



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Estrés laboral y riesgo ergonómico en el personal de enfermería de
un hospital, Lima 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Gestión de los Servicios de la Salud

AUTORA:

Nieto Leandro, Melissa Xiomara (orcid.org/0000-0003-0585-9474)

ASESOR:

Dr. Chumpitaz Caycho, Hugo Eladio (orcid.org/0000-0001-6768-381X)

CO-ASESOR:

Dr. Perez Perez, Miguel Angel (orcid.org/0000-0002-7333-9879)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Calidad de las prestaciones asistenciales y gestión del riesgo en salud

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA – PERÚ

2023

Dedicatoria

A Dios y a la memoria de mi padre porque están conmigo en cada paso que doy, cuidándome y dándome la fortaleza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

A mi madre Madeleina, por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional.

A mis hermanas Andrea y Rocio, que con sus palabras me hacían sentir orgullosa de lo que soy y de lo que les puedo enseñar.

Agradecimiento

En este trabajo de investigación, agradezco a la institución hospitalaria, así como también agradezco al Dr. Hugo Eladio Chumpitaz Caycho, Hugo, mi asesor y la Universidad César Vallejo por las enseñanzas brindadas.

Índice de contenidos

	Pág.
Carátula	i
Dedicatortia	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I.INTRODUCCIÓN	1
II.MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	15
3.1. Tipo y diseño de investigación	15
3.2. Variables y operacionalización	16
3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	19
3.5. Procedimientos	22
3.6. Método de análisis de datos	22
3.7. Aspectos éticos	23
IV. RESULTADOS	24
V. DISCUSIÓN	33
VI. CONCLUSIONES	39
VII. RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS	41
ANEXOS	57

Índice de tablas

Tabla 1: Ficha técnica	20
Tabla 2: Confiabilidad del instrumento	21
Tabla 3: Tabla cruzada del estrés laboral y riesgo ergonómico	24
Tabla 4: Tabla cruzada del entorno físico y riesgo ergonómico	25
Tabla 5: Tabla cruzada del entorno psicológico y riesgo ergonómico	26
Tabla 6: Tabla cruzada del entorno social y riesgo ergonómico	27
Tabla 7: Prueba de normalidad	28
Tabla 8: Hipótesis general	29
Tabla 9: Hipótesis específica 1	30
Tabla 10: Hipótesis específica 2	31
Tabla 11: Hipótesis específica 3	32

Índice de figuras

Figura 1: Esquema de diseño

16

Resumen

La presente investigación planteó como objetivo general determinar de qué manera el estrés laboral se relaciona con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023. La investigación se fundamenta en un enfoque cuantitativo, de tipo aplicada, con un nivel descriptivo, diseño no experimental, de corte transversal, correlacional causal. La muestra del estudio estuvo conformada por 150 enfermeras de un Hospital Nacional nivel III – 1 y que se ajustaron a los criterios de inclusión y exclusión determinadas en el estudio, la muestra fue de tipo censal, conformándose por la totalidad de la población. La técnica la encuesta, y el instrumento cuestionario, siendo los procesos de confiabilidad pertinente. Los datos se analizaron a través del Software Estadístico SPSS v.26. Los resultados producto del análisis permiten concluir que la variable de estrés laboral se relaciona significativamente con la variable riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital nacional, Lima 2023, (Pearson = -0,316) de manera que un moderado nivel de estrés laboral, representa un nivel moderado de riesgo ergonómico.

Palabras clave: Estrés laboral, riesgo ergonómico, enfermeros.

Abstract

The present investigation raised as a general objective to determine how work stress is related to the ergonomic risk of the nursing staff of a hospital, Lima 2023. The investigation is based on a quantitative approach, of an applied type, with a descriptive level, design non-experimental, cross-sectional, causal correlational. The study sample consisted of 150 nurses from a level III-1 National Hospital who met the inclusion and exclusion criteria determined in the study. The sample was census-type, comprising the entire population. The survey technique, and the questionnaire instrument, being the pertinent reliability processes. The data was analyzed through the Statistical Software SPSS v.26. The results of the analysis allow us to conclude that the work stress variable is significantly related to the ergonomic risk variable of the nursing staff of a national hospital, Lima 2023, (Pearson = -0.316) so that a moderate level of work stress represents a moderate level of ergonomic risk.

Keywords: Work stress, ergonomic risk, nurses.

I. INTRODUCCIÓN

En los contextos internacionales nos dice que estrés ocupacional es la respuesta del personal en enfermería a los requerimientos e imposiciones del trabajo que no se corresponden con sus conocimientos y habilidades que desafían su capacidad para hacer frente a una situación (Carrillo et al., 2020). La ergonomía es un cuerpo de conocimiento interdisciplinario aplicado a la adaptación de sistemas, entornos y productos creados por el hombre en las limitaciones, necesidades y características en los usuarios con el fin de perfeccionar el bienestar, la seguridad y la eficiencia, donde se realizan mejoras para los diferentes usos de la tecnología y la salud de los empleados (Guerrero et al, 2022). Riesgos ergonómicos que enfrenta nuestros trabajadores de enfermería durante una jornada laboral. El resultado fue que, además de estar de pie entre 8 y 10 horas, una persona que trabaja en un hospital de 70 % suele hacer un esfuerzo físico. Por lo tanto, enfermería requiere la implementación de medidas preventivas (Fierro et al., 2022). El 48,6 % de los estreses están relacionados con la carga de trabajo causada por las tareas que se desvían de la enfermería y la falta de tiempo para brindar apoyo emocional a los pacientes (Molina et al., 2021). La Escala de de Nursing Stress Scale (NSS), que mide las situaciones estresantes en profesionales de enfermería en un contexto nacional. En estos resultados mencionan que los elementos están presentes en el entorno físico, psicológico y social. Considerando la carga de trabajo, el ambiente físico tuvo el mayor impacto, 28,9% (Belizario, 2021). El trabajo son las eficiencias humanas más importantes y remotas, se emplea para satisfacer las obligaciones de uno mismo, de los demás o también de la población. Este trabajo se convierte en un desgaste y el esfuerzo en servicios y bienes. Con la internacionalización, el trabajo ha cambiado y se retorna más complejo, por lo que es necesario desarrollar procedimientos e implementos para cumplir los requisitos necesarios (Castrillón et al., 2021). Seguidamente el contexto local domina los niveles bajos en estrés laboral con un 53,8%, seguido de niveles medio y alto. Según sus dimensiones, predominan los niveles bajos en el medio físico, seguidos de los niveles

medios y altos en el medio psicológico (Matta, 2022). En un hospital nacional se presenta un manejo inadecuado de la organización y su modelo ergonómico de trabajo y condiciones de trabajo inadecuadas, cuidado mínimo por parte de los supervisores que emplean las herramientas necesarias para realizar el trabajo ergonómico, lo que provoca riesgos ergonómicos para los trabajadores de la salud, como posiciones continuas insuficientes, repetitivas. movimientos, cargas manipuladas incorrectamente, que contribuyen al desarrollo de enfermedades musculoesqueléticas, así como el dolor de movimiento asociado, que conduce al ausentismo; La cultura ergonómica es la encargada de controlar estos riesgos, y también enfrentan situaciones estresantes por cargas de trabajo adicionales que pueden exceder las habilidades, conocimientos y capacidades de los trabajadores. Esto afecta la salud física del enfermero, lo que, con base en lo anterior, se consideró importante en la realización de este estudio, que trata el siguiente tema: ¿Cuál es la relación entre estrés laboral con los riesgos ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023?. Se hace mención al problema específico: ¿Cuál es la relación del entorno físico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023?, ¿Cuál es la relación del entorno psicológico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023?, ¿Cuál es la relación del entorno social con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023?. Esta investigación se justifica teóricamente, por consecuente se realizó un estudio y análisis de las teorías, conceptos y visiones de los enfermeros sobre el estrés laboral y los riesgos ergonómicos, a partir de los cuales se puede desarrollar nueva información que contribuya a la solución de futuras investigaciones. En el campo práctico, esto se justifica porque el estudio considera dos variables, estrés laboral y riesgo ergonómico para profesional de la salud, en la cual consideramos importantes para el campo de la salud y que aportan información provechosa que conduce al progreso dirigido a los profesionales de la salud y se puede superar estos riesgos. En el área metodológica, el estudio ofrece como aporte dos tipos de instrumentos que recogen información sobre variables y son medibles para su estudio. En un

sector social, la investigación aporta, ayuda en aquellas instituciones que tienen semejantes características y con esto realizan mejoras significativas a favor de su comunidad, y poder brindar información científica y real a nuestro personal de enfermería. En mención dicho estudio tiene como objetivo principal notar la relación entre estrés laboral y riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un Hospital de Lima, 2023. Por consiguiente, tiene como objetivos especiales conocer la relación entre el entorno físico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023. Entender la relación del entorno psicológico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023. Comprender la relación del entorno social con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023. En base a esto, se presenta la siguiente hipótesis general, que existe una relación significativa entre el estrés laboral y el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023. A partir de ello, se procede con las siguientes hipótesis específicas: Existe relación significativa entre el entorno físico relacionado con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023. Existe una relación significativa entre el entorno psicológico y el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023. Existe una relación significativa entre el entorno social, el ambiental y el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.

II. MARCO TEÓRICO

En este estudio consideró las siguientes informaciones de antecedentes nacionales: Villanueva (2018), se efectuó un análisis sobre riesgos ergonómicos y las funciones en enfermería asistenciales en el centro de maternidad. Fue tipo cuantitativo en un diseño de correlacional. Se estima que el 50% de las enfermeras en los centros de maternidad tienen un riesgo ergonómico moderado, mientras que el 35% de las enfermeras dicen que tienen un riesgo bajo y el 15% de las enfermeras dicen que tienen un riesgo alto. por lo que se concluye; de acuerdo al objetivo general que muestran una asociación estadísticamente significativa en el riesgo ergonómico y en los desempeños laborales de los trabajadores en la atención obstétrica, con una alta correlación positiva. Dionisio (2018), se planteó un estudio de los riesgo y estresores laborales en enfermeras de un instituto nacional. Fue un estudio cuantitativo de diseño correlacional. Los resultados mostraron que el 58,2% (64) de las enfermeras tenían riesgo ergonómico “alto”, el 37,3% (41) de las enfermeras tenían riesgo ergonómico “moderado”, por último, el 4,5% (5) tenían riesgo ergonómico “bajo”. Llegamos a deducir que existe una asociación moderadamente efectiva entre las variables riesgo ocupacional y estrés ocupacional, con la rho de Spearman que afirma la hipótesis alternativa y rehúsa la hipótesis nula. Apaza (2020), presenta dicho estudio con un nivel de riesgo ergonómico que enfrenta el profesional en enfermería. Llego a ser un estudio con expectativa cuantitativa, de nivel descriptivo y de carácter transversal. Esto indica que los licenciados de enfermería el 78% se encuentra en alto riesgo ergonómico debido a que realiza una variedad de trabajos. Se concluye que las

actividades que ejecutaron hubo un aumento durante la pandemia por Covid-19. Franco & Rubina (2019), realizaron análisis de la asociación entre los síntomas musculoesqueléticos y los estresores laborales de enfermería en la unidad de emergencia. Fue cuantitativa, transversal, descriptiva y relacional. Los resultados mostraron que el 100% de las enfermeras informaron que presentan malestares a nivel de la espalda en parte baja, de las cuales 98,2% presentan dichas afecciones en los últimos 12 meses. En cuanto a la carga de trabajo de estos profesionales, el 61,8% se encontró con estrés alto. Se llega a concluir que no posee una asociación de datos entre el síntoma musculoesquelético y nivel de carga de trabajo en las enfermeras del sistema de transporte asistido durante una emergencia. Ríos (2022), menciona sobre cultura ergonómica y estrés laboral en personales de dicho centro. Se trató de un diseño básico, no experimental, cuantitativo, transversal de correlación. Logrando deducir que, según los laboriosos, la cultura ergonómica fue moderada y baja, pero los niveles de estrés laboral fueron altos. Un resumen, la cultura ergonómica se asocia con el estrés laboral con un valor de p de 0,04 menor que 0,05, que es inversa y débil en comparación con la rho en -0,318. Se hace mención que se da en el siguiente contexto internacional: García (2018), con el estudio sobre riesgos ergonómicos para los profesionales de enfermería del nivel I. Fue un estudio cuantitativo con el diseño descriptivo. Calificación en Riesgo 96%, un 59% está insatisfecho con su mobiliario de oficina que no cubre sus necesidades al momento de realizar actividades como registro de signos vitales, curación, canalización de vías, administración de medicamentos y reporte de enfermería y el 44% está frustrado por sus dolores lumbares y piernas, mencionan, tengo dolor en mi cuello y muñecas. Los riesgos que

enfrenta el personal provienen de mantener la misma postura, levantar más peso de lo necesario, malas posturas y movimientos repetitivos que provocan dolor en la zona lumbar, el cuello, las piernas y los hombros. Pérez (2019), plantió un estudio de las características del estrés laboral que hace presente las enfermeras que desempeñan en UCI. Desde una perspectiva metodológica, se trató de un estudio descriptivo, transversal, retrospectivo y de diseño bibliográfico. Encontraron que el 68% de los cuidadores tenían estrés en el lugar de trabajo debido a la carga de trabajo y responsabilidades excesivas. Por lo tanto, concluyen que las enfermeras están expuestas a altos niveles de estrés. Tomas (2018), hace una alusión sobre factores de riesgo ergonómico para enfermeras en desempeño en el campo de cirugía ginecológica. Este estudio tiene un carácter descriptivo y se lleva a cabo en un diseño no experimental. Encontraron que 6 de 78% encuestados reportaron altos niveles de estrés por actitudes laborales, organización del trabajo, situaciones de estrés laboral, largas jornadas de trabajo, falta de descansos y desconocimiento de actividades para reducir la sobrecarga, se señala que reporta un riesgo ergonómico. Es importante optimizar los cuidados preventivos al personal de enfermería con respecto en riesgos ergonómicos, especialmente enseñar destrezas y sistemas efectivos para así evitar posturas forzadas en la cual afecten gravemente el sistema musculoesquelético del personal de enfermería. Morales y Goiriz (2019), realizaron un estudio de niveles de riesgo ergonómico para precisar los niveles de riesgo laboral de los profesionales en fisioterapia. Fue descriptivo, observacional y transversal mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. En efecto revelaron que 17 de 49 terapeutas fueron masculinos y 32 femeninas, con dicha edad promedio un $36,7 \pm 9,7$ años. El tiempo promedio

de servicio en la instalación fue de 8 años. También encontró que más de 67 trabajadores estaban en el nivel 4 de alto riesgo y el 33% estaban en el nivel 5 de muy alto riesgo. Cuando se trata de niveles de estrés, el 78 % dijo que tenía niveles bajos de estrés. De esto podemos concluir que los riesgos ergonómicos identificados están en un nivel muy predominante. Se requiere una intervención inmediata para prevenir los trastornos musculoesqueléticos y la discapacidad permanente. Atanacio y Evangelista (2018), encontraron en un estudio que el dolor de columna cervical puede estar relacionado con el nivel de carga laboral del personal técnico en enfermería de los nosocomios hospitalarios. Aquel estudio tuvo características de correlación y transversales. Los resultados mostraron que 63,2% trabajadores experimentaron dolores cervicales y 72,3% sintieron bajo estrés laboral. En conclusión, encontramos una baja correlación del dolor durante jornada laboral (p -valor = 0,025), percepción del dolor por nivel de carga de trabajo (p -valor = 0,031). La cultura ergonómica es entonces un conjunto de métodos aplicados al cambio de trabajo, es propio de la institución, en que la existencia conlleva a una verdadera cultura ergonómica requiere de un ambiente propicio y sobre todo de un compromiso con las exigencias de la sociedad en los ambientes de trabajos Gómez (2020). En base a ello, la presente investigación parte del modelo de gestión de la demanda, que se está convirtiendo en uno de los más utilizados en salud y así combatir los estresores laborales. Las versiones del modelo teórico proponían en el estrés laboral surgen las fuentes principales: las exigencias laborales y la vigilancia del profesional Varela (2020). Les aseguro que el estrés laboral es una condición resultante del exceso de trabajo sobre el cual el empleado siente que tiene poco control. Las demandas se explican como aquellas exigencias psicológicas y

físicas en el que los trabajadores aceptaran, y un control a cómo el trabajador debe asumir y cumplir los acuerdos con los componentes de desarrollo de habilidades e independencia. García et ál., (2019) sugieren que generalmente se equipara con la presión psicológica, por lo que la presión que experimenta el trabajador de la salud esta propenso a estos factores ya que consta de las dos dimensiones mencionadas anteriormente y por qué el trabajador de la salud experimenta presión psicológica, se manifestara su presión cuando sus demandas son altas y su control sobre ellas es bajo. Posteriormente se actualizó la redacción de este modelo teórico agregando como tercera dimensión el apoyo emocional, supresor al estrés laboral o moderador en salud, estos factores hacen mención con el clima del nivel de salud y la relaciones con supervisores y colegas, analizando como elementos fundamentales el apoyo emocional e instrumental Carrillo et ál., (2018). Sobre esta base, se enfatiza que el estrés laboral puede ser evaluado utilizando los aspectos ambientales psicológicos, físicos y sociales detallados utilizando el enfoque de Varela (2020). Se describen a continuación. Dimensión 1: Sobre el entorno físico Díaz (2018) señala el conjunto de actividades y tareas que típicamente tienen que realizar el profesional de enfermería. De igual forma, se relaciona con el tiempo y la duración del trabajo de cuidado, por lo que los profesionales que se desempeñan en áreas de mayor desempeño en el cuidado deben estar altamente calificados. Vásquez (2020) manifiesta porque los conflictos entre compañeros dificultan el trabajo en equipo y generan un ambiente tenso que genera malestar general, lo que se traduce en una mala atención médica de los pacientes. Además del espacio físico, la imposibilidad de realizar adecuadamente las actividades. A su vez, se relaciona con la Dimensión 2:

Entorno Psicológico. Son las percepciones, sentimientos y emociones que las enfermeras tienen sobre el ambiente en el que trabajan, determinadas por las normas que deben seguir y las normas que deben aceptar cada vez que concuerden con ello. Además, Ferrada et ál., (2022) Cansancio emocional asociado al enfrentamiento de esta situación, pensamientos y comportamientos de dejar o abandono del trabajo, aumento del estrés, debilitamiento de las relaciones interpersonales, atención deshumanizada del paciente, aislamiento, e incluso síntomas de depresión, según Molina et ál., (2019), esto generalmente conduce a la sobrecarga de los roles que desempeñan debido a la falta de una adecuada coordinación y comunicación en actividades de enfermería, también a conflictos que pueden atribuirse a malentendidos mutuos entre colegas para estar conectados. Xiang et ál., (2020) reportaron que el ambiente psicológico en los centros de atención cambió a raíz de la pandemia, con desconocimiento y falta de procedimientos de atención inicialmente provocando tensión entre los miembros del equipo de salud. Díaz (2018) se refiere a la Dimensión 3: Entorno Social y Relaciones Humanas para establecer relaciones adecuadas entre diferentes profesionales del campo para asegurar nuevos conocimientos, tecnologías y políticas de gran beneficio para la sociedad, explica lo que se necesita para asimilar y adaptarse tanto al personal de enfermería y pacientes. Farfán (2020) muestra que, lamentablemente, el desarrollo de nuevas tecnologías puede ser un factor estresante en muchos de los profesionales de no querer cambiar su modelo de trabajo. De igual forma, Chung y Salas (2018) tienen que seguir horarios por necesidades y dinámicas del centro de tratamiento que no se adecuan a sus necesidades personales, ya que muchos tienen que ajustar sus tiempos para trabajar en más de un hospital, trabajando

turnos de más de 12 horas, lo cual es suficientemente agotador el desgaste mental y físicamente para la enfermera que labora, quien debe cumplir con su deber con responsabilidad y entrega. Según Patlán (2019), destacan que estrés laboral es el riesgo que atenta contra la salud de los funcionarios y el adecuado funcionamiento de la organización, lo que hace referencia que deben evaluar la prevalencia del estresor laboral e identificar sus consecuencias. Chiang (2018) sugiere que tiene importantes inferencias para el bienestar físico, psicológico y profesional, generando costos significativos para las instituciones de salud, siendo así las manifestaciones avanzadas de estresores laborales representan el 50% de las bajas por enfermedad en este contexto. Además, Laguerre (2019) en su investigación sobre el estado del sistema musculoesquelético y los riesgos ergonómicos conllevan que el objetivo de ergonomía es reducir el nivel de estrés cognitivo y físico, lo que a su vez impide el desarrollo de posturas relacionadas con la actividad física de los trabajadores de la salud. Del mismo modo, Almirall et ál., (2018) señalan en su investigación sobre la implementación de la ergonomía en los laboratorios que las características de un nivel de gestión ineficaz entorpecen al personal y también aumentan la percepción de estrés y desgaste laboral. Por ello, los mismos Reátegui et al., (2021) describen ergonomía es el aspecto muy importante en las actividades funcionarias, debido a que puede ser utilizada para analizar el ambiente de trabajo y la adaptación del personal al mismo. En el contexto del trabajo, Camargo (2019) caracterizó varios aspectos que conducen a lesiones e incapacidades, denominados riesgos ergonómicos, comenzando por la dificultad física, malas posturas, factores psicosociales, movimientos repetitivos, presentes de muy diversas formas. Puede afectar el rendimiento y la satisfacción laboral. El Modelo de

Teoría de la Higiene, describe el riesgo ergonómico como la posibilidad de que los trabajadores sufran problemas de salud, accidentes o lesiones relacionadas con el trabajo como consecuencia de la exposición al trabajo que realizan. Dichos riesgos están relacionados con posturas, fuerza muscular, movimientos y otros factores, como condiciones laborales profesionales. El riesgo ergonómico se denomina un peligro cuando existe un desequilibrio entre las exigencias de los trabajadores y su capacidad para realizar las actividades en mención al puesto de trabajo Rincón (2020). Por tanto, los riesgos ergonómicos son los asociados a exigencias como la adopción por parte de los trabajadores de posturas propensas a trastornos musculoesqueléticos, los movimientos forzados y consecutivos. Ramos et ál., (2021) informaron que los TME relacionados con el trabajo son causados por actividades laborales como empujar, levantar y jalar. Los ligamentos, cartílagos, articulaciones, tendones, huesos del brazo, cabeza, piernas y articulaciones, explica que se define como una lesión de cuello o la espalda, objetos y posturas inadecuadas surgen y se exacerbaban. Los síntomas característicos de trastornos son el dolor, la hinchazón, la rigidez, entumecimiento u hormigueo (Ramón, 2018). De modo que Rincón (2020), el riesgo ergonómico se puede medir utilizando dichas dimensiones de carga física, estática, dinámica y el diseño del entorno de trabajo. Dimensión 1: Con respecto al carga física, Lehmann (2022) lo atribuye a un mayor gasto de energía, mayores requerimientos de esfuerzo, posturas extremas, realización de movimientos repetitivos y afrontamiento de carga, definido como un aumento del trabajo físico en forma de fuerza, como cuanto más exigente físicamente es el trabajo, mayor es. En los humanos, los músculos son responsables de la locomoción, esto es controlado por el sistema nervioso.

Este gasto de energía se llama metabolismo de trabajo. Dimensión 2: Carga dinámica, Lehmann (2022), cuando se producen contracciones y relajaciones musculares alternas de corta duración en los músculos implicados. Esto es lo que sucede en cualquier actividad que requiera doblar y estirar las extremidades. Por lo tanto, muchas tareas requieren estas actividades, denominadas carga dinámica, Mendoza (2018). Hace mención la dimensión 3: carga estática, refiere Lehmann (2022) afirma que el músculo mantiene una longitud importante y no requiere deslizamiento miofibrilar, pero el músculo permanece rígido. Ocurre cuando una fuerza se sostiene al soportar peso o mantener una postura particular. Es la situación de contracción en que denomina isometría y el movimiento o trabajo empleado de ella predisponen a estático. Del mismo modo, Santana et ál., (2019) señalan que el ejercicio dinámico se puede realizar durante momentos periódicos siempre se realice un ritmo adecuado según el desgaste de la persona y no sea una intensidad excesiva. Los músculos promueven el flujo sanguíneo en las áreas que requieren más esfuerzo. Según Dimensión 4: Diseño del ambiente de trabajo, Lehmann (2022) presenta los factores, vestimenta y aspectos básicos para realizar una determinada tarea, así como la ergonomía se ocupa de las condiciones y el ambiente de trabajo, el diseño del ambiente laboral. Tenga en cuenta su entorno, incluido el calzado adecuado, los pisos antideslizantes o resistentes a las puntas, la altura del equipo y la ubicación de los elementos eléctricos. Abordar esta realidad es fundamental para los centros de salud, donde la comodidad de los profesionales debe ser una prioridad máxima. Por lo tanto, el ambiente físico de trabajo, su equipo y el ambiente laboral creado deben ser mantenidos y protegidos. Otro elemento muy relevante es el análisis

de los aspectos débiles del clima laboral en relación con las condiciones y necesidades laborales. Los trabajadores corren un mayor riesgo de lesionarse cuando la ergonomía del trabajo no está disponible menciona Herrera y Huanchaco (2018). La cultura ergonómica es un conjunto de usos para cambiar trabajos y tareas. Siendo este concepto un rasgo organizacional, se requiere de un ambiente adecuado o favorable para que exista una verdadera cultura ergonómica. Abordar los requisitos laborales de la sociedad, las ideas comunes y otros factores. Toda institución se esfuerza por progresar en una cultura de altos niveles de ergonomía, en la cual es una intervención de primer nivel y fundamental en llegar al éxito de futuros proyectos en el sector salud Gómez (2020).

La epistemología del problema, menciona García et ál. (2020), esta es la situación temporal caracterizada por demandas y deseos más allá de los límites de las propias capacidades, conocidas como los nueve factores estresantes de factores externos. Como la calidad del trabajo, carga de trabajo, limpieza, precisión, excesiva estimulación visual, auditiva, física, perfeccionismo, olvidos, poca capacidad, factores físicos específicos o respuestas similares de los individuos a las situaciones. Lagos (2023), analiza desde una perspectiva al estilo de Heidegger permite un acercamiento más amplio al fenómeno en cuestión, alejándose de la noción científica clásica del estrés como estímulo y respuesta y del foco de atención de la psicología cognitiva. Se propone así comprender los fenómenos de estrés en una dimensión ontológica, como las potencialidades primordiales de la existencia humana (Dasein) que determinan por completo nuestra existencia en el mundo.

Según la corriente filosófica, este estudio es positivista. Marín (2021) habla de dichas necesidades de enfrentar las manifestaciones sociales con la misma metodología, ponerlos en la categoría de las ciencias autóctonas. El positivismo menciona que los conocimientos se adquieren empíricamente y asegura que el método científico es la única manera de adquirir este conocimiento. Al hacerlo,

se posiciona contra corrientes que llegan a rechazar la experiencia como método de investigación.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación

Este tipo de investigación fue aplicada ya que consiste una investigación original realizada para generar nuevos conocimientos. Fundamentalmente, sin embargo, nuestro objetivo es ampliar y profundizar el conocimiento existente sobre estas variables de investigación asociadas con el estrés laboral y los riesgos ergonómicos en el campo de enfermería (Concytec, 2018).

Este estudio basa en un criterio cuantitativo. Consiste en contrastar hipótesis derivadas de teorías existentes y determinar una muestra representativa para probar o rechazar las hipótesis formuladas, ella es la única que puede sacar sus propias conclusiones. Extrapolado a grupos más grandes que el grupo estudiado (Rus y Coll, 2021).

Método hipotético deductivo, las hipótesis se prueban a medida que procesan dichos datos recopilados, realizan mediciones numéricas o análisis estadísticos (Sánchez, 2019).

3.1.2. Diseño de investigación

El diseño en estudio utilizado fue no experimental y correlacional, ya que no hubo manipulación consciente en las variables, y se basó únicamente en el conocimiento de la realidad y registrar las evidencias que ocurrieron en la situación original (Álvarez, 2020).

El nivel de estudio fue descriptivo e identificó variables de estrés laboral y riesgo ergonómico. De igual forma, los datos fueron de corte transversal ya que fueron recolectados en una sola instancia, para

determinar aspectos propios de la realidad investigativa (Medianero,2022).

El esquema de diseño consistió en:

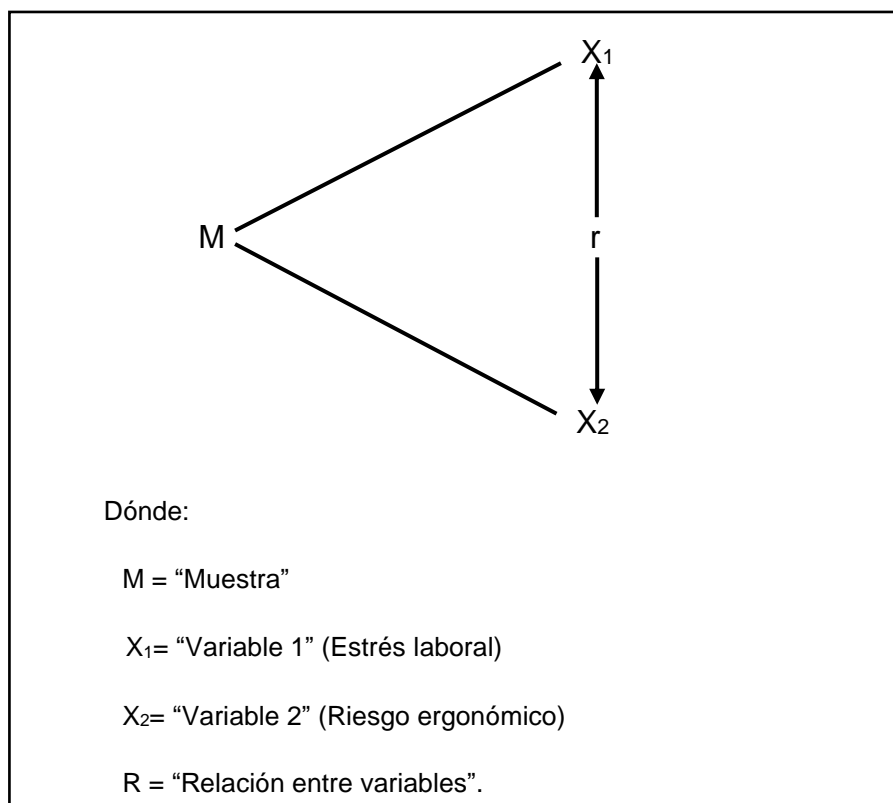


Figura 1. "Diseño de investigación". Por Álvarez, 2020.

3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Estrés laboral

Definición conceptual En mención al estrés en el campo laboral es una condición en la cual surge de estar abrumado y los trabajadores creen que carecen del control suficiente para aceptarlo (Varela, 2020).

Definición operacional El estrés en el lugar de trabajo se mide en tres dimensiones utilizando una variedad de actividades y tareas que las enfermeras normalmente necesitan realizar.

Dimensiones

Entorno físico es generalmente un conjunto de capacidades, aptitudes y tareas que realizan las enfermeras(os) (Díaz, 2018).

Entorno psicológico, las percepciones, sensaciones y sentimientos que las enfermeras tienen sobre el establecimiento en el que laboran, determinados por las normas que deben seguir, y aceptados siempre y cuando lleguen a concordar (Díaz, 2018).

Entorno social y las relaciones humanas, es necesario desarrollar relaciones adecuadas entre los diferentes profesionales del campo para facilitar la adaptación y asimilación a nuevos conocimientos, tecnologías y políticas en la cual beneficiarán en amplia medida a enfermeras y pacientes (Díaz, 2018).

Niveles de medición

Alto: 23 - 34

Medio: 11 - 22

Bajo: 0 - 10

Variable Dependiente. Riesgo Ergonómico

Definición conceptual el riesgo ergonómico es la posibilidad de que los trabajadores sufran problemas de salud, accidentes o lesiones laborales como consecuencia del estrés del trabajo que realizan. Dichos riesgos están relacionados con la postura, fuerza y movimientos musculares, asimismo otros elementos como las condiciones de trabajo en dichos profesionales (Rincón, 2020).

Definición operacional Del riesgo ergonómico se determinará por medio de cuatro dimensiones y dieciséis indicadores.

Dimensiones:

Carga física, es el conjunto de demandas y exigencias a nivel físico que sufre un trabajador en su desempeño en el centro que labora. Tales demandas generan una gama de esfuerzos que requieren un mayor gasto de energía en relación con el nivel de fuerza (Lehmann, 2022).

Carga dinámica, son actividades físicas como caminar o correr que requieren estiramientos y contracciones rítmicas de los músculos. Esta forma de contracción muscular se denomina isotonicidad (Lehmann, 2022).

Carga estática, se ha afirmado que bajo diferentes condiciones el músculo debe contraerse y conservar esta posición en diferentes tiempos (Lehmann, 2022).

Diseño del ambiente de trabajo, es proveer con elementos, vestimentas y aspectos básicos para el desempeño del trabajo, que asegure un bajo riesgo ergonómico para los trabajadores. Ubicación de elementos eléctricos, como uso adecuado de calzado, pisos antideslizantes o antivuelco y una altura adecuada de los equipos (Lehmann, 2022).

Escala de medición

“Alto”: 11 a 16

“Medio”: 6 a 10

“Bajo”: 0 a 5

3.3. Población, muestra y muestreo

Población: Elemento accesible y unidad de análisis que se relaciona con el ámbito que se especifica en la que se realiza el estudio (Condori, 2020). Los sujetos consistieron en 150 enfermeras que trabajan en el hospital nacional.

Muestra: La muestra fue una categoría censal donde se consideran testeados todos los integrantes de la población (Soto, 2018), del área hospitalaria de un hospital nacional.

Muestreo: El muestreo es no estadístico y se elige de acuerdo a la conveniencia del investigador, permitiéndole elegir arbitrariamente el número de participantes que pueden participar en el estudio (Hernández, 2021).

Unidad de análisis: Son todas las enfermeras(os).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En mención al estudio utilizamos como método una encuesta y como medio un cuestionario de dos variables (Vega, 2022).

Esta encuesta recopila información de la población que participan voluntariamente y brindan el consentimiento pertinente para la correlación de la investigación.

Validación y confiabilidad del instrumento

Validación

Este cuestionario inspiró con diferentes estudios validados. No fue adaptado y en su momento se llevó la validación según lo indicado mediante juicio de expertos.

Tabla 1: Ficha Técnica

Denominación:	Dimensión: Estrés laboral y Riesgo Ergonómico
Auto:	Escribá et al. (1999). The Nursing Stress Scale
Lugar de Creación:	España.
Adaptación:	Berrocal (2022)
Administración:	Enfermeras del Nosocomio Nivel - II
Propósito:	Determinar aquella relación que tienen entre las dos variables.

Confiabilidad

La confiabilidad es un nivel de confianza que puede depositar en los resultados una vez recopilados los datos obtenidos (Vara, 2020).

Las pruebas iniciales establecieron la estabilidad de las respuestas obtenidas de las muestras en el primer instrumento, independientemente del tiempo en el cual se emplee. La confiabilidad de este instrumento con el alfa de Cronbach fue muy alta dando un valor de 0.852. El segundo instrumento con alfa de Cronbach fue de 0,681, alcanzando un valor aprobado. Entonces valor alfa de Cronbach se acerca a 1 y aumenta por encima de 0,5, lo que menciona que el instrumento hace confiable para su aplicación.

Tabla 2: Confiabilidad del Instrumento

Variable	Nº Ítems	Alfa de Conbrach	Confiabilidad
“Estrés Laboral”	34	0,852	Elevada
“Riesgo Ergonómico”	16	0,681	Aceptable

Origen: elaboración propia

En igual forma, los autores de este estudio aplicaron un modelo de 50 enfermeras con características semejantes a la población. Se solicitó la carta de recomendación de parte de la universidad para efectuar el estudio, y lo cual se entregó, se dio curso a la Dirección General del Hospital nacional, luego de lo cual se recolectaron los datos. Personal de enfermería se reunió en el mismo lugar para explicar los fundamentos de la investigación y sus objetivos.

Se les dieron formularios con consentimiento informado y se les dijo que toda la información se conservaría solo para la investigación, pero esto no era obligatorio.

No era necesario proporcionar nombre porque era anónimo y se respetaron las corrientes éticas. Luego se recolectó y transfirió la información al programa Excel y formato SPSS V26.

3.5. Procedimientos de recolección de datos

Se ejecuto mediante la implementación de los procedimientos de prueba relativas, procedimientos administrativos como la presentación de una solicitud de permiso para la aceptación de la prueba por parte de la autoridad hospitalaria nacional, la coordinación con el personal del centro de atención y la coordinación con la jefatura de enfermería. Designación de una cita con un profesional del servicio para explicar el propósito del estudio, dar su consentimiento y determinar el plan de aplicación. Esta herramienta se aplica de acuerdo a un cronograma establecido. La información se resumió en tablas en la cual se subió a una base de datos constituida con el programa Microsoft Excel. Seguido esta base se exportó al programa estadístico SPSS 26 y sirvieron de soporte para resumir los datos en tablas. El paquete estadístico también se utiliza para analizar la correlación de dichas variables.

3.6. Método de análisis de datos

Primero, es aplicada con prontitud dicho cuestionario, seguido la aprobación de la encuesta de datos, se ejecuta Excel de acuerdo con los resultados del encuestado y luego se envía a SPSS V26 para así ejecutar tablas y gráficos basados en los resultados del nivel de cada variable y el porcentaje de sus dimensiones. Luego creé una tabla cruzada. En el aspecto de inferencia, utilizamos la prueba de normalidad para caracterizar nuestras hipótesis utilizando las estadísticas correspondientes más adelante.

3.7. Aspectos éticos

En mención la ética es una investigación científica que parte desde la honestidad e integridad que todo investigador debe poseer, es congruente con el uso de la literatura, se desarrolla teniendo en cuenta la autoría y permite a los investigadores aportar una bibliografía que indique la fuente de la información utilizada. Para realizar esta investigación. Para respetar las preocupaciones éticas en el organismo se utiliza el instrumento, se envía la carta solicitando la autorización de la institución designada y aprobación del director del hospital para el uso del cuestionario (en Anexo 3). Se contactó a los trabajadores antes de entregar los formularios de consentimiento informado. Para garantizar la transparencia y respetar estrictamente la colaboración voluntaria de profesionales del estudio, los cuestionarios se completaron personalmente.

IV. RESULTADOS

Resultados descriptivos

Objetivo general

Tabla 3

*Tabla cruzada Variable Estrés Laboral*Variable Riesgo Ergonómico*

			Variable Riesgo Ergonómico			
			“Bajo”	“Medio”	“Alto”	Total
Variable Estrés Laboral	Bajo	Cálculo	5	10	14	29
		% del total	3,3%	6,7%	9,3%	19,3%
	Medio	Cálculo	15	33	25	73
		% del total	10,0%	22,0%	16,7%	48,7%
	Alto	Cálculo	16	23	9	48
		% del total	10,7%	15,3%	6,0%	32,0%
Total		Cálculo	36	66	48	150
		% del total	24,0%	44,0%	32,0%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 3 se observa que el 32,0% del personal de enfermería de un hospital, perciben que el estrés laboral es alto; el 48,7% las perciben como medio y el 19,3% como bajo. Por otro lado, el 32,0% del profesional de enfermería considera que el nivel de riesgo ergonómico es alto; el 44,0% perciben como medio y 24,0% del personal de enfermería considera que el nivel es bajo.

Objetivo específico 1

Tabla 4

*Tabla cruzada Dimensión Entorno Físico*Variable riesgo ergonómico*

			Variable riesgo ergonómico			
			Bajo	Medio	Alto	Total
Dimensión entorno Físico	"Bajo"	Cálculo	7	24	28	59
		% del total	4,7%	16,0%	18,7%	39,3%
	"Medio"	Cálculo	17	18	11	46
		% del total	11,3%	12,0%	7,3%	30,7%
	"Alto"	Cálculo	12	24	9	45
		% del total	8,0%	16,0%	6,0%	30,0%
Total	Cálculo		36	66	48	150
	% del total		24,0%	44,0%	32,0%	100,0%

Origen: Elaboración propia

En la Tabla 4 se observa que un 30,0% del personal de enfermería de un hospital, perciben un entorno físico alto; el 30,7% las perciben como medio y el 39,3% como bajo. Por otro lado, el 32,0% del profesional de enfermería toma en consideración que el nivel de riesgo ergonómico es alto; el 44,0% perciben como medio y 24,0% del personal de enfermería considera que el nivel es bajo.

Objetivo específico 2

Tabla 5

*Tabla cruzada Dimensión Entorno psicológico*Variable riesgo ergonómico*

			Variable riesgo ergonómico			
			Bajo	Medio	Alto	Total
Dimensión entorno psicológico	“Bajo”	Cálculo	5	16	19	40
		% del total	3,3%	10,7%	12,7%	26,7%
	“Medio”	Cálculo	16	31	21	68
		% del total	10,7%	20,7%	14,0%	45,3%
	“Alto”	Cálculo	15	19	8	42
		% del total	10,0%	12,7%	5,3%	28,0%
Total	Cálculo		36	66	48	150
	% del total		24,0%	44,0%	32,0%	100,0%

Origen: Elaboración propia

En la Tabla 5 se observa que el 28,0% del personal de asistencial de un hospital, perciben un entorno psicológico alto; el 45,3% las perciben como medio y el 26,7% como bajo. Por otro lado, el 32,0% del personal de enfermería se debe tener en cuenta que el nivel de riesgo ergonómico es alto; el 44,0% perciben como medio y 24,0% del personal de enfermería considera que el nivel es bajo.

Objetivo específico 3

Tabla 6

*Tabla cruzada Dimensión Entorno social*Variable riesgo ergonómico*

		Variable riesgo ergonómico			Total	
		"Bajo"	"Medio"	"Alto"		
Dimensión entorno social	"Bajo"	Cálculo	4	7	8	19
		% del total	2,7%	4,7%	5,3%	12,7%
	"Medio"	Cálculo	22	38	19	79
		% del total	14,7%	25,3%	12,7%	52,7%
	"Alto"	Cálculo	10	21	21	52
		% del total	6,7%	14,0%	14,0%	34,7%
Total	Cálculo	36	66	48	150	
	% del total	24,0%	44,0%	32,0%	100,0%	

Origen: Elaboración propia

En la Tabla 6 observamos que el 34,7% del personal de enfermería de un hospital, perciben un entorno social alto; el 52,7% las perciben como medio y el 12,7% como bajo. Por otro lado, el 32,0% del personal de enfermería hace mención que se debe tener en cuenta que el nivel de riesgo ergonómico es alto; el 44,0% perciben como medio y 24,0% del personal de enfermería considera que el nivel es bajo.

Análisis inferencial

En la cual, trabajó bajo una prueba de normalidad Kolmogorov-Smimov, con una confianza de 95% y significancia de 5%, por tanto:

- $P > 0,05$ = paramétrica de Pearson.
- $P < 0,05$ = no paramétrica Rho Spearman.

Decisión:

Si $p < 0.05$, rechaza la Hipótesis nula y acepta la alterna.

Si $p \geq 0.05$, acepta la hipótesis nula.

Tabla 7

Prueba de normalidad

	Estadístico	GI	P
Estrés Laboral	0.059	150	0.200*
Riesgo Ergonómico	0.067	150	0.096

Origen: Elaboración propia.

Como $p \geq 0.05$, en la cual se acepta la hipótesis nula, es decir, los datos tienen una distribución normal; por lo tanto, aplicaremos estadística paramétrica.

Contrastación de las hipótesis

- No hay relación: Rho de Spearman $< 0,05$ y P es $> 0,05$.
- Si hay relación: $P < 0.05$ y rho de Spearman es $> 0,05$.

Ho. No existe relación significativa.

Ha. Si existe relación significativa.

Hipótesis general

Ho: El estrés laboral no se relaciona significativamente con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023.

Ha: El estrés laboral se relaciona significativamente con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023.

Tabla 8

Hipótesis general

		Estrés Laboral	Riesgo Ergonómico
Estrés Laboral	(Correlación de Pearson)	1	-,316**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	150	150
Riesgo Ergonómico	(Correlación de Pearson)	-,316**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	150	150

** . La correlación es "significativa" en el nivel 0,01 (bilateral).

Origen: elaboración propia

Se dio a conocer una correlación de Pearson de -0,316, el cual muestra correlación inversa baja de acuerdo con la valoración de Hernández y Fernández (2018); entonces se valida la hipótesis general.

Hipótesis específica 1

Ho: El entorno físico no se relaciona significativamente con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023.

Ha: El entorno físico se relaciona significativamente con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023.

Tabla 9

Hipótesis específica 1

		Dimensión	Riesgo
		Entorno Físico	Ergonómico
Dimensión Entorno Físico	(Correlación de Pearson)	1	-,287**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	150	150
Riesgo Ergonómico	(Correlación de Pearson)	-,287**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	150	150

** . La correlación es "significativa" en el nivel 0,01 (bilateral).

Origen: elaboración propia

Se dio a conocer una correlación de Pearson de -0,287**, el cual muestra correlación inversa baja de acuerdo con la valoración de Hernández y Fernández (2018); entonces se valida la hipótesis específica 1.

Hipótesis específica 2

Ho: El entorno psicológico no se relaciona significativamente con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023.

Ha: El entorno psicológico se relaciona significativamente con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023.

Tabla 10

Hipótesis específica 2

		Dimensión Entorno Psicológico	Riesgo Ergonómico
Dimensión Entorno Psicológico	(Correlación de Pearson)	1	-,332**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	150	150
Riesgo Ergonómico	(Correlación de Pearson)	-,332**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	150	150

** . La correlación es "significativa" en el nivel 0,01 (bilateral).

Origen: elaboración propia

Se dio a conocer una correlación de Pearson de -0,332**, el cual muestra correlación inversa baja de acuerdo con la valoración de Hernández y Fernández (2018); entonces se valida la hipótesis específica 2.

Hipótesis específica 3

Ho: El entorno social no se relaciona significativamente con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023.

Ha: El entorno social se relaciona significativamente con el riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023.

Tabla 11

Hipótesis específica 3

		Dimensión	Riesgo
		Entorno Social	Ergonómico
Dimensión Entorno Social	(Correlación de Pearson)	1	-,008
	Sig. (bilateral)		,924
	N	150	150
Riesgo Ergonómico	(Correlación de Pearson)	-,008	1
	Sig. (bilateral)	,924	
	N	150	150

Origen: elaboración propia

Se dio a conocer una correlación de Pearson de -0,08, por lo cual muestra correlación inversa muy baja de acuerdo con la valoración de Hernández y Fernández (2018); entonces se valida la hipótesis específica 3.

V. DISCUSIÓN

Según el objetivo general, para determinar cómo asociamos “estrés laboral con riesgo ergonómico” para las enfermeras hospitalarias, se encontraron los siguientes resultados en Lima 2023: El 32,0% de las enfermeras hospitalarias consideran estresante su trabajo. El 48,7% lo percibe moderado y el 19,3% bajo. Por otro lado, las enfermeras de 32,0% se consideran de alto riesgo ergonómico. El 44,0% la considera moderada y el 24,0% del personal de enfermería la considera baja. Además, los profesionales de la salud están expuestos a peligros relacionados con el estrés debido a su profesión, actividades públicas, nuevos conocimientos y avances tecnológicos. La presencia de estrés está asociada a riesgos ergonómicos, lo que promueve el bienestar percibido de los trabajadores y desaprovecha oportunidades para construir controles que se reflejan claramente en sus relaciones críticas. Por lo tanto, es congruente con el estudio de Dionisio (2018) donde encontró una asociación moderada y positiva entre dichas variables de estrés laboral y riesgo en los enfermeros, con lo que aumentó las condiciones de trabajo de los enfermeros en el lugar de trabajo, mejoró y contribuyó a la promoción de la salud de los asistenciales. Además de contribuir al aumento de los niveles de estrés en el cuidado, también se ha observado en los asistenciales de la salud están expuestos a una variedad de riesgos laborales que pueden verse exacerbados por el estrés. Este último también presenta riesgos laborales, por lo que las empresas deben priorizar medidas para reducir el estrés si quieren alcanzar sus objetivos. Además, existen similitudes con los estudios mencionados por Villanueva (2018) al analizar los riesgos ergonómicos. Se estima que el 50% de las enfermeras en los centros de maternidad tienen un riesgo ergonómico moderado, y el 35% de las enfermeras dicen que tienen un riesgo bajo. La ergonomía participativa es una estrategia de reducción del estrés que puede servir como estrategia para reducir el riesgo laboral. Por eso, las instituciones deben promover una cultura genuina con un entorno ergonómico. Porque la ergonomía permite el cambio en el trabajo, promueve el autocuidado y el compromiso de los empleados, mejora la eficiencia y demuestra ser una base esencial para el éxito. Se planifica el logro de metas en el cuidado de la salud. Por ello, con base en la teoría de Lagos (2023) se realizó la interpretación filosófica de la rareza del estrés a partir del pensamiento de

Heidegger. Ella muestra que abordar los fenómenos de estrés desde una perspectiva fenomenológico-existencial puede superar la causalidad y las explicaciones fisiológicas. Personas que no ven el estrés como una forma básica de ser humano. Debido a que las variables de estrés laboral son variables dinámicas, las teorías explican la respuesta de una persona a los estímulos que producen estrés y ayudan a los trabajadores de la salud a evitar situaciones estresantes que pueden exceder los límites de sus recursos y proporcionan estrategias para optimizarlos en el ámbito laboral. La teoría de Patlán (2019) establece que el estrés laboral es un riesgo para la salud, citando el hecho de que es necesario evaluar la prevalencia de los estresores laborales. También afirmaron que la disposición del estrés laboral se asoció positiva y significativamente con las manifestaciones musculoesqueléticas en los enfermeros evaluados. Se dice que está relacionado porque los investigadores dicen que el estrés laboral está relacionado con problemas físicos con la ergonomía, y también está relacionado con problemas emocionales como estresores laborales. Por mención demostrar una asociación entre el estrés y los riesgos laborales significa vincular dos variables que son relevantes en un ámbito laboral y pueden derivar en problemas de salud para los cuidadores. Por ello a expensas de su desempeño profesional y calidad de trabajo. En relación al objetivo específico 1 llegamos al vínculo existente entre medio físico y los riesgos ergonómicos. Encontramos que el 30,0% de las enfermeras hospitalarias perciben un ambiente físico alto. El 30,7% lo percibe moderado y el 39,3% bajo. Por otro lado, las enfermeras de 32,0% se consideran de alto riesgo ergonómico. El 44,0% la considera moderada y el 24,0% del personal de enfermería la considera baja. Esto sugiere a partir de la población de estudio que tanto los trabajadores de la salud están ostentando a estímulos estresantes debido a las exigencias del trabajo, y que estos estímulos superan los límites del personal de enfermería y pueden alterar su estado de salud explicado por los hechos. Esto se debe al entorno en el que trabajan. Ciertas características ergonómicas deben cumplirse para que la actividad sea lo más libre de riesgos posible. Sin embargo, esto no siempre se hace y también hay condiciones no ergonómicas donde se prefiere sufrir dolor físico, como en el sector público. Hay similitudes con el trabajo de Franco y Rubina (2019) que analizó la relación entre los síntomas musculoesqueléticos y los estresores en la práctica de enfermería. El

100% de las enfermeras respondieron que tenían quejas físicas, y el 98,2% de ellas dijo que las condiciones ergonómicas redujeron la percepción de estrés por causas cognitivas y/o físicas y redujeron la aparición de quejas físicas que pueden evitarse en la profesión. Cambios musculoesqueléticos causados por la actividad del trabajador de la salud asociados con posturas incorrectas persistentes. Esto concuerda con un estudio de García (2018) donde el 96% cita el riesgo de estrés físico, el 59% está insatisfecho con muebles que no satisfacen sus necesidades tanto en actividades administrativas como de cuidado, el 44% lo atribuye a dolor o enfermedad, causada por factores de estrés. Declarar los riesgos que enfrenta el personal que las intervenciones de gestión a corto plazo son de gran utilidad y necesidad, y aprobar procesos para identificar los factores exacerbantes aparentes, coordinarlos e implementar actividades más seguras, proviene del arduo trabajo de los asistenciales. Esta similitud se debe a que la ergonomía nos dice que el propósito es hacer los ajustes necesarios en el lugar de trabajo para satisfacer dichas falencias de desempeño de los trabajadores. En igual forma, se basa en el razonamiento teórico de Laguerre (2019) de que las dimensiones ergonómicas conducen a menores niveles de estrés cognitivo y físico, evitando así el desarrollo de estresores negativos como los problemas del cuerpo humano, dijo, lo que tendría el siguiente efecto: En futuros reguladores de ergonomía, esto será un producto de la imaginación creando nuevas formas de organizar sistemas a través de la mejora cognitiva para que los empleados no sufran estrés, fatiga y exceso de trabajo. Por lo tanto, una empresa debe tener una apreciación integral en la gestión de la organización, teniendo en cuenta su historia, cultura y objetivos propuestos. Suponen un riesgo ergonómico para la actividad física asociada al movimiento de personas u objetos, o la ejecución repetitiva o continua de determinadas zonas del cuerpo para conseguir fuerza física y el mantenimiento de una postura inadecuada. Se refiere también a la posibilidad de accidentes laborales relacionados con exceso la capacidad humana y provoca fatiga, sobrecarga y trastornos musculoesqueléticos. Según el objetivo específico 2, el 28,0% del personal de enfermería hospitalario percibe un ambiente psicológico alto. El 45,3% lo percibe moderado y el 26,7% bajo. Por otro lado, las enfermeras un 32,0% se consideran de alto riesgo ergonómico. El 44,0% la considera moderada y el 24,0% del personal de enfermería la considera baja. Las poblaciones estudiadas fueron de nivel

moderado, lo que sugiere que existe un conocimiento, pero no una comprensión completa de los niveles de actividad. Las poblaciones estudiadas enfrentan una variedad de condiciones de riesgo provocadas por el desbordamiento de los pacientes, la falta de personal y materiales, y la discrepancia con los especialistas en este tema, también es un factor accidental de efectos en la salud mental, generando estrés y por ende una amenaza para la salud productiva y la calidad de atención. Por consiguiente concuerda con la tesis Morales y Goiriz (2019) encontraron que 67 trabajadores en intervención inmediata se encontraban en el valor 4 hace mención al riesgo alto, el 33% en el valor 5 nos manifiesta riesgo muy alto, nivel de riesgo ergonómico que especifica que es necesario prevenir los trastornos mentales en diversas actividades y reducir estos riesgos. Esto se explica por el hecho de que el estrés laboral es un riesgo real con efectos psicológicos relacionados con lo social y organizacional, afectando no solo el trabajo sino también las rutinas de la vida diaria, especialmente la salud mental. García et al. (2019) la teoría apoyada establece que las presiones psicológicas que enfrentan los trabajadores de la salud están sujetas a estos factores y que los asistenciales necesitan controles adecuados. También muestra que el estado mental y emocional de los empleados a través de enfoques ergonómicos influye en la forma en que los asistenciales realizan su trabajo, provocando estos cambios. Sugiere intervenciones desde el estado mental y físico para combatir la fatiga y el estrés y realizar las actividades de la mejor manera posible. Esta similitud se establece analizando el lugar de trabajo y la situación laboral real según las percepciones evaluadas del asistencial. Otro estudio de Ferrada et ál., (2022) las teorías respaldadas afirman que la fatiga emocional está relacionada con el afrontamiento de diversas situaciones médicas. El afrontamiento o coping son eventos cognitivos y conductas sostenidas modificables realizadas para optimizar los recursos de un individuo. Es la forma de pensar de la persona, no el resultado, lo que cuenta para hacer frente a la situación. Una estrategia de afrontamiento es la resolución de problemas, dirigida a remediar los conflictos que causan incomodidad o aumentar los recursos para hacer frente a las disidencias. De acuerdo al objetivo 3, al determinar el ambiente social, se encontró que el personal asistencial del hospital de 34,7% comprende un entorno social alto. El 52,7% lo percibe moderado y el 12,7% bajo. Por otro lado, las enfermeras de 32,0 % se consideran de alto riesgo

ergonómico. El 44,0% la considera media y el 24,0% de las enfermeras la considera baja. Esto se explica por cambios inducidos por el trabajo, principalmente en detrimento de las personas, su entorno social y/o económico. Cuando los trabajadores están expuestos a una variedad de variables, horas de trabajo y ambientes de actividad, contribuyen a enfermedades físicas y mentales que afectan su salud. En un estudio similar, Pérez (2019) encontró que los trabajadores de la salud el 68% sufren estrés laboral debido a la carga de trabajo, las responsabilidades sociales y los cambios ambientales que suelen ser perjudiciales para su salud. Esta contradicción surge del hecho de que los responsables de estos organismos públicos han puesto bajo su responsabilidad algunas instituciones de salud y no han priorizado los factores de seguridad y salud en el trabajo o mejorado las estructuras internas, lo que puede deberse a que la morfología de la Componentes externos según la percepción del trabajador. Aspectos que conducen a menores rendimientos productivos. Luego otra investigación, Tomas (2018) destaca que el 78% de los encuestados reportan altos niveles de estrés debido a las actitudes laborales y la organización social del trabajo. Al comprender las profesiones y sus trabajos, cambiemos su entorno de trabajo y la situación laboral en el campo. Este enfoque se centra en analizar lo que ve el trabajador, la tarea y lo que realmente hace el trabajador, la actividad y la diferencia entre los dos. El objetivo de esta corriente es estudiar las condiciones de trabajo y los trabajadores en situaciones reales de trabajo, en las que el ser humano es el elemento principal con su capacidad de generar iniciativa y respuesta, y de desarrollar el entorno social como ente práctico. También se estudiará la ergonomía en las trabajadoras en cuestión práctico en su lugar de trabajo. Se considero la teoría de Lehmann (2022) asume que el entorno social es el aspecto más débil del entorno laboral relacionado con las condiciones y necesidades laborales. El estrés laboral hace mención a un síndrome caracterizado por el agotamiento psíquico o físico de los trabajadores, los factores de riesgo sociales y psicológicos incorporados en el lugar de trabajo, que pueden generar estrés, relacionado con la salud de los trabajadores. Muchas enfermeras están estresadas debido a las altas exigencias que se les imponen. Otra teoría en mención Gómez (2020) es que una buena cultura organizacional debe tener una cultura verdaderamente ergonómica y un ambiente adecuado o propicio para reducir el estrés laboral, describe también una gama de condiciones

físicas, psicológicas y sociales asociadas con los riesgos ergonómicos de las actividades laborales realizadas por los cuidadores y se define como que afecta a la salud mental o física de los cuidadores y afecta negativamente la calidad de vida. enfoque se opone al funcionalismo. En el funcionalismo, los trabajadores tienen la función única de dirigir el progreso tecnológico y no pueden tener una opinión sobre cómo se realiza el trabajo. La ergonomía, por otro lado, ve al trabajador como el ejecutor de la actividad y se enfoca en alguien que hace el trabajo. posición y relación. Finalmente se propone ampliar la dirección de la investigación sobre el estrés relacionado con el trabajo. Porque si el capital humano no tiene una cultura ergonómica que habilite decisiones y comportamientos laborales, esto no se puede lograr, aunque los establecimientos de salud se preocupen y tengan buenas políticas. Busque bienestar laboral basado en evidencia. Estos resultados de este estudio conllevan que hay una acumulación de conocimiento, por ende, la totalidad de los profesionales de salud aparecen en el nivel medio. Por mención el presente estudio, con un diseño correlacional permitió determinar el estrés laboral y el riesgo ergonómico en el profesional de un Hospital de Lima, por lo cual deben ser tomados en cuenta en futuras investigaciones en relación a las variables desplegadas.

VI. CONCLUSIONES

Por ende, luego de realizada la investigación y en base a los datos recolectados se concluye:

Primera:

Referente al objetivo general planteado, dichos resultados permiten finalizar que la variable de estrés laboral, por consiguiente, se relaciona significativamente con la variable riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital nacional, Lima 2023, (Pearson = -0,316).

Segunda:

En alusión al objetivo específico número uno, los resultados acceden a ultimar que la dimensión en el entorno físico, por consecuente relaciona significativamente con la variable riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023, (Pearson = -0,287**).

Tercera:

En mención al objetivo específico número dos, los resultados permiten finalizar en dimensión del entorno psicológico, por ende, se relaciona significativamente con la variable riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023, (Pearson = -0,332**).

Cuarta:

En alusión al objetivo específico número tres, los resultados permiten ultimar en la dimensión de entorno social, en la cual relaciona significativamente con la variable riesgo ergonómico del personal de enfermería de un hospital, Lima 2023, (Pearson = -0,08).

VII. RECOMENDACIONES

Primera:

Se alienta a las enfermeras del hospital a implementar estrategias para mejorar la cultura ergonómica a través de la capacitación y la discusión sobre riesgo ergonómico. Como resultado, los empleados podrán identificar factores internos y externos de riesgo ergonómico en el corto plazo, evitando o reduciendo la ocurrencia de riesgos físicos y de salud y enfermedades mentales como el estrés.

Segunda:

A la Dirección del Hospital proponer actividades que permitan a las enfermeras aliviar el estrés inherente a su trabajo diario en un entorno de asistencial, mejorando así el entorno físico en la cual trabajan las enfermeras.

Tercera:

A la jefatura de Enfermería del Nosocomio III – 1, en impulsar la implantación de esquemas de apoyo o prevención para los profesionales de enfermería que mejoren el entorno psicológico del área hospitalaria, y promover la interacción permanente entre los profesionales que allí actúan, tener como logro que los profesionales de enfermería expresen sus aspiraciones, actitudes, emociones y sentimientos positivos sobre el trabajo que realizan.

Cuarta:

A la Dirección del Hospital III- 1 llevar a ultimar diferentes acciones en la cual puedan acceder los profesionales asistenciales mejorar las dificultades que puedan originarse en marco de su interrelación, maximizando el entorno social en los ambientes de hospitalización.

REFERENCIAS

- Almirall, P. S. (2018). Aplicación de la macro ergonomía . *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 19(1), 21-7. Obtenido de Aplicación de la macro ergonomía.
- Alvarez, A. (2020). *Clasificación de las Investigaciones*. Obtenido de <https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10818/Nota%20Acad%C3%A9mica%20%20%2818.04.2021%29%20-%20Clasificaci%C3%B3n%20de%20Investigaciones.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- Apaza, R. (2020). *Respositorio de la UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER*. Obtenido de NIVEL DE RIESGO ERGONÓMICO EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA:
https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/4587/T061_72283924_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Atanacio, E. y. (2018). *Repositorio de la UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE*. Obtenido de Dolor Cervical y su Relación con el Nivel de Estrés Laboral:
https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/1086/Atanacio_Evangelista_tesis_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Belizario, J. (2021). *repositorio de la Universidad Nacional del Altiplano*. Obtenido de Factores estresores en profesionales de enfermería que laboran en áreas críticas hospitalarias:
<https://www.revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/156>
- Camargo Carreño, Y. A. (2019). Obtenido de DESORDENES MUSCULO-ESQUELÉTICOS ASOCIADOS A LOS FACTORES:
<https://repository.udca.edu.co/bitstream/handle/11158/1667/Desordenes%20musculoesketicos%20asociados%20a%20los%20factores%20de%20riesgo%20ergonomicos%20en%20los%20profesionales.pdf?sequence=1>

Carrillo C, R. R. (14 de diciembre de 2020). *Scielo*. Obtenido de enfermería global:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412018000200304

Castrillón Peláez, B. M. (2021). *Tesis de grado, Universidad de Manizales*.
Obtenido de CONDICIONES ERGONÓMICAS Y ESTRÉS EN TRABAJADORES DE AREAS:
<https://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/bitstream/handle/20.500.12746/4378/Condiciones%20ergon%c3%b3micas%20y%20estr%c3%a9s%20en%20trabajadores%20administrativos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chianga, M. (2018). *ciencia y trabajo*. Obtenido de elación entre Satisfacción Laboral, Estrés Laboral y sus Resultados en Trabajadores de una Institución: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-24492018000300178&script=sci_abstract

CHUNG, K. ., (2018). *UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO*. Obtenido de NIVEL ESTRÉS LABORAL Y SU RELACIÓN CON EL DESEMPEÑO PROFESIONAL:
https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/4349/1/RE_ENFE_KAROL.CHUNG_JENNY.SALAS_NIVEL.DE.ESTRES.LABORAL_DATOS.PDF

CONCYTEC. (2018). *Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica*. Obtenido de <https://conocimiento.concytec.gob.pe/termino/investigacion-aplicada/>

Condori, P. (2020). *Universo, población y muestra*. Obtenido de <https://www.aacademica.org/cporfirio/18.pdf>

Díaz, B. (2018). *Repositorio de la Universidad Privada San Juan Bautista*. Obtenido de Riesgos ergonómicos y nivel de estrés laboral en profesionales de enfermería:
<https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/1653>

- Dionisio, V. (2018). *escuela de posgrado repositorio Universidad Cesar Vallejo*. Obtenido de Riesgo laboral y estrés laboral en profesional de enfermería:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/12860/Dionisio_DL%20CVM.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Farfán, M. (2020). *repositorio Universidad César Vallejo*. Obtenido de Estrés laboral y Satisfacción laboral:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46826/Farf%c3%a1n_YME-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ferrada, B. O. (2022). Obtenido de Revisión sistemática:
<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/05/1367874/10.pdf>
- Fierro S, G. D. (agosto de 2022). *Polo del conocimiento*. Obtenido de Riesgos ergonómicos en personal de enfermería: una revisión práctica:
<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/download/4436/10559>
- Franco, M. y. (2019). *Repositorio de Universidad Privada Norbert Wiener*. Obtenido de RELACIÓN ENTRE LA SINTOMATOLOGÍA MÚSCULO-ESQUELÉTICO Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA:
<https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/3221/TEESIS%20Franco%20Mar%C3%ADa%20-%20Rubina%20Gaby.pdf?sequence=1>
- García, J. H. (noviembre de 2020). *Universidad Autónoma de Tamaulipas. Universidad de la Sierra Sur, Oaxaca, México*. Obtenido de ESTRÉS LABORAL EN ENFERMERAS DE UN HOSPITAL PÚBLICO DE LA ZONA FRONTERIZA DE MÉXICO:
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/31332/32042>
- García, K. (2018). *Ecuador - PUCESE - Escuela de Enfermería*. Obtenido de Riesgos ergonómicos en el personal de enfermería del Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael de Esmeraldas:

<https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/1716/1/GARCIA%20CEDE%c3%91O%20KARINA%20PATRICIA8.pdf>

Gómez, A. (2020). *ScienceDirect*. Obtenido de Ergonomía. Historia y ámbitos de aplicación:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S021156380173012X?via%3Dihub>

Guerrero, M., & Cabrera, R. V. (enero de 2022). *Revista médica de salud*.

Obtenido de Determination of ergonomic risk factors that affect the work performance of teachers of the Millennium Educational Unit «Yasuní»:

<https://revistamedica.com/factores-riesgo-ergonomicos-docentes/>

Hernández, O. (2021). *los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen*. Obtenido de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002

Hernández-Sampieri, R. &. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education.

Herrera, M. y. (2018). Obtenido de RIESGOS ERGONÓMICOS DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA:

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3870/Riesgos_HerreraJimenez_Maria.pdf?sequence=1&isA

Lagos, R. (2023). *Stress as an Original Possibility of Existence. An Interpretation of Stress from Heidegger's Perspective*. Obtenido de

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-66492022000300279&script=sci_arttext

Laguerre, J. (2019). *revista san gregorio* . Obtenido de riesgos ergonómicos en odontología:

<https://revista.sangregorio.edu.ec/index.php/REVISTASANGREGORIO/article/view/933>

Lehmann. (2022). *Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo*.

Obtenido de Ergonomía y psicología aplicada:

<https://www.insst.es/documents/94886/4155701/Tema+5.+Carga+f%C3%A9sica+de+trabajo.pdf>

Marín, A. (junio de 2021). *El positivismo*. Obtenido de

<https://economipedia.com/definiciones/positivismo.html>

Matta Solis, k. (2022). *revista de investigación científica*. Obtenido de Estrés laboral en enfermeros de áreas críticas de un establecimiento hospitalario en Lima:

<https://www.revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/210/166>

Medianero, D. (2022). *Instituto de Investigaciones*. Obtenido de

https://economia.unmsm.edu.pe/doc_trab/dt2022/DT-IEE-UNMSM-2022-01.pdf

Mendoza, J. (2018). Obtenido de Riesgos ergonómicos y desempeño laboral :

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/20994/Mendoza_VDCJB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Molina P., M. M. (22 de marzo de 2021). *Scielo*. Obtenido de Estrés laboral del Profesional de Enfermería en Unidades Críticas:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2019000300177

Morales, L. y. (2020). *Scielo, Anales de la Facultad de Ciencias Médicas*.

Obtenido de Riesgo ergonómico y estrés laboral de fisioterapeutas :

http://scielo.iics.una.py/scielo.php?pid=S1816-89492020000200079&script=sci_abstract&tlng=es

- Patlán, J. (2019). *Revista Salud Uninorte*. Obtenido de ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo?:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522019000100156
- Perez, R. (2019). *UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD*. Obtenido de CARACTERIZACIÓN DEL ESTRÉS LABORALEN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA:
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/20865/CARACTERIZACION%20%20DEL%20ESTRES%20LABORALEN%20EL%20PERSONAL%20DE%2042%20%20ENFERMERIADE%20LA%20%20UNIDAD%20DE%20CUIDADOS%20%20INTENSIVOS.pdf?sequence=1>
- Ramón, E. (2018). Obtenido de Riesgos ergonómicos en profesionales de enfermería:
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3792/Riesgos_RamonSanchez_Elvira.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ramos, L. M. (s.f.). Obtenido de Factores de riesgo ergonómicos del profesional de enfermería: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/8320/1/5.-TESIS%20Katerin%20Mishel%20Culqui%20Chuapanta%20Alexis%20Santiago%20Paca%20Lloay-ENF.pdf>
- Reátegui, M. ., (2021). *revista PAKAMUROS*. Obtenido de Riesgo ergonómico y satisfacción laboral en trabajadores administrativos:
<http://revistas.unj.edu.pe/index.php/pakamuros/article/view/221/243>
- Rincón, B. O. (2020). Riesgo ergonómico. En O. Rincón Becerra, *Ergonomía y procesos de diseño* (págs. 34-35). Bogotá , Colombia: Pontificia Universidad Javeriana. Obtenido de
<https://www.digitaliapublishing.com/a/102686>
- Rios, N. (2022). *Repositorio de la escuela de posgrado Universida César Vallejo*. Obtenido de Cultura ergonómica y estrés laboral en los trabajadores de un centro de salud:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/93912/Rios_RNA-SD.pdf?sequence=8

Rus, E. y. (2021). *economipedia*. Obtenido de investigación cuantitativa:
<https://economipedia.com/definiciones/investigacion-cuantitativa.html>

Sánchez, F. (15 de Junio de 2019). *Epistemic Fundamentals of Qualitative and Quantitative Research: Consensus and Dissensus*. Obtenido de
<http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v13n1/a08v13n1.pdf>

Santana, J. L. (2019). Dinámica de generación y disposición del estrés en el equipo de enfermería. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 27. Obtenido de Dinámica de generación y disipación del estrés en el equipo de enfermería.

Soto, A. (2018). *Muestreo y tamaño de muestra para una tesis*. Obtenido de
<https://tesisciencia.com/2018/08/29/muestreo-muestra-tesis/>

Tomás, P. (junio de 2018). *Máster Universitario*. Obtenido de EVALUACIÓN DE LOS RIESGOS ERGONÓMICOS DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA:
<http://dspace.umh.es/bitstream/11000/5837/1/TOMAS%20PELLICER%2c%20PILAR%20TFM.pdf>

Vara, R. (2022). *ANÁLISIS CUANTITATIVO DEL NIVEL DE CONFIANZA*. Obtenido de
http://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/3096/1/Orientaciones_para_seleccion_y_calculo_del_tama%C3%B1o_de_muestra_de_investigacion.pdf

Varela, A. (2020). estrés laboral. En A. Varela Echevarria, *Gestión del estrés laboral* (págs. 5-11). Madrid, España: Rama Editorial. Obtenido de
<https://www.digitaliapublishing.com/a/110174>

Vásquez, S. (marzo de 2020). *revista de ciencias de la salud*. Obtenido de EL ESTRÉS Y EL TRABAJO DE ENFERMERÍA: FACTORES INFLUYENTES:

<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/08/1284113/85-texto-del-articulo-267-1-10-20200829.pdf>

Vega, M. (2022). *Estrés laboral y riesgo ergonómico*. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/103911/Berrocacal_MDI-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Villanueva, J. (2018). *Gestión de Salud*. Obtenido de Riesgos ergonómicos y desempeño laboral: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/20994/Mendoza_VDCJB.pdf?sequence=1

Xiang, e. a. (2020). Timely mental health care for the novel coronavirus . *Lancet Psychiatry*, 228-229.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala	Instrumento
Estrés laboral	El estrés laboral es una condición que resulta de estar abrumado con el trabajo que los trabajadores sienten que no tienen suficiente control para realizar las actividades laborales, son cambios necesarios, pero debemos aprender a calmar la mente para que pueda trabajar con eficacia, a nuestro favor. (Varela, 2020).	Es una variable de naturaleza cuantitativa y se mide mediante, tres dimensiones con la escala tipo Likert, siete indicadores con un cuestionario de 29 preguntas.	Entorno físico	Carga de trabajo	1-34	Entorno alto Entorno medio Entorno bajo	Cuestionario
			Entorno psicológico	Muerte y sufrimiento Preparación insuficiente Falta de apoyo Incertidumbre en el tratamiento			
			Entorno social	Problemas con los médicos. Problemas con otros miembros del equipo de Enfermería			
Riesgo ergonómico	El riesgo ergonómico es la posibilidad de que los trabajadores sufran problemas de salud, accidentes y lesiones relacionadas con el trabajo como resultado del trabajo realizado por los trabajadores. Dichos riesgos es un proceso de diseño que están relacionados con el ejercicio, la postura, la fuerza y otros factores como las condiciones de trabajo de los especialistas (Rincón,2020)	Es una variable de naturaleza cuantitativa y se mide mediante cuatro dimensiones y doce indicadores con un cuestionario de 19 preguntas.	Carga física	Movimientos bruscos Uso de fuerza muscular Movimientos repetidos Movimiento de objetos	1-16	Carga alta Carga media Carga Baja	Cuestionario
			Carga estática	Posturas estáticas Uso de apoyos			
			Carga dinámica	Sobre esfuerzo Levantamiento de carga			
			Diseño del ambiente de trabajo	Uso de calzado Pisos de los ambientes Alturas de los equipos Ubicación de suministros eléctricos			

Anexo 2: Matriz de consistencia

Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Variables	Metodología
¿Cuál es la relación del estrés laboral con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023?	Determinar cuál es la relación del estrés laboral con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.	Existe relación significativa del estrés laboral con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.	Variable 1: Estrés Laboral Dimensiones: <ul style="list-style-type: none"> Entorno físico Entorno psicológico Entorno social 	Tipo: Aplicada Enfoque: Cuantitativo Método: Hipotético-deductivo.
Problema Específicos	Objetivo Específicos	Hipótesis Específicas	Variable 2: Riesgo Ergonómico Dimensiones: <ul style="list-style-type: none"> Carga física Carga estática Carga dinámica Diseño del ambiente de trabajo 	Nivel: Descriptivo Diseño: Correlacional
¿Cuál es la relación del entorno físico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023?	Determinar cuál es la relación del entorno físico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.	Existe relación significativa entre el entorno físico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.		
¿Cuál es la relación del entorno psicológico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023?	Determinar cuál la relación del entorno psicológico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.	Existe relación significativa del entorno psicológico con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.		
¿Cuál es la relación del entorno social con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023?	Determinar cuál la relación del entorno social con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.	Existe relación significativa entre el entorno social con el riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital de Lima, 2023.		

Anexo 3: Instrumento de recolección de datos

PRESENTACIÓN:

El cuestionario tiene como objetivo conocer datos personales y específicos referidos al riesgo ergonómico y estrés laboral. Los resultados se utilizarán solo con fines de estudio y la información es de carácter anónimo. Esperamos que la información que nos ofrezca sea veraz. Agradecemos su participación.

I. INFORMACIÓN

Instrucciones: Lea detenidamente las situaciones que a continuación se le presentan y que ocurren de manera habitual y le hacen sentir tensión, luego marque con un aspa (X), no existe respuesta correcta o incorrecta solo debe responder de acuerdo a su vivencia personal:

- Nunca = 0
- A veces = 1
- Frecuentemente = 2
- Muy frecuentemente=3

II. CUESTIONARIO ESTRÉS LABORAL

ESTRÉS LABORAL	0	1	2	3
ENTORNO FÍSICO				
1. Interrupciones frecuentes en la realización de sus tareas				
2. Recibir críticas de un médico				
3. Realización de cuidados de Enfermería que resultan doloroso a los pacientes				
4. Sentirse impotente en el caso de un paciente que no mejora				
5. Problemas con un supervisor				
6. Escuchar o hablar con un paciente sobre su muerte cercana				
7. No tener ocasión para hablar abiertamente con otros compañeros (enfermeros/as) y/o auxiliares de enfermería) del servicio sobre problemas en el servicio				
ENTORNO PSICOLÓGICO				
8. La muerte de un paciente				
9. Problemas con uno o varios médicos				
10. Miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería de un paciente				
11. No tener ocasión de compartir experiencias y sentimientos con otros compañeros (enfermeros/as) y/o auxiliares de enfermería) del servicio				
12. Muerte de un paciente con quien has llegado a tener una relación estrecha				
13. El médico no está presente cuando un paciente se está muriendo				
14. Estar en desacuerdo con el tratamiento de un paciente				
15. Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente a la familia del paciente				
16. No tener ocasión para expresar a otros compañeros y/o auxiliares de enfermería del servicio mis sentimientos negativos hacia los pacientes Ejem. Pacientes conflictivos, hostiles.				
17. Recibir información insuficiente del médico acerca del estado clínico de un paciente				
18. No disponer de una respuesta satisfactoria a una pregunta hecha por un paciente				
19. Tomar una decisión sobre un paciente cuando el médico no está disponible				

20. Pasar temporalmente a otros servicios por falta de personal				
21. Ver a un paciente sufrir				
22. Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros(enfermeros/as) y/o auxiliares de enfermería) de otros servicios				
23. Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente al paciente				
24. Recibir críticas de un superviso				
25. Personal y turno imprevisible				
26. El médico prescribe un tratamiento que parece inapropiado para el paciente				
ENTORNO SOCIAL				
27. Realizar demasiadas tareas que o son de enfermería (Ejem: tareas administrativas de apoyo)				
28. No tener tiempo suficiente para dar apoyo emocional al paciente				
29. Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros enfermeros/as) y/o auxiliares de enfermería del servicio				
30. No tener tiempo suficiente para realizar todas mis tareas de enfermería				
31. El médico no está presente en una urgencia médica				
32. No saber que se debe decir al paciente o a su familia sobre su estado clínico y tratamiento				
33. No saber bien el manejo y funcionamiento de un equipo especializado				
34. Falta de personal para cubrir adecuadamente el servicio				

III. CUESTIONARIO RIESGO ERGONÓMICO

RIESGO ERGONÓMICO		0	1	2	3
CARGA FÍSICA					
1	¿Existe posibilidad de movimientos bruscos e inesperados que produzcan lesiones dorso lumbar?				
2	¿El trabajo le implica aplicar una gran fuerza muscular al manipular los equipos o similares?				
3	¿Usa repetidamente abrir y cerrar puertas por más de la mitad del tiempo que dura el turno?				
4	¿Es necesario en el trabajo presionar botones por más de la mitad del tiempo en una jornada de trabajo?				
5	¿Es indispensable durante su jornada de trabajo elevar y subir objetos de un lugar a otro por más de la mitad del tiempo de un turno?				
CARGA ESTÁTICA					
6	¿Las posturas que adopta en el trabajo puede cambiarlas cada 10 minutos como mínimo?				
7	¿El trabajo le exige por tiempo prolongado (más 2horas) mantenerse en posición fija (sentado o de pie)				
CARGA DINÁMICA					
8	¿Utiliza ayudas mecánicas para aliviar el sobreesfuerzo?				
9	¿El trabajo que realiza implica frecuentes movimientos repetitivos?				
10	¿Realiza frecuentemente levantamiento de cargas que superan los 5 kg?				
11	¿Realiza frecuentemente esfuerzo para trasladar cargas que superan los 5 kg?				
DISEÑO DEL AMBIENTE DE TRABAJO					
12	¿Usa Ud. calzado tipo zuecos o con taco tipo cuña durante su servicio en la central de esterilización?				
13	¿Las superficies de trabajo son resbaladizas, irregulares e inestables?				
14	¿Las tomas eléctricas (enchufes) y de suministros de equipos están a la altura adecuada?				
15	¿La altura de la superficie de trabajo es regulable al tipo de actividad y a la estatura del trabajador?				
16	¿Las puertas de acceso o salida de su servicio, pasadizos son demasiado estrechos?				



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN GESTIÓN DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CHUMPITAZ CAYCHO HUGO ELADIO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN GESTIÓN DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Estrés laboral y riesgo ergonómico en el personal de enfermería de un hospital, Lima 2023", cuyo autor es NIETO LEANDRO MELISSA XIOMARA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 24 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CHUMPITAZ CAYCHO HUGO ELADIO DNI: 15434903 ORCID: 0000-0001-6768-381X	Firmado electrónicamente por: HCHUMPITAZC el 31-07-2023 08:40:57

Código documento Trilce: TRI - 0613384