10	17.2	10	17
<b>Total</b>	<b>2</b>	<b>100</b>	<b>58</b>	<b>100</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

Fuente: Base de datos.

En el presente cuadro se observa que existe un mayor número de profesional de enfermería de sexo femenino, en relación a la edad y sexo se observa que en el grupo de sexo masculino, se encuentra en el intervalo de 26 – 33 años con 50 % y el intervalo de 50 a 57 años representa el 50%; en el género femenino el mayor porcentaje se ubica en el intervalo de 34 a 41 años quizás esto se deba ya que es una edad en la que se busca establecerse mantener su permanencia laboral, seguido del intervalo de 50 a 57 años con 24.1% , de 26 a 33 años con el 22.4% , de 58 a 66 años con un 17.2% y en menor porcentaje de 42 a 49 años con 10.3%.

**GRAFICO N° 2**  
**EDAD DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA SEGÚN SEXO**



Fuente de datos: Cuadro N°2

### CUADRO N° 3

#### CONDICION LABORAL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA - 2017

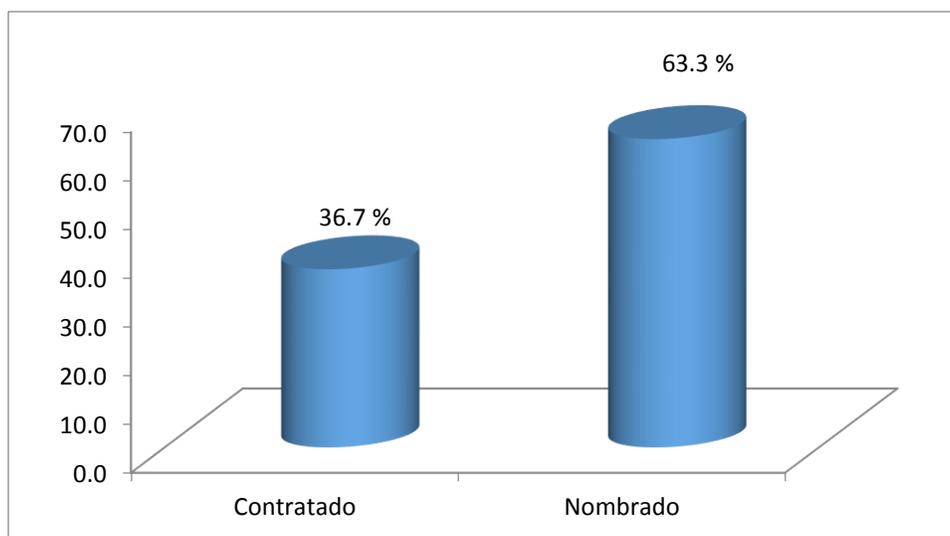
Condición laboral	N°	%	Porcentaje válido
Contratado	22	36.7	36.7
Nombrado	38	63.3	63.3
Total	60	100.0	100.0

Fuente: Base de datos.

Se observa que más de la mitad del personal de enfermería del Hospital Regional de Moquegua tiene la condición de nombrado con un 63.3 % porcentaje que ha incrementado esto tres últimos años por el proceso de nombramiento y en menor porcentaje se encuentra la condición de contratado con un 36.7%.

### GRAFICO N° 3

#### CONDICION LABORAL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA



Fuente: Cuadro N° 3

#### CUADRO N° 4

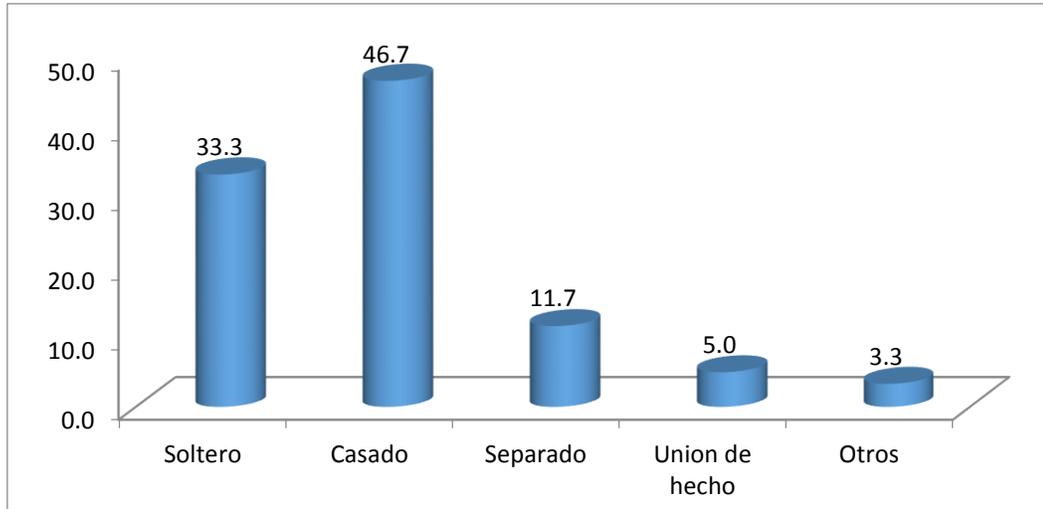
#### ESTADO CIVIL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA - 2017

Estado Civil	N°	%	% Acumulado
Soltero	20	33.3	33.3
Casado	28	46.7	80.0
Separado	7	11.7	91.7
Unión de hecho	3	5.0	96.7
Otros	2	3.3	100.0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100.0</b>	

Fuente: Base de datos.

En este cuadro se observa que el mayor porcentaje del personal de enfermería que labora en el Hospital Regional Moquegua se encuentran casada en un 46,7 % que son quienes consideran importante la formalidad legal, seguido de un 33.3 % soltera , un 11.7% separado, en menor porcentaje 5 % y 3.3 % que corresponden a unión de hecho y otros respectivamente.

**GRAFICO N° 4**  
**ESTADO CIVIL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA**



Fuente: Cuadro N° 4

### CUADRO N° 5

#### INGRESO ECONOMICO MENSUAL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017

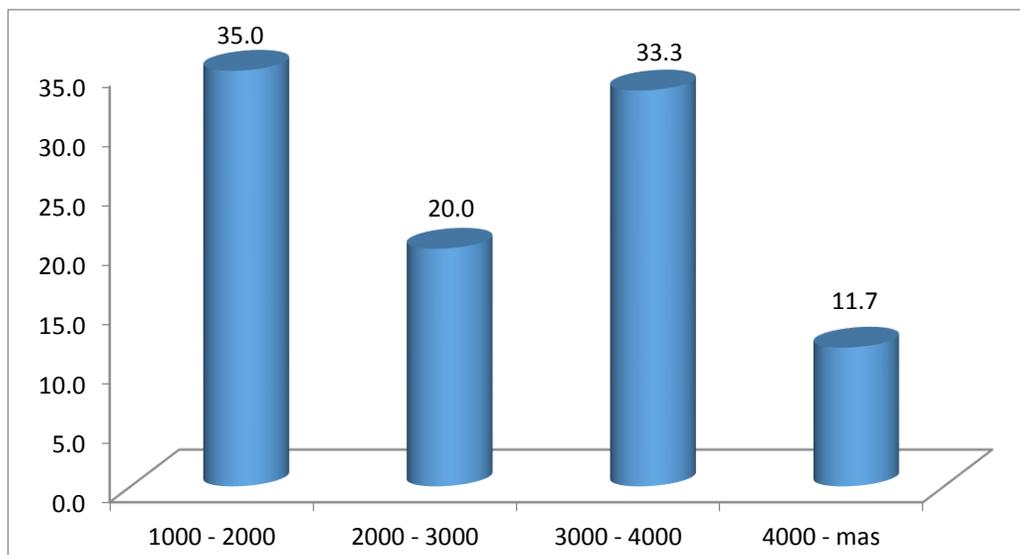
Ingreso mensual	N°	%	% Acumulado
1000 - 2000	21	35.0	35.0
2000 - 3000	12	20.0	55.0
3000 - 4000	20	33.3	88.3
4000 - mas	7	11.7	100.0
Total	60	100.0	

Fuente: Base de datos.

El profesional de enfermería que percibe un ingreso económico mensual entre el intervalo de 1000- 2000 soles 35 % es el que corresponde a los contratados por la modalidad CAS , seguido de un 33.3 % que percibe entre 3000 – 4000 soles, un 20 % entre 2000 – 3000 soles y en un mínimo porcentaje 11.7% entre 4000 a más, considerando que estos últimos datos son del profesional nombrado.

### GRAFICO N° 5

#### INGRESO ECONOMICO MENSUAL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERIA



Fuente: cuadro N° 5

## CUADRO N° 6

### EVALUACION DEL ESTRÉS LABORAL EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017.

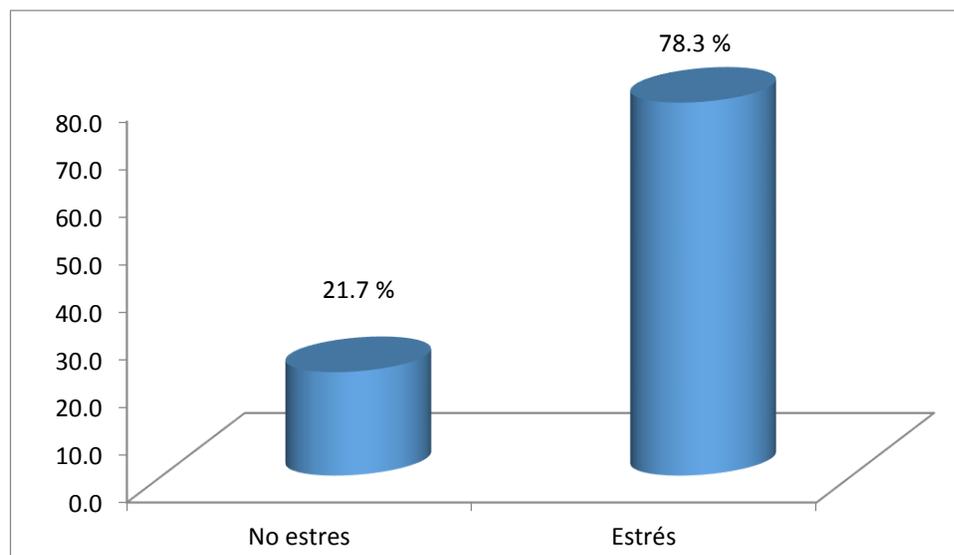
Estrés laboral	N°	%	% Acumulado
No estrés	13	21.7	21.7
Estrés	47	78.3	100.0
Total	60	100.0	

Fuente: Base de datos.

El profesional de enfermería que labora en el Hospital Regional de Moquegua, presenta estrés laboral en un 78.3% ya que son las (os) enfermeras (os) el grupo ocupacional que está expuesto a constantes factores estresantes laborales y no estrés laboral un 21.7%

## GRAFICO N° 6

### EVALUACION DEL ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONAL DE ENFERMERIA



Fuente: cuadro N° 6

## CUADRO N° 7

### ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO SEGÚN DIMENSIONES EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017.

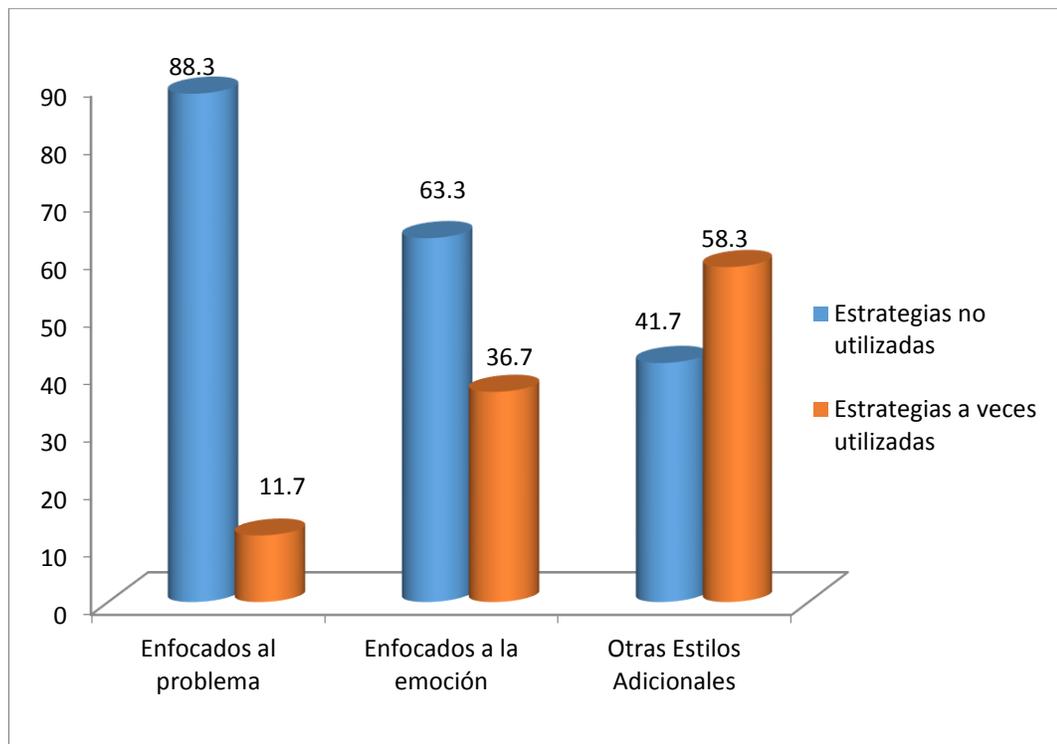
Estrategias de afrontamiento	Estrategias no utilizadas		Estrategias a veces utilizadas		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Enfocados al problema	53	88.3	7	11.7	60	100.0
Enfocados a la emoción	38	63.3	22	36.7	60	100.0
Otras Estilos Adicionales	25	41.7	35	58.3	60	100.0

Fuente: Base de datos.

Las estrategias de afrontamiento que el profesional de enfermería según dimensiones; utilizan la estrategias enfocados al problema a veces un 11.7% y casi un 100% no conocen o simplemente no ponen en práctica estrategias para afrontar una situación estresante. En relación a las estrategias enfocadas a la emoción a veces utilizan estrategias un 36.7% y más de la mitad no utilizan estrategias quizás sea porque emocionalmente no se encuentran preparados para enfrentar un factor estresante. Sin embargo el 58.3% prefieren utilizar a veces otros estilos para afrontar el estrés.

## GRAFICO N° 7

### ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO SEGÚN DIMENSIONES



Fuente: cuadro N° 7

## CUADRO N° 8

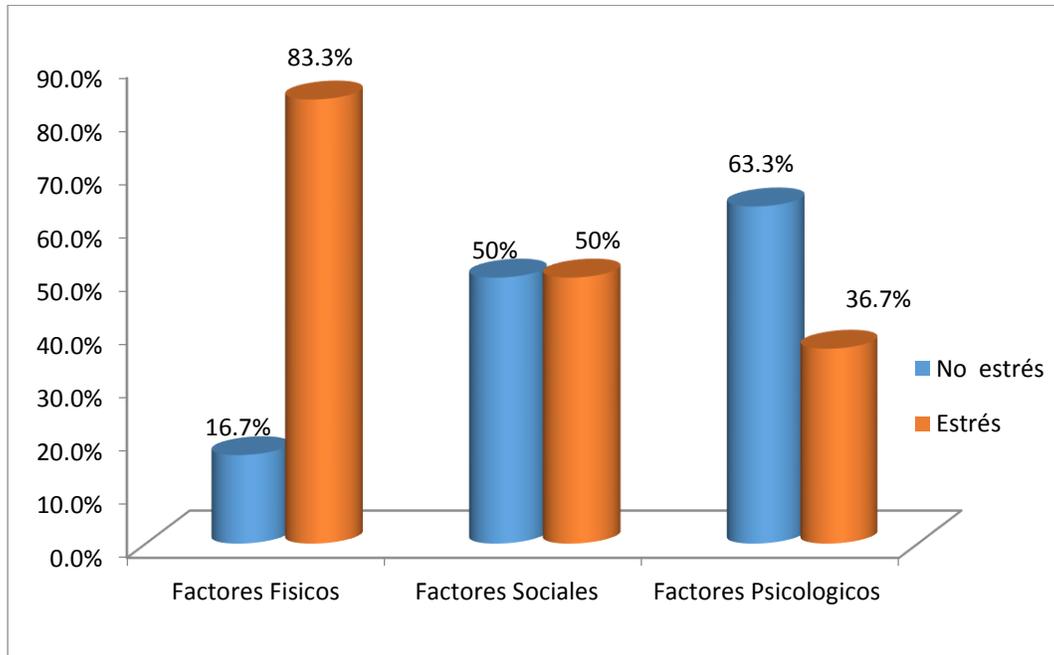
### ESTRÉS LABORAL SEGÚN DIMENSIONES EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017.

Estrés laboral	No estrés	Estrés	Total	
			N°	%
Factores Físicos	16.7%	83.3%	60	100%
Factores Sociales	50%	50%	60	100%
Factores Psicológicos	63.3%	36.7%	60	100%

Fuente: Base de datos.

El profesional enfermería que tiene estrés laboral; el 83.3% se encuentra expuesto a factores físicos, un 50 % expuestos a factores sociales, estos altos porcentajes son porque los factores físicos están relacionados directamente con la actividad laboral , carga laboral y relaciones interpersonales , y en menor porcentaje el 33.7% tienen estrés con factores psicológicos. En este cuadro también se observa que los profesionales de enfermería que no tienen estrés desencadenan algún tipo de estrés expuestos a factores psicológicos un 63.3% más de la mitad le afecta las situaciones directas relacionadas con el paciente , seguidamente expuestas a factores sociales un 50% y 16,7% asociados a factores físicos.

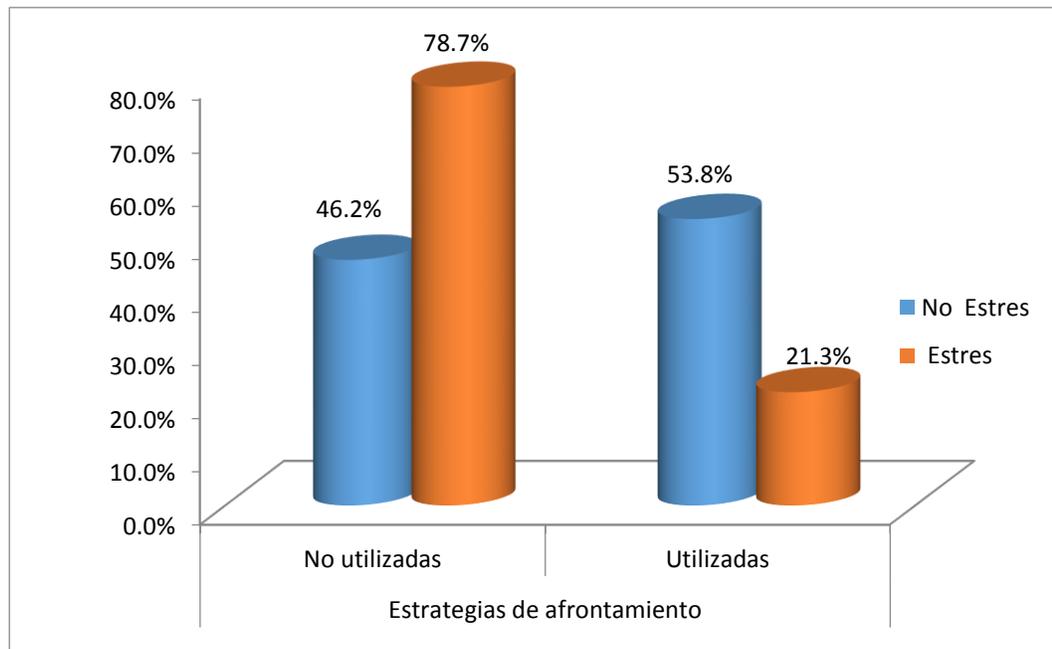
**GRAFICO N° 8**  
**ESTRÉS LABORAL SEGÚN DIMENSIONES**



Fuente: Cuadro N° 8



**GRAFICO N° 9**  
**ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO**



Fuente: Cuadro N° 9

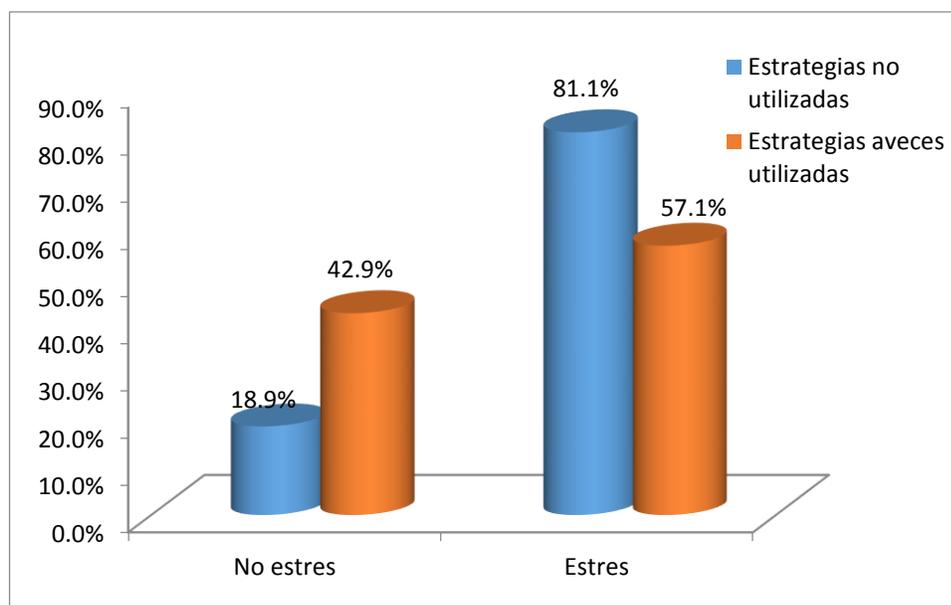
**CUADRO N° 10**  
**ESTRÉS LABORAL SEGÚN ESTRATEGIAS ENFOCADAS AL**  
**PROBLEMA EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL**  
**REGIONAL MOQUEGUA – 2017.**

Estrategias enfocados al problema	No estrés		Estrés		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Estrategias no utilizadas	10	18.9%	43	81.1%	53	100%
Estrategias a veces utilizadas	3	42.9%	4	57.1%	7	100%
Total	13	21.7%	47	78.3%	60	100%

Fuente: Base de datos

Las estrategias de afrontamiento enfocadas al problema es utilizada a veces por el personal de enfermería que no tiene estrés en un 42.9 % y más del 50% por en enfermeros (as) que presentan estrés, sin embargo casi el 100% no utilizan estas estrategias y están desencadenando estrés.

**GRAFICO N° 10**  
**ESTRATEGIAS ENFOCADOS AL PROBLEMA**



Fuente: Cuadro N° 10

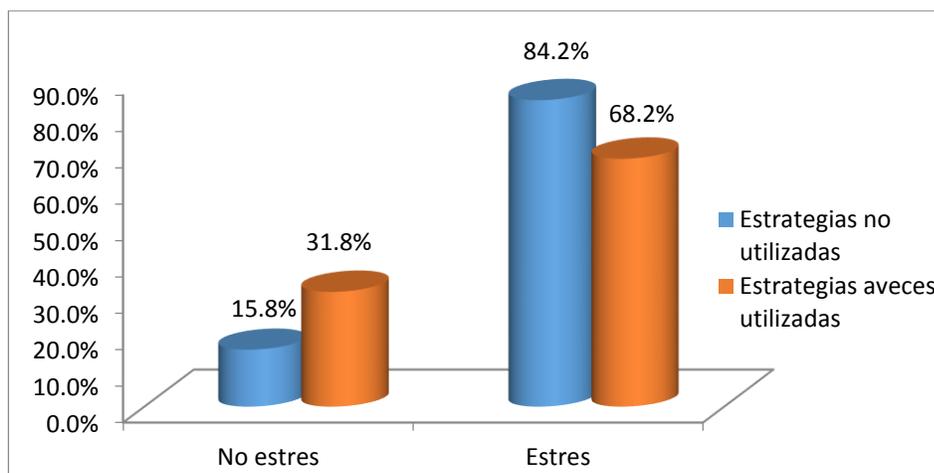
**CUADRO N° 11**  
**ESTRÉS LABORAL SEGÚN ESTRATEGIAS ENFOCADAS A LA**  
**EMOCION EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL**  
**REGIONAL MOQUEGUA – 2017.**

Estrategias enfocados a la emoción	No estrés		Estrés		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Estrategias no utilizadas	6	15.8%	32	84.2%	25	100%
Estrategias a veces utilizadas	7	31.8%	15	68.2%	35	100%
Total	13	21.7%	47	78.3%	60	100%

Fuente: Base de datos.

El profesional de enfermería hace uso de estrategias de afrontamiento enfocados a la emoción, el 31.8% es utilizada a veces por enfermeras(os) que no tienen estrés y 68,2% por enfermeros que tienen estrés y si lo comparamos se evidencia que el 84.2% no utiliza este tipo de estrategias y por ello están desencadenando estrés laboral.

**GRAFICO N° 11**  
**ESTRATEGIAS ENFOCADOS A LA EMOCIÓN**



Fuente: Cuadro N° 11

## CUADRO N° 12

### ESTRÉS LABORAL SEGÚN ESTILOS ADICIONALES DE AFRONTAMIENTO EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017.

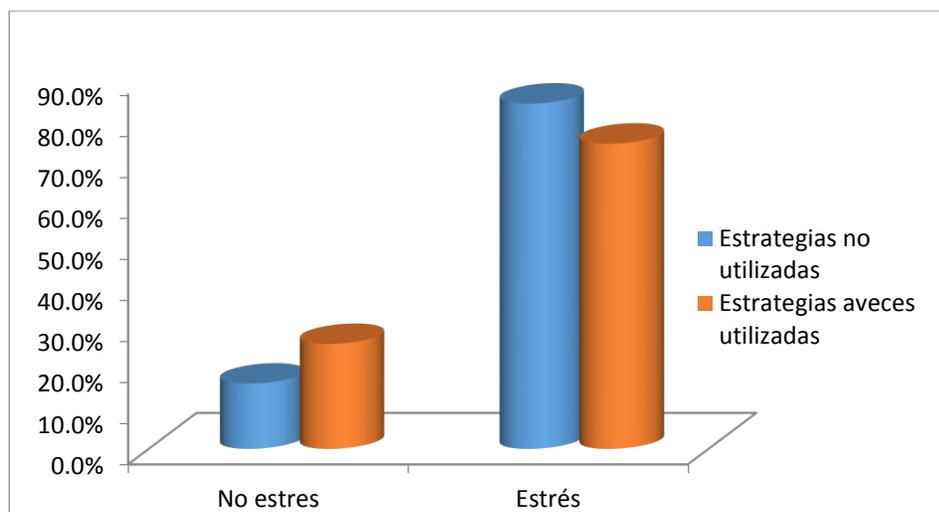
Estilos Adicionales	No estrés		Estrés		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Estrategias no utilizadas	4	16.0%	21	84.0%	25	100%
Estrategias a veces utilizadas	9	25.7%	26	74.3%	35	100%
Total	13	21.7%	47	78.3%	60	100%

Fuente: Base de datos

El profesional de enfermería utiliza estas estrategias de estilos adicionales a veces en 25.7% por enfermeras(os) que no presentan estrés, y el 74,3% por enfermeras(os) que tiene estrés laboral esto nos quiere decir que son usadas en mayor frecuencia ya que solo hay una diferencia de 10% de los enfermeros que están estresados y utilizan estas estrategias.

## GRAFICO N° 12

### ESTILOS ADICIONALES DE AFRONTAMIENTO



Fuente: Cuadro N° 12

### CUADRO N° 13

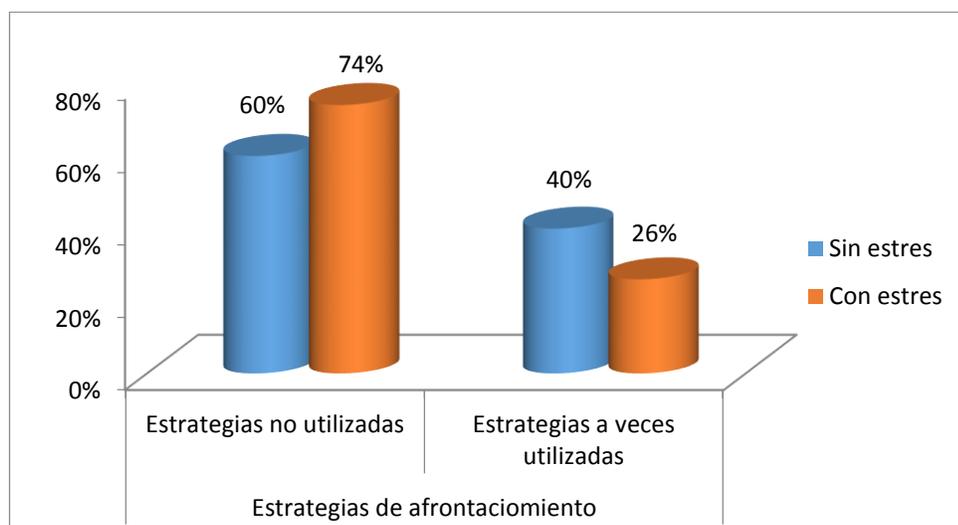
#### ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS CON FACTORES FÍSICOS EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA - 2017.

Factores Físicos	Estrategias de afrontamiento				Total	
	Estrategias no utilizadas		Estrategias a veces utilizadas		N°	%
	N°	%	N°	%		
Sin estrés	6	60%	4	40%	10	100%
Con estrés	37	74%	13	26%	50	100%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>71.7%</b>	<b>17</b>	<b>28.3%</b>	<b>60</b>	<b>100%</b>

Fuente: Base de datos.

En este cuadro se observa que el personal de enfermería que presenta estrés expuestos a factores Físicos el 74 % no usa estrategias de afrontamiento y un 26 % de la muestra utiliza a veces estrategias para afrontar el estrés se puede decir que por este motivo se desencadena el estrés laboral.

### GRAFICO N° 13 FACTORES FÍSICOS



Fuente: Cuadro N° 13

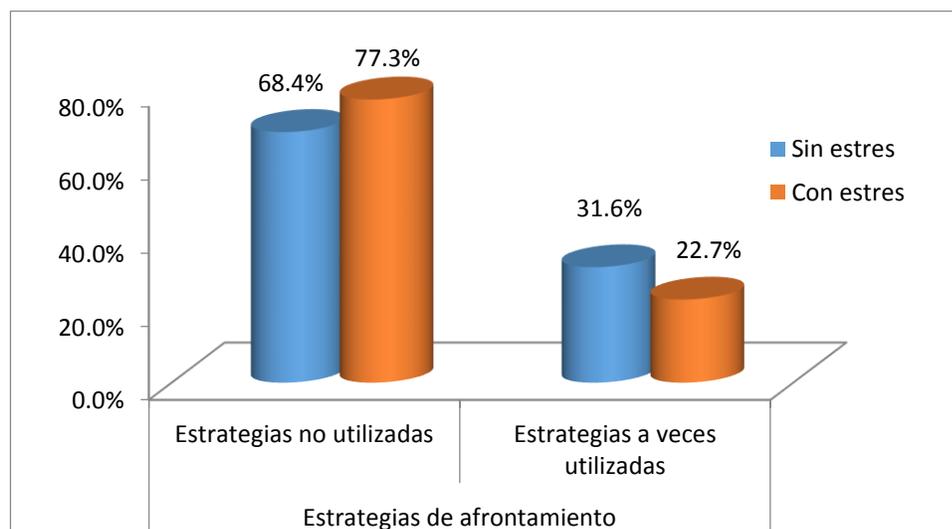
**CUADRO N° 14**  
**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS CON FACTORES**  
**PSICOLOGICOS EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL**  
**HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA - 2017.**

Factores psicológicos	Estrategias de afrontamiento				Total	
	Estrategias no utilizadas		Estrategias a veces utilizadas		N°	%
	N°	%	N°	%		
Sin estrés	26	68.4%	12	31.6%	38	100%
Con estrés	17	77.3%	5	22.7%	22	100%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>71.7%</b>	<b>17</b>	<b>28.3%</b>	<b>60</b>	<b>100%</b>

Fuente: Base de datos

En el presente cuadro se visualiza que el profesional de enfermería que presenta estrés expuestos a factores Psicológicos el 77.3% no utiliza estrategias de afrontamiento lo que puede esta desencadenando estrés y casi la cuarta parte de la muestra con un 22.7% utiliza a veces estrategias de afrontamiento.

**GRAFICO N° 14**  
**FACTORES PSICOLOGICOS**



Fuente: Cuadro N° 14

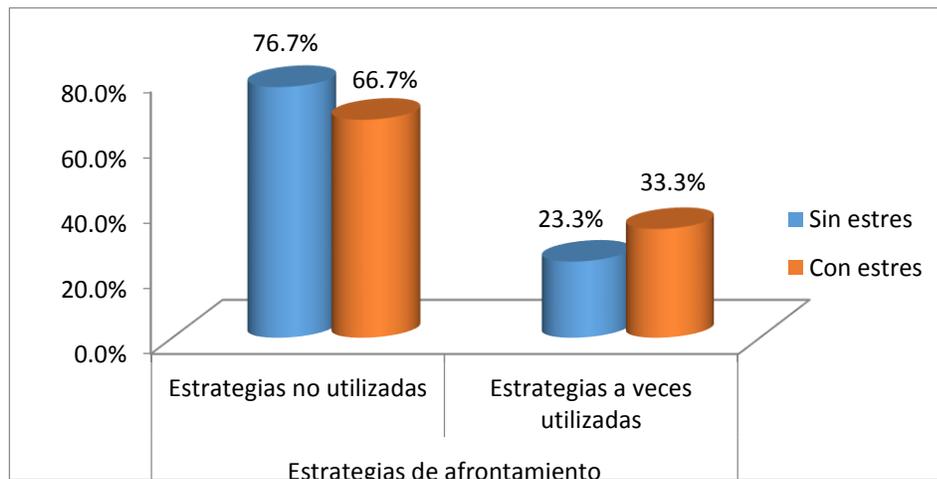
**CUADRO N° 15**  
**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS CON FACTORES**  
**SOCIALES EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL**  
**HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA - 2017.**

Factores sociales	Estrategias de afrontamiento				Total	
	Estrategias no utilizadas		Estrategias a veces utilizadas		N°	%
	N°	%	N°	%		
Sin estrés	23	76.7%	7	23.3%	30	100%
Con estrés	20	66.7%	10	33.3%	30	100%
Total	43	71.7%	17	28.3%	60	100%

Fuente: Base de datos.

El profesional de enfermería se encuentra expuesto al estrés social con un 66,7% más de la mitad no utiliza estrategias de afrontamiento lo que desencadena este tipo de estrés y a veces utiliza en un 33.3% que representa la tercera parte de la muestra.

**GRAFICO N° 15**  
**FACTORES SOCIALES**



Fuente: Cuadro N° 15

#### IV. DISCUSIÓN

Texeira, investigo, el estrés Laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria determinando; que las estrategias de afrontamiento al estrés enfocado al problema resultaron ser protectoras en relación al estrés, en comparación al presente trabajo se encontró que no utilizan estrategias de afrontamiento 71.7% ni son factores protectores.

Garcia, et all, determinaron que la relacion entre calidad de vida en el trabajo y sintomas de estrés determinando que presentan estrés el 76% de los trabajadores administrativos, al igual que Castillo concluyo que un 33,9% presenta un nivel alto de estrés; en el presente trabajo de investigación se encontró que el profesional de enfermería presenta estrés en un 78.3%.

Yuquilema investigo sobre estrés laboral y los mecanismos de afrontamiento en el personal de salud del area quirurgica del hospital IESS Riobamaba , encontrando, que los estresores relacionados con el usuario son: el contacto con el dolor y la muerte, conflictos con pacientes o familiares, enfrentar normalmente situaciones graves, la sobrecarga laboral, conflictos con los mandos superiores, la inexperiencia laboral, falta de recompensa por el esfuerzo realizado, tipo de contrato con la institución, y trabajar en turnos en la noche y en días festivos; similar a los hallazgos encontrados del presente estudio, donde se determino que la mayoría del profesional esta estresado, siendo los estresores principales los psicológicos, físicos y sociales .

Rondoy investigo el nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento que utilizan las (os) enfermeras (os) del Servicio de Emergencia encontrando que el 57.14 % presenta un nivel de estrés laboral medio,

el 48.57 % tiene un estrés laboral medio en la dimensión física, el 60 % tiene un estrés laboral medio en la dimensión psicológica y un 57.14 % un estrés laboral medio en la dimensión social; muy similares a los resultados del presente estudio, donde el estrés laboral en la dimensión física presenta un 83,3% en la dimensión psicológica un 36,7% y en la dimensión social un 50 %.

Vizcarra y Villanueva investigaron, el Estrés Laboral y su relación con la calidad de cuidado que brinda el profesional de enfermería, se evidencia que el 70% de los Profesionales de Enfermería de la Micro Red Cono Sur presentan estrés laboral de grado moderado, mientras que el 30% presentan estrés laboral leve, el estrés laboral está relacionado en la calidad de cuidado de enfermería en (0,001), así también en este estudio se determinó que un 78.3% del profesional de enfermería presenta estrés, siendo este resultado estadísticamente significativo ( $P=0.021$ ), con el estrés y las estrategias de afrontamiento.

Los autores Díaz y Gaviria investigaron el estrés Laboral y su relación con el desempeño profesional en el personal de enfermería del Hospital II-2 Tarapoto, determinaron que en el servicio de emergencia se genera mayor estrés laboral, el 11.7% de los enfermeros que trabajan en este servicio identifican ciertas situaciones o factores causantes de estrés, así mismo identifica a los factores estresantes psicológicos de mayor relación con el de desempeño profesional en el 28.3% de la población de estudio. En este estudio se determinó que el profesional de enfermería del Hospital Regional Moquegua, el 78.3 % presenta estrés, donde la dimensión física presenta un 83,3%, la dimensión psicológica un 36,7% y en la dimensión social un 50 %.

## **V. CONCLUSION**

1. Existe asociación entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de Enfermería del Hospital Regional, con un valor de significancia  $< 0.05$  con  $p= 0.021$ .
2. Las estrategias de afrontamiento a veces utilizadas por el profesional de enfermería del Hospital Regional Moquegua según dimensiones son ; enfocadas al problema 11.79% , enfocadas a la emoción 36.7% , otros estilos el 58.3%
3. El personal profesional de enfermería del Hospital Regional Moquegua, presenta estrés laboral en un 78.3% y no presenta estrés laboral en un 21.7%

## **VI. RECOMENDACIONES**

1. Que el Hospital Regional de Moquegua aplique medidas de prevención de estrés en el profesional de enfermería a fin de disminuir morbilidad asociada al trabajo y mejorar la calidad de rendimiento del profesional.
2. El Hospital Regional de Moquegua debe de aplicar un plan de intervención que fomente estrategias de afrontamiento para que el profesional de enfermería tenga y aplique herramientas para responder adecuadamente a situaciones de estrés.
3. Se recomienda al Hospital Regional Moquegua en coordinación con la Universidad Cesar Vallejo continuar con estudios de investigación para evaluar el proceso de mejora del estrés y las estrategias de afrontamiento, lo cual será evaluado en la mejora de la calidad de atención al paciente, dado que el estrés impide atenciones satisfactorias de calidad.

## VII . REFERENCIAS

1. Flores Valero Y, Velasquez Chicani Y. Estrategis de afrontamiento y nivel de estrés laboral en enfermeras de las redess Puno y San Roman 2014. Puno - Perú.; 2014.
2. Organizacion Internacionla del Trabajo. Informe sobre Estrés en el trabajo de la OIT- Día de la Salud y Seguridad en el Trabajo, 2016. Infocop. 2016.
3. Diaz Reategui J. Estres aboral y su relacion con el desempeño profesional en el personal de enfermeria Hospital II Tarapoto. Abril - Julio 2013. Tesis. Tarapoto: Universidad Nacional de San Martin , Ciencias de la salud; 2013.
4. De Montis J, Campero L, Gonzales R. Estrés laboral en el personal de Enfermería de Alto riesgo. Tesis. Mendoza: Universidad Nacional de Cuyo , Ciencias medicas.; 2013.
5. Machena ciudad C, Meidna Tuesta II. Estres Psicologicos en enfermeras de la Unidad de cuidados intensivos en Hospitales del Nivel III. Trujillo, 2013. Tesis. Trujillo: Universidad Antenor Orrego., Ciencias medicas; 2013.
6. de la Rosa Rojas G, Chang Grozo S. Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. Gaceta Medico de Mexico. 2015 Enero; 151(443).
7. Echevarria L. Estrategias de afrontamiento al estrés en relación con la inteligencia emocional en niños de 7 a 12 años de edad víctimas de desastre. Revista de investigacion en Psicologia. 2012; 15(1).
8. Texeira C, Gherardi D. Estres laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermeria hospitalaria. Enfermeria Global. 2016 Octubre; 15(44).
9. Castillo Avila L., Torres Llanos N, Ahumada Gomez A, Cárdenas Tapias K, Licon Castro S. Estrés laboral en enfermería factores asociados. Revista Científica Salud Uninorte. 2014; 30(1).
10. García Pazmiño M, González Baltazar R, Aldrete Rodríguez MG, Acosta Fernández M. Relación entre Calidad de Vida en el Trabajo y Síntomas de Estrés en el Personal Administrativo Universitario. Ciencia y Trabajo. 2014 Agosto; 16(50).
11. Yuquilema Guachilema Z. Efectos del estres laboral y los mecanismos de afrontamiento en el personal de salud del area quirurgica del Hospital IESS Riobamba. tesis de maestria. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo, Centro quirurgico; 2015.

12. Vizcarra Villanueva J. Estrés laboral y su relación con la calidad de cuidado que brinda el personal de enfermería en la microred de salud cono sur Tacna 2012. tesis. Tacna: Universidad Jorge Basadre Grohman, ciencias de la salud ; 2012.
13. Ivonne D, Gaviria Torres K. Estrés laboral y su relación con el desempeño profesional en el personal de enfermería del Hospital II , Tarapoto. tesis. Tarapoto: Universidad Nacional de San Martín, Ciencias de la salud; 2013.
14. Huaman Rojas X. Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento que aplican las enfermeras (os) de la UCI en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. tesis. Lima: Universidad Mayor San Marcos , Ciencias de la salud ; 2015.
15. Soriano J. Reflexiones sobre el concepto de afrontamiento. Boletín de Psicología. 2002 Julio; 1(75).
16. Vázquez Valverde C, Crespo López M, Ring M, J. Studylib. [Online].; 2016 [cited 2017 enero 2. Available from: <https://studylib.es/doc/6643864/estrategias-de-afrontamiento>.
17. Felipe Castaño E, Leon del Barco B. Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos. Redalyc.org. 2010 Junio; 10(2).
18. Macías M, Madariaga Orozco C, Valle Amarís M, Zambrano J. Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. Psicología desde el Caribe. 2013 Enero; 30(1).
19. Gonzales García M. Habilidades Directiva. Manejo del estrés. Primera edición. ed. Gonzales , editor. Málaga: Innovación y Cualificación S.L..
20. Wikipedia E. Creative Commons. [Online].; 2016 [cited 2017 noviembre 12. Available from: [https://es.wikipedia.org/wiki/Estrategias\\_de\\_afrontamiento](https://es.wikipedia.org/wiki/Estrategias_de_afrontamiento).
21. Gonzales Vargas M. Estrategias de afrontamiento y síndrome de Burnout en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Hospital III Daniel Alcides Carrion, EsSalud Tacna 2014. Tesis de segunda especialidad. Tacna: Universidad Jorge Basadre Grohmann, Unidad de Cuidados Intensivos.; 2015.
22. Jaureguizar Albonigamayor J, Espina Eizaquirre A. Enfermedad Física crónica familia. Primera edición ed. Málaga CdPyEdIFd, editor. Málaga: Libros en red; 2005.
23. Llanes Álvarez F. Ergonomía y Psicología aplicada. Octava edición. ed. Fernández , editor. Valladolid: Lex Nova; 2007.

24. Cassaretto Bardales M, Perez Aranibar C. Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación. 2016 Enero; II(42).
25. Chiavenato I. Administracion de recursos humanos. Quinta edicion ed. Villamizar A, editor. Mexico: McGraw-Hill; 2000.
26. Luque Oliveros M. Fundamentos teóricos del estrés entre la familia y el paciente quirúrgico. Revista Medica. 2013 Enero; 1(1).
27. Fabra Fernandez F. Retos laborales del nuevo milenium. Primera edicion ed. Fdz F, editor. España: Lulu corpyright; 2007.
28. Mamani Encalada A, Obando Zegarra R, Uribe Malca AM, Vivanco Tello M. Factores que descencadenan el estres y sus consecuencias en el desempeño laboral. Revista Peruana de Obstetricia y Enfermeria. 2016 Enero; III(1).
29. Barron P, Barron J. Sitio web aset. [Online].; 2001 [cited 2016 noviembre 12. Available from: <http://www.aset.org.ar/congresos/5/menu.htm>.
30. Acosta Vera J. Gestion del estres. Primera ed. Xicart J, editor. Barcelona: Bresca Profit; 2008.
31. Mingote Adan J., Pérez Corral F. El estres del medico Santos D, editor. Madrid: illustrated; 1999.
32. Nogareda Cuixart S. Sitio web Insht. [Online].; 1999 [cited 2016 Noviembre 14. Available from: [http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp\\_355.pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp_355.pdf).
33. BA MSc Phd S, Cox CE T. Sitio web Whot.int. [Online].; 2004 [cited 2016 Diciembre 4. Available from: [http://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1](http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1).
34. Gutierrez Martinez R, Contreras Ibañez C. Salud mental , estres y trabajo en profesionales de la salud. Primera edcion ed. Survey , editor. Mexico: UNAM; 2008.
35. Mas Pons R, Escriba Aguir V. La version castellana de la escala "The nursing stress scale", proceso de adaptacion transcultural. Revista Esp. salud publica. 1998 Diciembre; II(72).
36. Hernandez Sampieri R, Fernandez Collado c, Baptista Lucio P. Metodologia de la investigacion. Cuarta edicion ed. C.V SAD, editor. Mexico: McGraw - Hill Intermericana; 2006.

37. Escriba V, Mas R. Validacion de la escala de estresores laborales en el profesional de enfermeria "The nursing stress scale". Gaceta Sanitaria. 1999; 13(3).
38. Casaretto Bardales M. Para Optar por el grado academico de Magister en Psicologia con mencion en Psicologia Clinica y de la salud. tesis de mestria. Lima: Universidad Mayor San Marcos, Educacion universitaria; 2009.
39. Rondoy N., Nivel de estres laboral y estrategias de afrontamiento que utilizan los (as) enfermeras (os) del servicio de emergencia de adultos del Hospital Nacional Arzobispo Loayza. tesis de especialidad. Lima : Universidad Mayor de San Marcos , Emergencia; 2009.

## ANEXO N° 1

### MATRIZ DE CONSISTENCIA TITULO: Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÒTESIS	VARIABLES	INDICADORES	METODOLOGÍA TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p><b>Problema Principal:</b></p> <p>¿Cuál es la asociación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral en los profesionales del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017?</p>	<p><b>Objetivo General:</b></p> <p>Determinar la asociación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral en los profesionales del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b></p> <p>Identificar las estrategias de</p>	<p><b>H1:</b> Existe asociación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral en los profesionales del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017</p> <p><b>H0:</b> No existe asociación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés</p>	<p><b>Variables de la Investigación</b></p> <p><b>Variable Independient e:</b></p> <p>Estrés Laboral</p> <p><b>Variable Dependiente:</b></p> <p>Estrategias de afrontamiento al estrés</p>	<p><b>Para la Variable Independiente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Con estrés Físico</li> <li>• Sin estrés Físico</li> <li>• Con estrés psicológico</li> <li>• Sin estrés psicológico</li> <li>• Con estrés social</li> <li>• Sin estrés social</li> </ul> <p><b>Para la variable Dependiente</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias utilizadas</li> <li>• Estrategias a veces utilizadas</li> </ul>	<p><b>Tipo y nivel de la Investigación:</b></p> <p><b>Tipo de la Investigación:</b> Cuantitativa, Básica.</p> <p><b>nivel de la investigación:</b> Correlacional</p> <p><b>Método y diseño de la Investigación:</b></p> <p><b>Método:</b> Descriptivo correlacional</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental.</p> <p><b>Técnica e instrumentos :</b> Encuesta Cuestionario</p>

	<p>afrontamiento según dimensiones en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.</p> <p>Evaluar el estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.</p>	<p>laboral en los profesionales del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias no utilizadas</li> </ul>	<p><b>La Población (N) y Muestra (n):</b></p> <p><b>La Población:</b> 68 enfermeras que laboran en el Hospital Regional de Moquegua</p> <p><b>La Muestra:</b> 60 enfermeras que laboran en el Hospital Regional de salud</p>
--	---	--	--	---	--

**ANEXO N° 2**

**MATRIZ DE OPERACIONALIZACION DE VARIABLES TITULO: Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017.**

<b>Variable</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Sub Indicador</b>	<b>Escala de medición</b>
<b>Estrés laboral</b>	Se define a la reacción que tiene un individuo frente a una exigencia o presión laboral que no se encuentra en la capacidad de enfrentar la situación  (OMS)	Se refiere a la excesiva demanda laboral que supera la capacidad del individuo generando una saturación física o mental que puede tener consecuencias en la salud.	Factores Físicos	Con estrés Físico (21-42)	Con Estrés ( 50 - 102) Sin Estrés (0-49)	Razón
				Sin estrés Físico (0-20)		
			Factores Psicológicos	Con estrés Psicológico (20-39)		
				Sin estrés Psicológico (0-19)		
			Factores sociales	Con estrés Social (20-39)		
				Sin estrés Socia (10-10)		

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Sub indicador	Escala de medición
<b>Estrategias de Mecanismos de Afrontamiento</b>	Es el conjunto de acciones que tienen el fin de controlar las situaciones adversas . (Lazarus & Folkman 1984)	Es el conjunto de actividades conductuales y cognitivas que se usan para hacer frente a sucesos estresores	Estrategias Enfocados al problema	Estrategias utilizadas (31 - 40)	Estrategias utilizadas (91 - 120 ) Estrategias a veces utilizadas (61 – 90) Estrategias no utilizadas (30 – 60)	Intervalo
				Estrategias a veces utilizadas (21 - 30)		
				Estrategias utilizadas no utilizadas (20 - 10)		
			Estrategias Enfocados a la emoción	Estrategias utilizadas (31 - 40)		
				Estrategias a veces utilizadas (21 - 30)		
				Estrategias utilizadas no utilizadas (20 - 10)		
			Estrategias Enfocados a otros estilos	Estrategias utilizadas (31 - 40)		
				Estrategias a veces utilizadas (21 - 30)		
				Estrategias utilizadas no utilizadas (20 - 10)		

**ANEXO N°3**  
**CUESTIONARIO**  
**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRES LABORAL”**

Estimada(o) Licenciada(o):

Buenas días, soy maestranda de la universidad Cesar Vallejo en Gestión de los servicios de la salud por lo que estoy realizando un estudio titulado: “Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en el profesional de enfermería del hospital Regional Moquegua 2017”, Con el objetivo de obtener información, por lo que su apoyo es muy importante para lograr la búsqueda de nuevos conocimientos que nos permita medir el estrés y su relación con estrategias de afrontamiento.

Pido a Usted su participación a través de este instrumento, garantizándole que la información brindada es de carácter anónimo y reservado. Se le agradece por anticipado su colaboración.

**Instrucciones**

Usted deberá responder con sinceridad, marcando un aspa (X) como considere lo adecuado.

**Datos Generales.**

**1. Servicio asistenciales:**

Centro quirúrgico	( )	Pediatría	( )
Medicina	( )	Emergencia	( )
Psiquiatría	( )	UCI	( )
Cirugía	( )	Consultorios externos	( )
Neonatología	( )		

2. **Edad** : \_\_\_\_\_

3. **Sexo** : M ( ) F ( )

4. **Tiempo que labora en el servicio** : \_\_\_\_\_ años \_\_\_\_\_ meses

5. **Condición laboral:** Contratado ( )                      Nombrado ( )

6. **Estado civil** :    Soltero(a) ( )    Casado(a) ( )  
   Separado (a) ( )    Unión de hecho ( )    Otros ( )

7. **Ingresos mensuales:**    S/.1000-2000 ( )                      S/.2000-3000 ( )  
   S/.3000-4 000 ( )                      S/. 4000 a mas ( )

**Instrucciones:** Seguidamente se le presentará una variedad de situaciones que ocurren habitualmente en un hospital, indique la frecuencia que esta situación le ha resultado estresante en su actual servicio, responder solo una vez por enunciado marcando con un aspa (X).

### CUESTIONARIO PARA EVALUAR EL ESTRÉS LABORAL

N°	Estresores laborales	Nunca	Algunas Veces	Frecuentemente	Muy frecuentemente
1	Interrupciones frecuentes en la realización de tareas				
2	El médico no está presente cuando un paciente se está muriendo				
3	Estar en desacuerdo con el tratamiento de un paciente				
4	Recibir información insuficiente del médico acerca del estado clínico de un paciente				
5	Tomar una decisión sobre un paciente cuando el médico no está disponible				
6	Pasar temporalmente a otros servicios por falta de otro personal				
7	Personal y turno imprevisible				
8	El médico prescribe un tratamiento que parece inapropiado para el paciente				
9	Realizar demasiadas tareas que no son de enfermería (ejm. Tareas administrativas)				
10	No tiene tiempo suficiente para dar apoyo emocional al paciente.				
11	No tener tiempo suficiente para realizar mis tareas de enfermería				
12	El médico no está presente en una urgencia médica.				
13	No saber bien el manejo y funcionamiento de un equipo especializado.				
14	Falta de personal para cubrir adecuadamente el servicio				
15	Recibir críticas de un medico				
16	Realización de cuidados de enfermería que resultan dolorosos a los pacientes				

17	Escuchar o hablar con un paciente sobre su muerte cercana				
18	La muerte de un paciente				
19	Miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería de un paciente				
20	Muerte de un paciente con quien has llegado a tener una relación estrecha				
21	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente a la familia del paciente				
22	No disponer de una contestación satisfactoria a una pregunta hecha por un paciente				
23	Ver a un paciente sufrir				
24	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente al paciente				
25	Recibir críticas de un supervisor				
26	No saber qué se debe decir al paciente o a su familia sobre su estado clínico y tratamiento				
27	Problemas con un supervisor				
28	No tener ocasión para hablar abiertamente con los compañeros sobre problemas en el servicio.				
29	Problemas con uno o varios médicos				
30	No tener ocasión para compartir experiencias y sentimientos con otros compañeros del servicio.				
31	No tener ocasión para expresar a otros compañeros del servicio mis sentimientos negativos hacia los pacientes (pacientes conflictivos, hostilidad).				
32	Sentirse impotente en el caso de que un paciente no presenta mejora.				
33	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros de otros servicios				
34	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros del servicio				

**Instrucciones:** A continuación se le presentará una serie de enunciados, de lo que generalmente hace o piensa según sea conveniente afrontando una situación estresante, marcando con un aspa (X), responder solo una vez por enunciado.

**CUESTIONARIO PARA MEDIR ESTRATEGIAS DE MECANISMO DE AFRONTAMIENTO**

N°	Afirmaciones	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
		0	1	2	3
1	Intento desarrollarme como persona como resultado de la experiencia				
2	Me vuelco en el trabajo y en otras actividades sustitutivas para apartar cosas de mi mente				
3	Me altero y dejo que mis emociones afloren.				
4	Intento conseguir consejo de alguien sobre qué hacer.				
5	Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de ello.				
6	Me digo a mi mismo "esto no es real"				
7	Me rio de la situación				
8	Admito que no puedo hacerle frente y dejo de intentarlo				
9	Sueño despierto con cosas diferentes a esta				
10	Busco la ayuda de Dios				
11	Elaboro un plan de acción				
12	Acepto que esto ha pasado y que se puede cambiar				
13	Intento conseguir apoyo emocional de amigos y familiares				
14	Intento verlo de manera diferente para hacerlo parecer más positivos				
15	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
16	Me centro en hacer frente a este problema y si es necesario dejo otras cosas un poco de lado				
17	Bebo alcohol o tomo drogas para pensar menos en ello				
18	Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar precipitadamente				
19	Intento firmemente evitar que				

	otras cosas interfieren con mis esfuerzos por hacer frente a esto				
20	Pregunto a personas que han tenido experiencia similares qué hicieron				
21	Siento mucho malestar emocional y termino por expresar este malestar				
22	Llevo a cabo una acción directa en torno el problema				
23	Intento encontrar alivio en la religión				
24	Me obligo a esperar el momento adecuado para hacer algo				
25	Hago bromas de la situación				
26	Reduzco la cantidad de esfuerzo que pongo e marcha para resolver el problema.				
27	Hablo con alguien de cómo me siento				
28	Utilizo alcohol o drogas para ayudarme a superarlo.				
29	Aprendo a vivir con ello				
30	Actúo como si nunca hubiera sucedido				

**Gracias por su colaboración.**

## **ANEXO N° 4**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

A través del presente documento expreso mi voluntad de participar en la investigación titulada “Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del hospital Regional Moquegua”. Habiendo sido informada (o) de la misma, así como de los objetivos y teniendo la confianza plena de que la información que se vierte en el instrumento será solo y exclusivamente para fines de investigación en mención, además confío en que la investigación utilizará adecuadamente dicha información asegurando máxima confidencialidad.

FIRMA

-----

### **COMPROMISO DE CONFIDENCIALIDAD**

Estimada (o) Licenciada (o) :

La investigadora del estudio para lo cual Usted ha manifestado su deseo de participar, habiendo dado su consentimiento informado se compromete con usted ha guardar la máxima confidencialidad, de la información, así como también le asegura que los hallazgos serán utilizados solo con fines de investigación y no le perjudicarán en absoluto.

ATTE .

Lic. Maribel Torres Ocampo

## ANEXO N° 5

### BASE DE DATOS : VISTA DE DATOS

17- 05 - 2017 estres y afrontamiento.sav [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Visible: 84 de 84 variables

	EL9demasiada stareas	EL10notiemp oapoyoemocional	EL11notiemp osuficiente	EL12Nomedico coenunaurgencia	EI13Nosabee manejoequipo	EL14faltadep ersonal	EL15Recibir criticasdeunmedico	EL16realizaci ondecuidados	EL17escucha sobresumerte	EL18Lamuerte deunpaciente	EL19miedoun error	EL20muertep acienteconqu enhasllegado	EL21isuficien tepreparado	EL22Contest acioninsatisfactoria	EL23Veraun paciente	EL24 ntepa ralpa
3	3	1	2	1	1	3	1	2	2	2	1	0	1	2	1	
4	3	3	2	1	1	3	3	2	1	0	1	0	1	1	1	
5	3	2	2	0	1	2	3	3	1	1	1	0	2	2	2	
6	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	0	1	0	1	
7	1	2	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	2	2	2	
8	3	3	2	2	1	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	
9	3	2	2	2	1	1	1	3	1	1	0	0	1	1	2	
10	1	1	1	1	3	1	2	2	0	0	1	2	1	2	2	
11	3	3	2	3	1	2	3	2	0	0	1	1	1	1	2	
12	0	0	1	1	3	0	1	1	1	1	1	2	1	1	2	
13	3	2	2	1	1	2	2	1	1	0	2	1	1	1	2	
14	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	0	2	0	1	
15	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	
16	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	
17	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	
18	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
19	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	
20	2	1	2	1	2	3	3	3	1	3	3	1	2	1	2	
21	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	
22	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	3	
23	3	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	
24	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

17- 05 - 2017 estres y afrontamiento.sav [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Visible: 84 de 84 variables

	EL9demasiadas tareas	EL10notiempo apoyo emocional	EL11notiempo suficiente	EL12Nomedico en una urgencia	EL13Nosabe manejar equipo	EL14faltadepersonal	EL15Recibircriticas de un medico	EL16realizacion de cuidados	EL17escucha sobreesumerte	EL18Lamurte de un paciente	EL19miedo un error	EL20muerte paciente con quehas llegado	EL21suficiente preparado	EL22Contestacion insatisfactoria	EL23Vera un paciente	EL24nuestro papel
24	3	3	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	
25	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	
26	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	
27	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	
28	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	
29	3	3	3	2	1	3	3	2	1	2	1	1	1	2	3	
30	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	
31	3	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	
32	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	
33	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
34	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	
35	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	
36	3	3	2	1	1	2	1	2	0	1	1	1	2	1	2	
37	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	0	1	2	2	
38	3	3	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	
39	2	2	1	3	2	3	2	2	0	1	2	1	1	1	2	
40	3	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	
41	3	2	2	0	1	2	1	2	1	1	2	0	1	2	2	
42	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	
43	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	
44	3	2	2	2	2	3	2	3	1	1	2	1	2	2	2	
45	2	2	2	1	0	2	1	2	1	0	2	1	1	1	2	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

17- 05 - 2017 estres y afrontamiento.sav [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Visible: 84 de 84 variables

	EL9demiada stareas	EL10notiemp oapoyoemoci onal	EL11notiemp osuficiente	EL12Nomed coenunaurge ncia	EL13Nosabee manejoequipc	EL14faltadep ersonal	EL15Recibir criticasdeunm edico	EL16realizaci ondecuidados	EL17escucha sobresumuer te	EL18Lamuert edeunpacient e	EL19miedoun error	EL20muertep acienteconqu enhasllegado	EL21isuficien tepreparado	EL22Contest acioninsatisfa ctoria	EL23Veraunp aciente	EL24ntepa ralpa
43	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	
44	3	2	2	2	2	3	2	3	1	1	2	1	2	2	2	
45	3	3	2	1	0	3	1	2	1	2	2	1	1	1	2	
46	2	2	2	1	2	3	2	3	1	1	2	0	2	1	2	
47	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	
48	3	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	
49	3	2	2	1	1	2	1	2	1	0	1	1	2	1	2	
50	3	3	3	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	
51	3	2	2	1	0	2	1	2	1	1	2	0	2	1	2	
52	2	2	2	1	1	2	2	3	1	1	1	0	2	2	2	
53	3	3	2	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	
54	3	3	2	2	1	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	
55	1	2	2	1	0	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	
56	2	3	2	2	1	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	
57	3	2	2	0	1	2	1	2	0	1	2	0	1	2	2	
58	2	1	2	1	2	3	1	2	1	2	1	1	1	1	2	
59	3	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	
60	2	3	3	1	1	2	1	1	1	0	0	0	0	1	2	
61																
62																
63																
64																

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

10:05 a.m.

## BASE DE DATOS: VISTA DE VARIABLES

17- 05 - 2017 estres y afrontamiento.sav [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	E01	Cadena	2	0		Ninguna	Ninguna	2	Centrado	Nominal	Entrada
2	Serviciosasi...	Numérico	7	0	Servicios Asist...	{1, Centro q...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
3	Sexo	Numérico	8	0	Sexo	{1, Masculin...	Ninguna	8	Centrado	Nominal	Entrada
4	Edad	Numérico	8	0	Edad	Ninguna	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
5	Tempoquela...	Numérico	7	1	Tiempo que lab...	Ninguna	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
6	Condicionla...	Numérico	8	0	Condicion Laboral	{1, Contrata...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
7	Estadocivil	Numérico	8	0	Estado civil	{1, Soltero}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
8	Ingresosme...	Numérico	8	0	Ingresos mens...	{1, 1000 - 2...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
9	EL1interrup...	Numérico	8	0	Interrupciones f...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
10	EL2elmedic...	Numérico	8	0	El medico no e...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
11	EL3desacu...	Numérico	8	0	Estar en desac...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
12	EL4informa...	Numérico	8	0	Recibir informa...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
13	EL5Tomaru...	Numérico	8	0	Tomar una deci...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
14	EL6pasaraa...	Numérico	8	0	Pasar temporal...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
15	EL7turnoim...	Numérico	8	0	Personal y turn...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
16	EL8Ttoinapr...	Numérico	8	0	El medico pres...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
17	EL9demsia...	Numérico	8	0	Realizar demas...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
18	EL10notiem...	Numérico	8	0	No tiene tiempo...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
19	EL11notiem...	Numérico	8	0	No tener tiemp...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
20	EL12Nomed...	Numérico	8	0	El medico no e...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
21	EL13Nosabe...	Numérico	8	0	No saber bien e...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
22	EL14faltade...	Numérico	8	0	Falta de person...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
23	EL15Recibir...	Numérico	8	0	Recibir criticas ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
24	EL16realiza...	Numérico	8	0	Realizacion de ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
25	EL17Zacua...	Numérico	8	0	Escuchar a hab...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

17- 05 - 2017 estres y afrontamiento.sav [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
26	EL18Lamue...	N Numérico	8	0	La muerte de u...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
27	EL19miedo...	N Numérico	8	0	Miedo a comet...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
28	EL20muerte...	N Numérico	8	0	Muerte de un p...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
29	EL21isuficie...	N Numérico	8	0	Sentirse insufic...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
30	EL22Contes...	N Numérico	8	0	No disponer de ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
31	EL23Veraun...	N Numérico	8	0	Ver a un pacien...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
32	EL24insufici...	N Numérico	8	0	Sentirse insufic...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
33	EL25Recibir...	N Numérico	8	0	Recibir criticas ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
34	EL26nosab...	N Numérico	8	0	No saber que s...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
35	EL27proble...	N Numérico	8	0	Problemas con ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
36	EL28hablar...	N Numérico	8	0	No tener ocasio...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
37	EL29proble...	N Numérico	8	0	Problemas con ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
38	EL30nocom...	N Numérico	8	0	No tener ocasio...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
39	EL31noexpr...	N Numérico	8	0	No tener ocasio...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
40	EL32impote...	N Numérico	8	0	Sentirse impote...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
41	EL33trabaja...	N Numérico	8	0	Dificultad para t...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
42	EL34dificult...	N Numérico	8	0	Dificultad para t...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
43	A1desarroll...	N Numérico	8	0	Inteto desarroll...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
44	A2mevuelco...	N Numérico	8	0	Me vuelco en el...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
45	A3mealtero	N Numérico	8	0	Me altero y dej...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
46	A4consejod...	N Numérico	8	0	Intento consig...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
47	A5concentr...	N Numérico	8	0	Concentro mis ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
48	A6estonoes...	N Numérico	8	0	Me digo a mi m...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
49	A7meriodel...	N Numérico	8	0	Me rio de la sit...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

17- 05 - 2017 estres y afrontamiento.sav [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
49	A7meriodel...	Numérico	8	0	Me río de la sit...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
50	A8nopuedo...	Numérico	8	0	Admito que no ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
51	A9sueñode...	Numérico	8	0	Sueño despiert...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
52	A10Ayudad...	Numérico	8	0	Busco la ayuda...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
53	A11Elaboro...	Numérico	8	0	Elaboro un plan...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
54	A12aceptoq...	Numérico	8	0	Acepto que est...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
55	A13apoyoe...	Numérico	8	0	Intento conseq...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
56	A14hacerlo...	Numérico	8	0	Intento verlo de ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
57	A15estrateg...	Numérico	8	0	Intento propone...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
58	A16mecentr...	Numérico	8	0	Me centro en h...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
59	A17beboalc...	Numérico	8	0	Bebo alcohol o ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
60	A18actuarpr...	Numérico	8	0	Me aseguro de ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
61	A19Intentofi...	Numérico	8	0	Intento firmeme...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
62	A20experie...	Numérico	8	0	Pregunto a per...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
63	A21malesta...	Numérico	8	0	Siento mucho ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
64	A22acciondi...	Numérico	8	0	LLevo a cabo u...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
65	A23alivioenl...	Numérico	8	0	Intento encontr...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
66	A24moneto...	Numérico	8	0	Me obligo a es...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
67	A25bromas...	Numérico	8	0	Hago bromas d...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
68	A26reduzco...	Numérico	8	0	Reduzco la can...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
69	A27habloco...	Numérico	8	0	Hablo con algui...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
70	A28utilizoal...	Numérico	8	0	Utilizo alcohol ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
71	A29Aprendo...	Numérico	8	0	Aprendo a vivir ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
72	A30nuncas...	Numérico	8	0	Actuo como si ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

17-05 - 2017 estres y afrontamiento.sav [Conjunto\_de\_datos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
71	A29Aprendo...	Numérico	8	0	Aprendo a vivir ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
72	A30nuncas...	Numérico	8	0	Actuo como si ...	{0, Nunca}...	Ninguna	8	Centrado	Ordinal	Entrada
73	VAR00001	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
74	edadagrupada	Numérico	8	0	Edad Agrupado	{1, 26 a 33 ...	Ninguna	14	Derecha	Escala	Entrada
75	tiempodeser...	Numérico	8	0	Tiempo de Serv...	{1, 1 a 5 añ...	Ninguna	18	Derecha	Escala	Entrada
76	afrontamiento	Numérico	8	0	Estrategias de ...	{1, Estrategi...	Ninguna	15	Derecha	Escala	Entrada
77	Otrosestilos	Numérico	8	0	Estrategias adi...	{1, Estrategi...	Ninguna	14	Derecha	Escala	Entrada
78	dirigidospro...	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	20	Derecha	Nominal	Entrada
79	alaemocion	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	12	Derecha	Escala	Entrada
80	alproblema	Numérico	8	0	Dirigidos al pro...	{1, Estrategi...	Ninguna	12	Derecha	Nominal	Entrada
81	otras	Numérico	8	0	Otras Estilos A...	{1, Estrategi...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
82	emoc	Numérico	8	0	Dirigidos a la e...	{1, Estrategi...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
83	estreslaboral	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	15	Derecha	Escala	Entrada
84	estres	Numérico	8	0	Estres Laboral	{1, Sin Estr...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
85											
86											
87											
88											
89											
90											
91											
92											
93											
94											
95											

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

**ANEXO N° 6**  
**AUTORIZACION PARA EJECUCION DEL PROYECTO DE**  
**INVESTIGACION**



*"AÑO DEL BUEN SERVICIO AL CIUDADANO"*

Moquegua, 09 de Mayo del 2017.

**CARTA N° 030 - 2017-GRSM-HRM-DE/UADI/006**

SEÑORA (ITA):  
**MARIBEL YESICA TORRES OCAMPO**  
**Presente.-**

**ASUNTO : Proyecto de Investigación**

**REFERENCIA : Oficio N° 155-2017-UCV-CM/MOQ**  
**Registro N° 2519**

**De mi mayor consideración:**

Es grato dirigirme a usted para saludarle muy cordialmente y visto el documento de la referencia, hago de su conocimiento que el Departamento de Enfermería, el Comité de Ética e Investigación y la Dirección Ejecutiva de nuestro Hospital, accede a su solicitud para la realización del Proyecto de Investigación titulado **"ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS LABORAL EN ENFERMERAS DEL HOSPITAL 2017"**, por el lapso de cinco (05) días hábiles, del 15, al 19 de mayo en el Departamento de Enfermería.

Asimismo, deberá entregarse a la Unidad de Docencia e Investigación un ejemplar del Informe final del Trabajo de Investigación en forma magnética.

Sin otro particular, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y estima

Atentamente,



DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD MOQUEGUA  
HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA  
*[Signature]*  
DRA. MIRYHA HUERTAS DE REYNOSO  
C.M.P. 17360 R.M.E. 8701  
DIRECTORA

MEHR/DEHRM  
JTPB/UADI  
c.c. ARCHIVO  
N° 005-2017

Av. Bolívar s/n. Teléfono: 053-462410 – Celular RPC: 973582247 ( Director), Administración: 973582263  
Logística 973582268  
Tele Fax:053-461804 - Correo: [hospital\\_moquegua@hotmail.com](mailto:hospital_moquegua@hotmail.com)

**ANEXO N° 7**  
**FOTOS**



## **ANEXO N° 8: ARTICULO CIENTIFICO**

### **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS LABORAL EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA. MARZO 2017.**

Maribel Yesica Torres Ocampo  
maribely.torresocampo@gmail.com

#### **RESUMEN**

El estrés es un problema de salud pública que afecta a todos los ámbitos laborales y personales convirtiéndose en factor de riesgo para enfermedades ocupacionales, disminuyendo la capacidad laboral, afectando el rendimiento y la calidad de trabajo del profesional de enfermería. El objetivo principal es determinar, la asociación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua. la muestra está conformada por 60 enfermeras, la investigación es de tipo no experimental, diseño correlacional, prospectivo y transversal , se utilizo como técnica la entrevista y como instrumentos el cuestionario de la Escala de Evaluación de Estrés de Enfermeras NSS con alfa de cronbach superior a 0.76 el cuestionario de estimación de afrontamiento de COPE con alfa de cronbach 0.77 . Resultados: el 63.3 % es nombrado y 36.7% contrato CAS, con estado civil casadas un 46.7 %, el 33.3 % soltera y otros un 20%. Las estrategias de afrontamiento a veces utilizadas por el profesional de enfermería del Hospital Regional Moquegua según dimensiones son; enfocadas al problema 11.7%, enfocadas a la emoción 36.7% otros estilos el 58.3%, presenta estrés laboral un 78.3% del profesional de enfermería y no presenta estrés un 21.7%. Asi mismo se encontró la asociación existente entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de Enfermería, con un ( $p= 0.021$ )

**PALABRAS CLAVE:** Estrés laboral, Estrategias de Afrontamiento, profesional de enfermería.

## **ABSTRAC**

Stress is a public health problem that affects all work and personal areas becoming a risk factor for occupational diseases, decreasing work capacity, affecting the performance and quality of work of the nursing professional. The main objective is to determine the association that exists between coping strategies and work stress in the nursing professionals of the Hospital Regional Moquegua. The sample is made up of 60 nurses, the research is non-experimental, correlational, prospective and cross-sectional design, the interview technique was used as the questionnaire of the NSS Nurses Stress Assessment Scale with cronbach alpha superior to 0.76 COPE coping estimation questionnaire with cronbach alpha 0.77. Results: 63.3% are appointed and 36.7% are CAS contracts, with married status 46.7%, 33.3% are single and 20% are married. The coping strategies sometimes used by the nursing professional of the Regional Hospital Moquegua according to dimensions are; Focused on the problem 11.7%, focused on the emotion 36.7% other styles 58.3%, present work stress 78.3% of the nursing professional and does not present a 21.7% stress. Likewise, the association between work-related stress and coping strategies in Nursing staff was found, with a ( $p = 0.021$ )

KEY WORDS: Workplace stress, coping strategies, nursing professional.

## **INTRODUCCIÓN**

El estrés es un problema de salud pública, del mundo de la globalización, que origina conflictos laborales y personales, aumenta la probabilidad de morbilidad en el personal de salud y repercusiones en la calidad de atención al paciente , por eso las estrategias de afrontamiento actúan como mecanismos de protección para el manejo del estrés. Es así que se observa diversos estudios como Diaz Arestegui y colaboradores en el Hospital II de Tarapoto determinaron que el 28.3% de la población de estudio presenta estrés laboral y el desempeño profesional están relacionados significativamente (1), Huamán y Xanier determinaron el 50% de las enfermeras que laboran en la UCI presentan estrés nivel alto y el 40% nivel bajo y el 95% utiliza estrategias de afrontamiento centrados al problema (2). Teixeira y colaboradores, en su investigación nos dice que las estrategias de

afrontamiento centradas en el problema resultan ser protectoras al estrés laboral (3), Yuquilema indica que el profesional que labora en áreas quirúrgicas están expuestos a una gran cantidad de estresores (4). Es por ello que las estrategias de afrontamiento se refieren a procesos firmes que se utilizan en determinado tiempo y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las situaciones que se vayan presentando (5), para ello cada persona debe contar con habilidades que permitirán hacerle frente a los problemas estresantes (6), Carver en 1989 y colaboradores plantean los estilos de afrontamiento; dirigidos al problema, a la emoción, y adicionales de afrontamiento (7).

La Organización Internacional del Trabajo define; “El estrés laboral es la reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones laborales que no ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación” (8). El profesional de salud en especial enfermería está expuesto a factores estresantes como físicos, psicológicos y sociales.

La temática a investigar responde netamente a un problema real que se refleja en la salud ocupacional, motivo de la investigación es interés de conocer los factores estresores y los recursos con los que cuenta cada trabajador para afrontar al estrés. Por lo mismo servirá como base para diversos investigadores que analicen las estrategias de afrontamiento y estrés laboral, sirviendo como base la pregunta ¿Cuál es la asociación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral en las(os) enfermeras (os) que laboran en el Hospital Regional Moquegua? teniendo como objetivo general Determinar la asociación que existe entre las estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017. Esto a su vez realizará un aporte de conocimiento para la institución y la aplicación de estrategias de prevención como principal herramienta para mejorar el nivel de salud y bienestar de los trabajadores.

## **METODOLOGÍA**

De acuerdo a la clasificación de Hernández Sampieri la presente investigación es de tipo no experimental no se manipulan las variables y se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos. Es de diseño correlacional ya que examinan la relación de dos variables en la misma unidad de investigación.

La población estuvo conformada por 68 enfermeras que laboran en el Hospital Regional Moquegua, la muestra se obtuvo tomando en cuenta los criterios de inclusión y exclusión, llegando a considerar 60 enfermeras que laboran en el Hospital Regional Moquegua, se empleo la técnica de la encuesta aplicada al profesional de enfermería para la obtención de datos se empleo como instrumento el cuestionario para determinar el Estrés Laboral “La Escala de Estrés de Enfermería - NSS” elaborado por Pamela Gray-Toft, adaptada y validada al castellano por Mas y Escriba Vicenta (2000) mostrando una confiabilidad satisfactoria con un coeficiente alfa de cronbach superior a 0.76 (9) y para determinar las estrategias de afrontamiento el cuestionario de estimación de Afrontamiento de COPE fue creado por Carver, Scheier & Weintraub (1989), adaptado en el Perú en 1996 por Casuso con una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.68 (10). La presente investigación estuvo sujeta a las normas éticas que sirven para promover el respeto a todos los seres humanos y para proteger su salud y sus derechos individuales, en tal sentido se consideraron a las personas en forma anónima, por lo que no se exponen nombres ni cargos de los informantes.

## **RESULTADOS**

Para la presente investigación los datos fueron procesados en el programa SPSS versión 21, se presento los resultados en tablas simples y gráficos de doble entrada. Se utilizo la estadística descriptiva como frecuencia y porcentaje, se utilizo la prueba paramétrica chi cuadrado para medir el grado de asociación entre las estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua, Marzo 2017. Obteniendo los resultados que a continuación se detallan: Existe asociación entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de Enfermería del Hospital Regional, con un valor de significancia  $< 0.05$  con  $p= 0.021$ . Así también el profesional de enfermería presenta estrés laboral en un 78.3% y no presenta estrés laboral en un 21.7% así mismo las estrategias de afrontamiento a veces utilizadas según dimensiones son ; enfocadas al problema 11.79% , enfocadas a la emoción 36.7% , otros estilos el 58.3%.

**CUADRO N° 1: EVALUACION DEL ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017.**

Estrés Laboral	Estrategias de afrontamiento				Total	
	Estrategias no utilizadas		Estrategias a veces utilizadas		N°	%
	N°	%	N°	%		
No estrés	6	46.2%	7	53.8%	13	100%
Estrés	37	78.7%	10	21.3%	47	100%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>71.7%</b>	<b>17</b>	<b>28.3%</b>	<b>60</b>	<b>100%</b>

Fuente: Base de datos      X<sup>2</sup>=5.320      GI=1      P=0,021

Como podemos visualizar el personal de enfermería del 100 % que presenta estrés solo el 21 % a veces utiliza estrategias de afrontamiento y el 78.7% no utiliza estrategias de afrontamiento esto nos da a entender que el profesional de enfermería presenta estrés laboral porque no utiliza estrategias para afrontarlo, nos llama también la atención que más del 50% de enfermeras (os) que no presentan estrés a veces utiliza estrategias quizás sea la razón que no desencadenan estrés laboral.

**CUADRO N° 2: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO SEGÚN DIMENSIONES EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017.**

Estrategias de afrontamiento	Estrategias no utilizadas		Estrategias a veces utilizadas		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Enfocados al problema	53	88.3	7	11.7	60	100.0
Enfocados a la emoción	38	63.3	22	36.7	60	100.0
Otras Estilos Adicionales	25	41.7	35	58.3	60	100.0

Fuente : Base de datos

Se visualiza que utilizan la estrategias enfocados al problema a veces un 11.7% y casi un 100% no conocen o simplemente no ponen en práctica estrategias para afrontar una situación estresante. En relación a las estrategias enfocadas a la emoción a veces utilizan estrategias un 36.7% y más de la mitad no utilizan estrategias quizás sea porque

emocionalmente no se encuentran preparados para enfrentar un factor estresante. Sin embargo el 58.3% prefieren utilizar a veces otros estilos para afrontar el estrés.

**CUADRO N° 3: ESTRÉS LABORAL SEGÚN DIMENSIONES EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL MOQUEGUA – 2017.**

Estrés laboral	No estrés	Estrés	Total	
			N°	%
Factores Físicos	16.7%	83.3%	60	100%
Factores Sociales	50%	50%	60	100%
Factores Psicológicos	63.3%	36.7%	60	100%

Fuente : Base de datos

El profesional enfermería que tiene estrés laboral; el 83.3% se encuentra expuesto a factores físicos, un 50 % expuestos a factores sociales, ya que están relacionados directamente con la actividad laboral , carga laboral y relaciones interpersonales , y en menor porcentaje el 33.7% tienen estrés con factores psicológicos. En este cuadro también se observa que los profesionales de enfermería que no tienen estrés más de la mitad con un 63.3% esta expuestos a factores psicológicos, seguidamente expuestas a factores sociales un 50% y 16,7% asociados a factores físicos.

## DISCUSIÓN

En la actualidad el estrés laboral es un problema de salud ocupacional y el afrontarlo dependerá mucho de los aspectos propios de cada persona y su entorno, En el área de salud el personal de enfermería es quien presenta un contacto directo con el usuario no solo exponiéndole a factores estresantes físicos, así también nos referimos a los factores psicológicos y sociales.

En el cuestionario resuelto por el personal profesional de enfermería nos muestra como resultado que existe una relación entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de Enfermería con un valor de significancia de  $p=0.021$  que concuerda con los resultados de Vizcarra y Villanueva encontrando que el estrés laboral está relacionado en la calidad de cuidado de enfermería en  $p= 0,001$ . En cuanto a la prevalencia de estrés se observa que el 78,3% del profesional de enfermería del Hospital Regional Moquegua presenta algún tipo de estrés cosa contraria es la que se observa en el Hospital Tarapoto

nivel 2 donde Díaz y Gaviria nos muestra que solo el 11.7 % están expuestos al estrés resultados que llaman la atención para seguir investigando. Si nos centramos a las estrategias de afrontamiento encontraremos que el Profesional de enfermería a veces utiliza estas estrategias para enfrentar problemas el 71% estresantes por lo que no genera una protección para evitar o disminuir el estrés laboral cosa contraria nos dice Texeira que indica que las estrategias enfocadas al problema resultan ser protectoras al estrés laboral.

### **CONCLUSIONES**

Se ha determinado mediante la prueba estadística chi cuadrado, que existe asociación entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento en los profesionales de Enfermería del Hospital Regional al aplicar la prueba de Chi cuadrado, se obtiene un  $p= 0.021$ , con un nivel de confianza del 95% y un margen del error del 5%, resulta estadísticamente significativo la evaluación del estrés y las estrategias de afrontamiento. Como demás resultados y respondiendo a los objetivos específicos ; las estrategias de afrontamiento a veces utilizadas por el profesional de enfermería del Hospital Regional Moquegua según dimensiones son ; enfocadas al problema 11.79% , enfocadas a la emoción 36.7% , otros estilos el 58.3%. por consiguiente el 78.3% presenta estrés laboral y 21.7% no tiene estrés.

### **REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS**

1. Ivonne D, Gaviria Torres K. Estres laboral y su relacion con el desempeño profesional en el personal de enfermeria del Hospital II , Tarapoto. tesis. Tarapoto: Universidad Nacional de San Martin, Ciencias de la salud; 2013.
2. Huaman Rojas X. Sindrome de Burnout y estrategias de eafrentamiento que aplican las enfermeras (os) de la UCI en el instituto Nacional de enfermedades neoplasicas. tesis. Lima: Univeridad Mayor San Marcos , Ciencias de la salud ; 2015.
3. Texeira C, Gherardi D. Estres laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermeria hospitalaria. Enfermeria Global. 2016 Octubre; 15(44).
4. Yuquilema Guachilema Z. Efectos del estres laboral y los mecanismos de afrontamiento en el personal de salud del area quirurgica del Hospital IESS Riobamba. tesis de maestria. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo, Centro quirurgico; 2015.
5. Felipe C, Elena L, Benito. Estrategias de afrontamiento del estres y estilos. Redalyc.org. 2010

Junio ; 10(2).

6. Gonzales Vargas M. Estrategias de afrontamiento y síndrome de Burnout en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Hospital III Daniel Alcides Carrion, EsSalud Tacna 2014. Tesis de segunda especialidad. Tacna: Universidad Jorge Basadre Grohoman, Unidad de cuidados intensivos.; 2015.
7. Cassaretto Bardales M, Perez Aranibar C. Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación. 2016 Enero; 2(42).
8. BA MSc Phd S, Cox CBE T. Sitio web Who.int. [Online].; 2004 [cited 2016 Diciembre 4. Available from: [http://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1](http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1).
9. Escriba V, Mas R. Validación de la escala de estresores laborales en el profesional de enfermería "The nursing stress scale". Gaceta Sanitaria. 1999; 13(3).
10. Casaretto Bardales MdM. Para Optar por el grado académico de Magister en Psicología con mención en Psicología Clínica y de la salud. tesis de maestría. Lima: Universidad Mayor San Marcos, Educación universitaria; 2009.
11. Soriano , Jose. Reflexiones sobre el concepto de afrontamiento. Boletín de Psicología. 2012 Julio; 1(75).

**DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA Y AUTORIZACIÓN  
PARA LA PUBLICACIÓN DEL ARTÍCULO CIENTÍFICO**

Yo, Maribel Yesica Torres Ocampo, estudiante (X), del Programa de Gestión de los servicios de la salud de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, identificado(a) con DNI 44354692, con el artículo titulado : “Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Moquegua. Marzo 2017.”

Declaro bajo juramento que:

- 1) El artículo pertenece a mi autoría
- 2) El artículo no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) El artículo no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para alguna revista.
- 4) De identificarse fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), autoplagio (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.
- 5) Si, el artículo fuese aprobado para su publicación en la Revista u otro documento de difusión, cedo mis derechos patrimoniales y autorizo a la Escuela de Postgrado, de la Universidad César Vallejo, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga la Universidad.

Moquegua, 24 de Junio del 2017

---

Maribel Yesica Torres Ocampo

