



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

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

**Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal
de salud en un hospital público de Chimbote 2024**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Gestión de los Servicios de la Salud

AUTORA:

Mendez Nazario, Mirella Briggith (orcid.org/0000-0003-3051-5147)

ASESORES:

Dr. Castillo Saavedra, Ericson Felix (orcid.org/0000-0002-9279-7189)

Dra. Millones Alva, Erica Lucy (orcid.org/0000-0002-3999-5987)

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

CHIMBOTE - PERÚ

2024



Declaratoria de Autenticidad de los Asesores

Nosotros, MILLONES ALBA ERICA LUCY , CASTILLO SAAVEDRA ERICSON FELIX, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN GESTIÓN DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CHIMBOTE, asesores de Tesis titulada: "Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital publico de Chimbote 2024", cuyo autor es MENDEZ NAZARIO MIRELLA BRIGGITH, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

Hemos 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, asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

CHIMBOTE, 30 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CASTILLO SAAVEDRA ERICSON FELIX DNI: 40809471 ORCID: 0000-0002-9279-7189	Firmado electrónicamente por: EFCASTILLOS el 30- 07-2024 07:36:01
MILLONES ALBA ERICA LUCY DNI: 32933005 ORCID: 0000-0002-3999-5987	Firmado electrónicamente por: EMILLONES el 30- 07-2024 07:36:01

Código documento Trilce: TRI - 0838193



ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN GESTIÓN DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, MENDEZ NAZARIO MIRELLA BRIGGITH estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN GESTIÓN DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CHIMBOTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital publico de Chimbote 2024", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
MENDEZ NAZARIO MIRELLA BRIGGITH DNI: 71422782 ORCID: 0000-0003-3051-5147	Firmado electrónicamente por: MMEZEN el 04-08- 2024 05:15:23

Código documento Trilce: INV - 1759627

Dedicatoria

Agradezco a Dios por haberme otorgados unos padres maravillosos Raúl Mendez y Verónica Nazario que han creído en mi siempre, a mis queridos abuelos Andrés Nazario, Melchora García, Petronila Gonzales y Víctor Mendez dándome el ejemplo de superación, humildad y sacrificio enseñándome a valorar todo lo que tengo.

A mi fiel compañero por la confianza brindada, logrando mi deseo de superación y de triunfo en la vida.

Agradecimiento

Agradezco infinitamente a Dios por haber permitido la culminación de esta maravillosa etapa, a mi familia por su apoyo incondicional, a mis asesores de tesis por su constante apoyo en cada semana de retroalimentación, al apoyo de los colaboradores, agradecer a mis amigos y colegas con su constante motivación.

Índice de contenidos

CARÁTULA.....	i
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR.....	ii
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento.....	v
Índice de contenidos.....	vi
Índice de tablas.....	vii
Índice de figura.....	viii
Resumen.....	ix
Abstract.....	x
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. METODOLOGÍA.....	12
III. RESULTADOS.....	17
IV. DISCUSIÓN.....	21
V. CONCLUSIONES.....	27
VI. RECOMENDACIONES.....	28
REFERENCIAS.....	29
ANEXOS.....	35

Índice de tablas

Tabla 1: Nivel de bienestar psicológico	17
Tabla 2: Nivel de afrontamiento al estrés	18
Tabla 3: Correlación de variables	19

Índice de figuras

Figura 1: Diagrama correlacional del estudio	20
--	----

Resumen

La investigación realizada en cuanto al afrontamiento al estrés dentro del nivel hospitalario presenta relevancia, porque es un tema con el que se ha tenido que lidiar de manera continua y constante debido a las múltiples actividades laborales que competen en el ámbito del trabajo, lo que con el pasar del tiempo puede afectar su estado de bienestar psicológico por ende puede no solo afectar su vida laboral, sino otras áreas de su vida. Los resultados que se lograron obtener de la estadística en base a lo evidenciado en un hospital público de Chimbote en 2024, donde se evaluó el bienestar psicológico del personal de salud, donde los resultados obtenidos muestran que el 15.5 % se encuentran en el nivel alto, el 69 % se encuentra en el nivel medio y el 15.5 % por ende se hace énfasis una a la predominancia del nivel medio en la escala de bienestar psicológico entre los colaboradores del hospital. Los resultados obtenidos para el instrumento de afrontamiento al estrés, donde en hospital público de Chimbote, 2024, se evaluó a sus colaboradores obteniendo los siguientes resultados en el nivel alto 17%, mientras que en el nivel medio un 72 % y en un nivel bajo se obtuvo un 11%. Quiere decir que gran parte del personal presenta buenas estrategias para la resolución de conflictos.

Palabras clave: Bienestar psicológico, afrontamiento al estrés, salud mental.

Abstract

The research carried out regarding coping with stress within the hospital level is relevant, because it is a topic that has had to be dealt with continuously and constantly due to the multiple work activities that compete in the workplace, which with The passage of time can affect your state of psychological well-being, therefore it can not only affect your work life, but other areas of your life. The results that were obtained from the statistics based on what was evidenced in a public hospital in Chimbote in 2024, where the psychological well-being of health personnel was evaluated, where the results obtained show that 15.5% are at the high level, 69% are at the medium level and 15.5% therefore emphasis is placed on the predominance of the medium level on the well-being scale psychological among hospital collaborators. The results obtained for the stress coping instrument, where in the public hospital of Chimbote, 2024, its collaborators were evaluated, obtaining the following results at the high level 17%, while at the medium level 72% and at a low level 11% was obtained. It means that a large part of the staff presents good strategies for conflict resolution.

Keywords: psychological well-being, coping with stress, mental he

I. INTRODUCCIÓN

Se pudo observar que el afrontamiento al estrés dentro de nivel hospitalario presento relevancia, porque es un tema con el que se debe lidiar de manera continua debido a las múltiples actividades como parte del trabajo, lo que con el pasar del tiempo puede afectar su estado de bienestar psicológico por ende puede no solo afectar su vida laboral, sino otras áreas de su vida. Esta investigación busco la contribución al objetivo desarrollo sostenible número 3, que ha tenido como prioridades garantizar un adecuado estilo de vida y así se logró promover el bienestar psicológico para todos los rangos de edades, quiere decir que al poder encontrar un buen equilibrio a los rangos de estrés de manera automática el bienestar psicológico se logró ver reflejado en el buen desenvolvimiento laboral o vida privada, como se ha mencionado el bienestar psicológico implicaría un estado de equilibrio o armonía entre diferentes acontecimientos, actualmente se ha planteado el bienestar psicológico como la manera en que uno mismo es capaz de afrontar la vida o retos que se nos presenta, quiere decir que se trataría de un conjunto de sensaciones y de percepciones que no necesariamente van a estar relacionadas con lo que sería la satisfacción de nuestros deseos o logros personas o con experiencias que nos generen alguna satisfacción, básicamente se enfoca en lo que es sentirnos bien, que nuestros valores estén en sintonía, con nuestras motivaciones, con nuestros estilos de vida y contar con un adecuado equilibrio para poder hacer frente a nuestro día a día, en este caso influirá lo que es contar con una adecuada estabilidad económica, buena salud y un ambiente de trabajo adecuado, pero no podemos dejar de lado que en muchas ocasiones nuestras percepciones subjetivas tienden a desarrollar un papel fundamental en nuestro bienestar.

Asimismo, en cuanto a la variable de afrontamiento al estrés es entendida como recursos psicológicos donde el ser humano pone en ejecución ante situaciones que le resultan estresante, lo cual se percibe o describe como el desequilibrio ante las altas demandas de manera interna como de

manera externa percibidas por el ser humano es por eso que comprende un conjunto de lo que son las practicas cognitivas y practicas conductuales, donde va comprender a su vez una serie de estrategias de afrontamiento donde permitirá la solución de problemas o situaciones hostiles, es por eso que se ha decidido optar por estas variables donde teniendo en cuenta la problemática que se ha presentado en hospital de salud.

A nivel internacional, según estudios realizados por la organización mundial de la Salud, donde se obtuvo como resultados se obtuvo nivel de afrontamiento al estrés se encuentra en los siguientes rangos entre muy alto y alto en un 61 % y, dentro de la variable bienestar psicológico se obtuvo un 59%, lo que se determina que el estrés en cual nivel leve, moderado o severo afecta a todo tipo de personas sin distinguir la condiciones en las que se pueda encontrar los colaboradores.

A nivel nacional, según estudios realizados por la institución Nacional de Estadística e informática (INEI), refiere que el 32.2% de jóvenes que se encuentran en el rango de edad de 15 a 29 años suelen presentar problemas de salud mental, problemas emocionales es por ello que refiere que el bienestar psicológico iría enlazado con el afrontamiento al estrés por ello es necesario mencionar que en los estudios realizados se obtuvo como resultado que las mujeres de rango de edades intermedias son las que suelen afrontar más problemas de salud mental con una cifra de 30.2%, en comparación con los profesionales de salud varones asimismo, la encuesta realizada por la entidad señala que el 23 % de la población evaluada se encontraban con un estado de ánimo bajo, se encontraban deprimidos, se encontraban tristes o sin ánimos de nada y el 5.6% de la población joven ha tenido los pensamientos de morir o de hacerse daño.

Ramos (2022) Manifiesta que el bienestar psicológico es un constructo que permitirá expresar el sentir positivo y el pensar constructivo de cada ser humano acerca de sí mismo, por ende, sería la capacidad para poder conectarnos emocionalmente con una serie de interpretación y maneras de poder interpretar la vida, es por ello que refiere que es la capacidad que se tiene para poder lograr una conexión emocionalmente quiere decir

que el bienestar psicológico no es simplemente no sentir dolor o estar restringido de emociones que nos resulten desagradables de manera repetitiva, lo cual genera una serie de procesos en el cambio personal, manifestó que a veces los seres humanos no lo logran velar por lo que será su propio bienestar psicológico ya que en algunos casos no poseen con conocimientos básicos.

A nivel local, la problemática es semejante y se evidencia en el estudio realizado por Taruchain (2020) en la ciudad de Cajamarca se realizó una investigación con 280 colaboradores, donde se obtuvo como resultado un nivel muy alto con un índice de 61% de la variable bienestar psicológico y un 39 % de la variable afrontamiento al estrés, por ende se concluyó que mientras el ser humano no sea capaz de expresar sus emociones en vez de reprimirlas no habrá un adecuado desarrollo de lo que es el afrontamiento al estrés.

Se menciona que en la etapa adulta existirán elementos que genera en el ser humano a poder afrontar situaciones de tensión, de tal manera que genera una alteración para lograr la satisfacción con la vida aquí se mencionara algunas causantes (las situaciones tensas, situaciones personales, situación de emoción, sociales, económicas, la paternidad, el desempleo, la jubilación, las complicaciones de salud, la aparición de nuevas enfermedades e incluso el fallecimiento según refiere (Serna, 2018).

De manera similar, en un hospital en Chimbote, el personal de salud se percibe como incapaces de poner en manifiesto sus incomodidades porque refieren que nunca les hacen caso, refiere que con su anterior jefe el ambiente en el departamento de enfermería era totalmente distinto sentían que todo era de manera equitativa en cuanto a actividades y metas planificadas, de tal manera se evidencia un desequilibrio entre su bienestar psicológico y el afrontamiento ante el estrés.

se observó que el personal de salud al no ser escuchado por parte de su jefatura tiende a desfogarse con los pacientes que acuden a su controles diarios o mensuales, inadecuado tono de voz, falta de criterio al brindar

información que los pacientes solicitan, se puede observar la alta demanda de pacientes que acuden al establecimiento de salud.

Lo que conlleva a alterar su bienestar psicológico porque no saben con desenvolverse con tanta presión, el personal también manifiesta que algunos de los problemas que le alteran su bienestar psicológico es cuando los pacientes reclaman la cantidad de cupos, reclaman el horario que reparten los cupos.

Asimismo, ponen en manifiesto que es mucho la presión que sienten con las metas que establece su red de salud, es hay cuando comienzan los conflictos entre compañeros y jefaturas.

Por ende, en base a lo manifestado se logró formular la siguiente interrogante ¿De qué forma se relaciona el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de chimbote,2024?

La presente investigación se justifica de forma teórica por las indagaciones respaldadas por diversos autores donde se buscaba la ampliación de los conocimientos respecto al bienestar psicológico y afrontamiento al estrés, de tal manera fueron comparadas con diferentes teorías de los autores mencionados para facilitar una respuesta a la realidad problemática. Por otra parte, la investigación contó con una justificación práctica porque permitió que los resultados sirvan de ayuda para poder conocer la situación actual en la que se encontraba el hospital de salud, una vez dado a conocer sus debilidades y falencias permitirá al jefe del hospital poder trabajar en ello buscando la mejoría para el personal de salud y moradores de la zona. Finalmente, la investigación contó con la justificación metodológica donde la investigación realizada servirá de ayuda para poder realizar futuras investigaciones con contextos o variables similares, de tal forma que sirva como un antecedente para poder constatar con variables de posibles trabajos de investigaciones o en otros contextos.

Asimismo, se formula como objetivo general del presente trabajo en determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y

afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024. Es así que para alcanzar dicho objetivo se formulan los siguientes objetivos específicos; identificar el nivel de bienestar psicológico en el personal de salud de un hospital de chimbote,2024, identificar el nivel de afrontamiento al estrés en el personal de salud de chimbote,2024,identificar la relación entre la dimensión autoaceptación y el afrontamiento al estrés en el personal de salud de chimbote,2024, identificar la relación entre la dimensión relaciones positivas y el afrontamiento al estrés en el personal de salud de chimbote,2024, identificar la relación entre la dimensión autonomía y el afrontamiento al estrés en el personal de salud de chimbote,20204, identificar la relación entre la dimensión de dominio del entorno y afrontamiento al estrés en el personal de salud de chimbote,20204, identificar la relación entre la dimensión propósito de vida y afrontamiento al estrés en el personal de salud de Chimbote, 2024, identificar la relación entre la dimensión crecimiento personal y afrontamiento a estrés en el personal de salud de chimbote,2024.

De tal manera se plantea como hipótesis alterna: Existe relación entre afrontamiento psicológico y estrés en el personal de salud de un hospital público de Chimbote,2024. Por otra parte, se tiene la hipótesis nula donde se indica que el bienestar psicológico no tiene relación con afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital de Chimbote, 2024.

En cuanto a los estudios de autores que lograron el desarrollo con variables de similitud.

En Paraguay, Lezcano y Flores (2023) en su investigación denominada Bienestar psicológico y su relación con las habilidades sociales en estudiantes universitarios, se logró trabajar con una estimación de muestra de 200 internos de la facultad de psicología, donde se obtuvo como resultados en la variable bienestar psicológico un 48,5 % encontrándose en un nivel medio y un 51,5 % Por ende, el objetivo primordial fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés, el estudio fue cuantitativo, no experimental de tipo descriptivo-correlacional, el análisis estadístico se realizó con el Software

JAMOVI donde si se evidencio que existe una correlación de manera directa modera entre las variables mencionadas.

En Chile, Medina (2023) en su estudio de investigación denominado relación del bienestar psicológico con las estrategias de afrontamiento y la satisfacción familiar en residentes de un hospital, pone en conocimiento que durante la pandemia, donde la muestra ha sido de 377 colaboradores, mediante los resultado se obtuvieron que en promedio el bienestar psicólogo se posiciona en un nivel medio alto 55,3 % y un 44,7 % de la variable estrategias de afrontamiento, por otro lado se concluye que mientras exista un buen equilibrio psicológico todos los problemas que se puedan presentar se resolverán de manera satisfactoria siempre y cuando conozcan acerca de las técnicas de afrontamiento porque permitirá al personal de salud exponer sus incomodidades y no reprimir sus quejas, es por ello que en cuanto al afrontamiento al estrés tenemos que desarrollar la capacidad de para un buen afrontamiento contando con lo que es mantener un buen control activo en cuanto al problema, intentar no alterar la situación o volverse más dramático la situación, relajarse y poder identificar lo que ha pasado realmente desde diferentes puntos de vista, tener la capacidad para lograr una buena aceptación al problema y tener la capacidad para poder admitir los limites

El Instituto de Salud Mental, perteneciente al Minsa (2021), realizo una investigación dirigida al impacto de salud mental a consecuencias de la COVID-19, se trabajó con una muestra de 1823 adultos, donde se obtuvieron los siguientes resultados que el 27% se encuentran en el rango de un bajo nivel de bienestar psicológico, según la investigación que se ha realizado.

En Ecuador, Torres et al., (2021) en su estudio denominado Síndrome de estrés y bienestar psicológico en el personal de salud que labora en áreas críticas refiere que las labores diarias del personal de salud conllevan consigo mismos muchos riesgos principalmente en distintas áreas, donde se obtuvo como resultado a mayor índice de estrés existirá la disminución de sus capacidades y destrezas del personal de salud, asimismo se puede determinar que mientras exista un balance equitativo todo en conjunto

funcionara de manera correcta donde el único beneficiado sería la población que asiste al hospital para recibir una buena atención médica.

Cruz (2021) en su estudio realizado en la ciudad de Lima en un estudio realizado a nivel hospitalario denominado estrés laboral y estrategias de afrontamiento en tiempos de pandemia, donde su población estuvo compuesta por 62 colaboradores, arrojando los siguientes resultados de manera estadísticas se apreció las relaciones que son de manera significativa bajo $p=0,01$ de manera moderada con el coeficiente de correlación 0,652 y 0,565 ; el 51,6% de los colaboradores de la persona de salud se ubica en nivel medio de estrés laboral por un 37,1 indicando niveles bajos y finalmente 11,3% en el nivel alto de estrategias laborales.

(Castro, et al, 2019) refiere que quienes presentan índice elevado de bienestar es manifestado al momento de experimentar una buena sensación de agrado con sus actividades de su vida diaria, la notoriedad de un buen estado de ánimo correcto y los escasos de lo que puede ser el enojo o la melancolía. De tal manera existe distintos estados afectivos y se pueden ver representados de manera positiva o negativa. Asimismo, es necesario recalcar que todo tipo de estado emocional pueden lograr la distinción de diferentes tipos de emociones, débiles y de manera independiente aquí aparece lo que son los aspectos cognitivos donde se visualiza como el bienestar emocional en la persona.

Según el análisis teórico propuesto por Palacios (2021) refiere que el bienestar psicológico es la manera de poder percibir su grado de satisfacción, para su propia integración de manera positiva con a base de experiencias que atribuirán a la construcción de sus nuevas habilidades en desarrollo, ya que menciona que todo ser humano su manera de reacción es distinta lo que otra persona espera.

Seligman, (2018) en su estudio realizado planteo un modelo para generar el bienestar, planteo que existen 3 elementos que pueden asemejarse a las personas para poder experimentar una vida plena, dentro de los tres primero elementos encontramos a las emociones positivas, como segundo elemento tenemos al compromiso y como tercer elemento se relaciona con el sentido o significado que las personas le dan a su vida.

En España, Arriagada (2019) realizó un estudio con 706 colaboradores donde refiere que el bienestar psicológico en personas adultas se presentaría en tres niveles y lo denominamos como: alto, donde existe la presencia de una adecuada capacidad resolutoria para poder aceptarse y adaptarse, poder tener una buena relación interpersonal, manejar y saber sobrellevar el círculo en donde se desenvuelve, tener un propósito y encontrarle un buen sentido a la vida, en este caso puede ser la autonomía de poder usar los pensamientos de manera adecuada, la toma de decisiones, la forma en como actuaría si se presentan situaciones hostiles, y si mencionamos lo que es el nivel bajo; estaríamos hablando de la carencia que puede padecer o tener para poder aceptarse, se obtuvo como resultados en el primer nivel un 38 %, en el segundo nivel un 22 % y en el tercer nivel un 40 %.

Carranza et al., (2014) realizó un estudio en una población de personal de salud, de la ciudad de Tarapoto lo cual se identificó que el 34,2% mostraron niveles bajos de bienestar psicológico. Por otra parte, se obtuvo un resultado similar donde se evidenció el análisis de Matalinares et al. (2017) quien logró la identificación que, en la ciudad de Huancayo y Lima, el 11,8% de estudiantes universitarios lograron manifestar un nivel bajo de bienestar psicológico, por ende en cuanto a sus resultados obtenidos refiere que el bienestar psicológico es primordial para el buen desenvolvimiento de cualquier actividad en su vida cotidiana.

Por otro parte el bienestar psicológico se ha definido como la evolución de del desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el sujeto o individuo mostrara indicadores de funcionamiento de manera positiva, según lo manifiesta (Díaz et al., 2006). Asimismo, Ryff (1989) relaciona el bienestar psicológico con las condiciones mentales y emocionales así mismo logró definir seis dimensiones para poder evaluar el continuo negativo-positivo. Por otra parte Moran (2018) pone en manifiesto que las estrategias de afrontamiento son bien utilizadas por la mayoría de los seres humanos en diversos escenarios ya que significaría que todas las actividades que se van a realizar estarían directamente a eliminar los estresores de la situación tensa que se puedan encontrar.

Autoaceptación hace énfasis a la actitud positiva o percepción positiva que se tiene de uno mismo estando de manera consiente resaltando siempre las virtudes, en este caso quiere decir que acepta desde sus fortalezas hasta sus debilidades.

Las relaciones positivas quieren decir que somos capaces de entablar una buena comunicación, interactuar, formar vínculos sociales, generar confianza en las personas según Melendez, (2020).

Autonomía según García, (2020) hace énfasis a la capacidad que posee cada ser humano para poder tener su propia individualidad al momento de realizar o generar alguna acción o toma de decisión, quiere decir que es la capacidad que el ser humano tiene para poder enfocarse en sus propias decisiones en base a sus deseos o valores que posee, ya que, al sentirse autónomos, los seres humanos logran conseguir un control sobre sus vidas lo cual genera un buen bienestar.

Dominio del entorno quiere decir que es la capacidad que tienen los seres humanos para poder manejar de forma efectividad el medio en que se desenvuelven, quiere decir que cuentas con habilidades personales para elegir o propiciar su propio entorno y asimismo poder satisfacer sus deseos o necesidades sobre el mundo según Ramos (2020).

Propósito de la vida se basa directamente en los objetivos que desean lograrse teniendo en cuenta sus metas suele estar relacionada teniendo en cuenta los valores y creencias serie de actividades de la vida cotidiana, según lo manifiesta Correa, (2024).

Crecimiento personal hace énfasis a la búsqueda del desarrollo de su potencial y el fortalecimiento de sus capacidades personales esto viene a estar asociado con lo que sería el bienestar, quiere decir que guardaran relación con las actividades cotidianas, desde las complejas hasta las más simples, tiene un valor o sentido, cuando se establecen metas o sueños la satisfacción de poder alcanzarlos lo cual le llevo a las personas a la obtención de poder aprender nuevas habilidades y nuevos conocimientos, para que así puedan adaptarse ante desafíos para lograr una gran satisfacción de logro según lo manifiesta Lira (2020).

Como segunda variable se tiene al afrontamiento al estrés donde Lazarus (2020) refiere que estrés es el saber solucionar los conflictos, adversidades, situaciones tensas.

En cuanto a la dimensión de bienestar psicológico se cuenta con las siguientes dimensiones tales como:

Focalizado en la solución del problema hace énfasis a la perspectiva de la persona para poder analizar las situaciones hostiles o causas de problemas, asimismo se permitirá planificar estrategias y poder ejecutar alternativas para enfocarse y dirigirse a una solución de manera favorable según lo pone en manifiesto Carlos (2024).

Autofocalización negativa según lo manifiesta Mitajana, (2021) hace referencia a que se caracteriza por la indefensión, culpa, sentimientos de incapacidades para asumir una situación o creencias de que todo lo planeado suelen siempre salir mal, lo cual genera afectaciones en muchos ámbitos de sus vidas.

Reevaluación negativa hace énfasis al análisis de toda la información obtenida y procesada por parte de uno mismo, en esa área nos permite examinar de manera exacta lo que realmente para nuestro futuro, aquí básicamente se centrar en hacer una retrospectiva de lo bueno o malo que tenemos en la vida y como vamos avanzando al pasar de los días según lo manifiesta Dueñas (2020)

Expresión emocional abierta hace énfasis a poder describir las tendencias a expresarnos ante adversidades o dificultades que se pueden generar por diversas situaciones, se tiene que expresar las emociones que se sientan en el momento para la resolución del conflicto según refiere Guerra, (2023)

Evitación sería el comportamiento por el cual el ser humano reacciona evadiendo un estímulo nocivo que se le presente, con la finalidad no entrar en el problema, de que la situación que esté pasando no llegue a extremos u otras estancias complicadas donde el ser humano sea incapaz de controlar es por eso que opta por una conducta de apartarse o evadir según refiere Gómez (2021)

Búsqueda de apoyo social hace énfasis a la necesidad de buscar una persona de confianza en este caso siempre suelen ser sus amistades cercanas o un familiar a quien el considere digno de su confianza a la cual se le puede contar la situación que el sujeto este pasando, los problemas que le aquejen o todo lo que el ser humano perciba como problema para el con la intención de poder reducir el estrés y mejorar la salud según lo manifiesta, Gonzales (2020)

Religión hace énfasis a un conjunto de prácticas que fomentan un conjunto de personas donde se comparte la misma fe por algún santo según lo refiere Huamán, (2016)

De tal manera se plantea como hipótesis alterna: Existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud de un hospital público de Chimbote, 2024. Por otra parte, se tiene la hipótesis nula donde se indica que el bienestar psicológico no tiene relación con afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital de Chimbote, 2024.

II. METODOLOGÍA

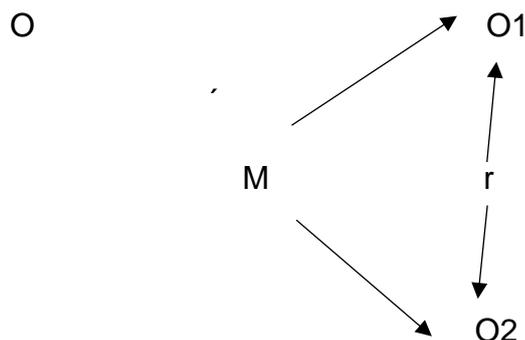
Tipo, enfoque y diseño de investigación: Pérez (2021) en su estudio científico se clasifica como básica, porque se desarrollará con la finalidad de poder ampliar los conocimientos teóricos y poder lograr la comprensión de los acontecimientos principales que se presenten lo cual va consistir en los estudios o estudio del individuo, grupales es por eso que este tipo de investigación logra un alcance relativamente extenso y su propósito es la finalidad de poder mejorar los conocimientos en un campo en específico, asimismo porque motiva de manera específica en explorar los nuevos conocimientos que surgirán, la presente investigación tiene como propósito principal un análisis profundo de las teorías, conceptos, y leyes dirigidas en un ámbito específico.

Solís (2019) el enfoque de la investigación se clasificará como cuantitativo-no experimental, debido al método de uso en este caso las encuestas, estudios de observación, analizar las relaciones o patrones. Debido a que el objetivo es la observación y medición de fenómenos de manera natural, sin el uso de manipulaciones a las variables asignadas. Velásquez (2024), la presente investigación es correlacional, por el hecho de recolectar datos de las variables seleccionadas o de interés y asimismo se utilizará el análisis estadístico para la encontrar si existe una relación significativa.

Por ende, se decidió optar por este método por su eficacia para el análisis. Asimismo, se recalca que es inadecuación la manipulación de las variables experimentales Freire, (2018).

Figura 1:

Diagrama correlacional del estudio



Dónde:

M: Muestra

O1: variable 1

O2: variables 2

r: correlación

En cuanto a la variable de Bienestar psicológico como definición conceptual: según la conceptualización de García (2019) manifiesta que el bienestar psicológico sería el examen que se le realiza acerca de si vida cotidiana en áreas ya seleccionadas, lo cual dependerá de su estado emocional, experiencias vividas, creencias impuestas por su círculo social.

Definición operacional se lleva a cabo para poder determinar lo que hace referencia a la variable de la escala bienestar psicológico, teniendo en cuenta sus dimensiones ya especificadas.

Variable de afrontamiento

En cuanto a la variable de afrontamiento al estrés como definición conceptual: Díaz (2006) en su conceptualización de afrontamiento al estrés evalúa las diversas dimensiones que posee el instrumento tales como; focalizado en la solución de problema, auto focalización negativa, reevaluación negativa, expresión emocional abierta, evitación, búsqueda de apoyo social y religión.

Definición operacional ha sido considerada con 7 dimensiones que son las siguientes: focalizado en la solución de problema, auto focalización negativa, reevaluación negativa, expresión emocional abierta, evitación, búsqueda de apoyo social y religión.

Población y muestra Rodríguez (2019) la población designada para el desarrollo de la investigación donde el propósito es lograr la expansión de los resultados de la investigación. No dejando de lado la escasez de tiempo y recursos. En el marco de la investigación, la población seleccionada para trabajar es de 65 trabajadores del sector salud que pertenecen a un hospital de Chimbote la decisión de elegir entre a los

trabajadores de esta área de enfermería se ha basado básicamente en su papel crucial para los procesos de bienestar psicológico y afrontamiento al estrés, puesto que sus características se basaban sobre las necesidades con el tema de estudio. Asimismo, como criterio de inclusión se optó porque la muestra estará compuesta únicamente por el personal del sector salud del hospital de Chimbote, por otra parte, el criterio de exclusión es dejando fuera a los pacientes y personal administrativo.

La unidad de análisis de investigación fueron colaboradores pertenecientes únicamente al departamento de enfermería

Tabla 1:

Población

Lugar	Población
Hospital de salud de Chimbote	65

En cuanto a las Técnicas e instrumentos de recolección de datos: En el procedimiento de esta investigación, se utilizará la técnica de encuesta como herramienta principal para recopilar y recabar la información de los participantes. La encuesta se muestra como un método eficaz que posibilitara la obtención de los datos de manera directa del personal con el cual se trabajara, detallando de manera específica sus opiniones, experiencias y percepciones. (Chaves,2023).

En cuanto la variable de bienestar psicológico adaptado en Perú por Diaz en el año 2006. Este instrumento cuenta con seis dimensiones: la autoaceptación, las relaciones positivas, la autonomía, el dominio del entorno, propósito de la vida y crecimiento personal.

En cuanto a la variable de afrontamiento al estrés refiere que el afrontamiento es el empeño que vera manifestado en toda conducta y lo que sería la parte cognitiva del individuo para poder enfrentar el estrés, en otras palabras, se utiliza para poder lidiar con factores interno o externos del estrés, como con las consecuencias

psicológicas que se manifiestan, (Sandín, 1989).

El principal medio utilizado para la aplicación de la encuesta será el cuestionario. Este instrumento ha sido elaborado de manera directa y específica para los colaboradores. Asimismo, se encuentra organizado de manera específica, clara y comprensible lo que hace aún más simple para la obtención exactas de los resultados (Medina, 2023).

En esta parte, se describen de manera detallada los procedimientos que se deben seguir para poder llevar acabo la realización de la presente investigación con la finalidad de poder obtener información necesaria y fundamental antes de dar a inicio con la recopilación de datos, se indagara.

En cuanto al método de análisis de datos para esta área, se estructuraron los métodos que se implementaron mediante el análisis de los datos recolectados en la investigación, jugando un papel fundamental en la interpretación de la información obtenida.

En la primera base, se realizó el análisis descriptivo para mostrar las características de manera general y actualizaciones a los participantes, donde se utilizó medidas estadísticas como porcentajes o frecuencia obtener la información de una manera específica, clara y concisa, finalmente se ejecutará el análisis inferencial con la finalidad de indagar las relaciones de las variables seleccionadas. El software seleccionado es SPSS, permitirá la facilitación del análisis estadístico, con llevando a un buena interpretación y resultados precisos Francia, (2019).

Finalmente, para poder asegurar la confiabilidad y validez del cuestionario empleado en la investigación, se ha encaminado en algunos pasados para poder realizar la prueba piloto contando con 10 colaboradores donde en la variable de bienestar psicológico un alfa de Crombach 0,893 donde fueron 30 ítems, en cuanto a la variable de afrontamiento al estrés se obtuvo un 0,890 de alfa de Crombach con 42 ítems, el personal evaluado conto con características son similares a la población objetiva. En esta fase el propósito fue evaluar la claridad de las preguntas, la comprensión y coherencia de los enunciados por parte de los colaboradores, asimismo los resultados obtenidos de la

prueba pilotan fueron analizados por el programa SPSS V.29. Por ende, se llevó a cabo la validación de los resultados a través de procesos, contando con la participación de expertos en el campo, con la finalidad de que sea confiable los hallazgos antes de la presentación final según Leyva (2021).

En el segundo nivel de la etapa, ambos cuestionarios fueron evaluados por tres expertos considerando su experiencia en el área. Los expertos revisaron cada ítem de ambos cuestionarios, destacando su relevancia, pertinencia y claridad.

En cuanto a los aspectos éticos: En esta sección, se abordó los aspectos éticos de la investigación donde se logró establecer normas y los principios fundamentales que determinaran lo que es correcto o incorrecto, a su vez se proporcionaran ciertas pautas para poder de una u otra manera juzgar la conducta del ser humana con las acciones que vaya a realizar ante una investigación, continuamente las indicaciones establecidas por la Universidad Cesar Vallejo, de tal manera se ha tenido presente contar con el consentimiento informado para cada participante, asimismo se ha tenido siempre presente la confiabilidad de tal manera que los resultados obtenidos en la investigación se mantengan bajo resguardado y una total confidencialidad por ende se ha tenido en cuenta los beneficios o riesgos de la presente investigación. Asimismo, se contó con medidas específicas para evitar el plagio o similitud de alguna otra investigación, según Loaiza (2018).

III. RESULTADOS

Tabla 1. Determinar si existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés laboral en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024.

Nivel	F	%
Alto	10	15.5 %
Medio	45	69%
Bajo	10	15.5%
Total	65	100%

Nota: Elaboración propia

Interpretación: Los resultados obtenidos de la estadística en base a lo evidenciado en la Tabla 1, en un hospital público de Chimbote en 2024, se evaluó el bienestar psicológico del personal de salud, donde como primer objetivo era determinar si existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés obteniendo como resultado que el 15.5 % que es equivalente a (10 colaboradores) se encuentran en el nivel alto, el 69 % equivalente a (45 colaboradores) se encuentra en el nivel medio y el 15.5 % equivalente a (10 colaboradores) por ende se hace énfasis una a la predominancia del nivel medio en la escala de bienestar psicológico entre los colaboradores del hospital, lo cual si existe correlación entre ambas variables de manera directa.

Tabla 2. Nivel de afrontamiento al estrés laboral en el personal de salud de un hospital público de Chimbote, 2024.

Estilos de estrategias de afrontamiento	Bajo		Medio		Alto	
	F	%	F	%	F	%
Focalizado en el problema	10	15.4	40	61.5	15	23.1
Auto focalización negativa	8	12.3	16	24.6	41	63.1
Reevaluación positiva	7	10.8	20	30.8	38	58.5
Expresión emocional abierta	25	38.5	10	15.4	30	46.2
Evitación	19	29.2	15	23.1	31	47.7
Búsqueda de apoyo social	18	27.7	19	29.2	28	43.1
Religión	15	23.1	19	29.2	31	47.7
Estrategias de afrontamiento	7	10.8	47	72.3	11	16.9

Nota: Elaboración propia

Interpretación: De tal manera se obtuvieron los siguientes resultados en cuanto al estilo de estrategia de focalizado en el problema se ha obtenido un 15.4% que lo colocan en el nivel bajo, un 61.5% perteneciente al nivel medio y un 23.1% perteneciente al nivel alto, en cuanto al siguiente estilo auto focalización negativa se obtuvo un 12,3% en el rango de nivel bajo, 24.6% en el rango de medio y 23.1 en el rango alto, en cuanto al siguiente estilo reevaluación positiva se obtuvo los siguientes puntajes un 10.8% en el nivel bajo, 24.6% en el nivel medio, un 63.1% en el nivel alto, en cuanto a expresión emocional abierta se obtuvo los siguientes resultados un 38.5% en el nivel bajo, un 15.4 en el nivel alto y un 46.2% en el nivel alto, asimismo en evitación se obtuvo un porcentaje de 29.2% perteneciente al nivel bajo, 23.1% perteneciente al nivel medio y 47.7 en el nivel alto, en cuanto al estilo estrategias en búsqueda de apoyo social se obtuvo un 27.7% en el nivel de bajo, 29.2 % en el nivel medio y un 43.1% en el nivel alto, por otro lado en cuanto a religión se obtuvo la siguiente puntuación un 23.1% en el nivel bajo, un 29.2% en el nivel medio y un 47.7% en nivel alto y finalmente en cuanto a estrategia de afrontamiento se obtuvo un 10.8% perteneciente al nivel bajo, un 72.3% perteneciente al nivel medio y un 16.9 en un nivel alto.

Tabla 3. Relación de las dimensiones de Bienestar psicológico con afrontamiento al estrés laboral en el personal asistencial de un hospital público de Chimbote, 2024.

		Correlaciones							
		Autoaceptación	Relaciones positivas	Autonomía	Dominio del entorno	Crecimiento personal	Propósito de vida	Bienestar	Afrontamiento al estrés
Autoaceptación	Correlación de Pearson	1	.201	.276*	-.055	-.121	-.087	.314*	.062
	Sig. (bilateral)		.108	.026	.661	.336	.493	.011	.623
Relaciones positivas	Correlación de Pearson	.201	1	.226	.471**	.348**	.275*	.762**	.291*
	Sig. (bilateral)	.108		.070	<.001	.004	.026	<.001	.019
Autonomía	Correlación de Pearson	.276*	.226	1	.254*	-.055	.157	.534**	-.011
	Sig. (bilateral)	.026	.070		.041	.662	.211	<.001	.929
Dominio del entorno	Correlación de Pearson	-.055	.471**	.254*	1	.477**	.222	.750**	.354**
	Sig. (bilateral)	.661	<.001	.041		<.001	.076	<.001	.004
Crecimiento personal	Correlación de Pearson	-.121	.348**	-.055	.477**	1	.115	.557**	.381**
	Sig. (bilateral)	.336	.004	.662	<.001		.361	<.001	.002
Propósito de vida	Correlación de Pearson	-.087	.275*	.157	.222	.115	1	.444**	.150
	Sig. (bilateral)	.493	.026	.211	.076	.361		<.001	.234
Bienestar	Correlación de Pearson	.314*	.762**	.534**	.750**	.557**	.444**	1	.376**
	Sig. (bilateral)	.011	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001		.002
Afrontamiento al estrés	Correlación de Pearson	.062	.291*	-.011	.354**	.381**	.150	.376**	1
	Sig. (bilateral)	.623	.019	.929	.004	.002	.234	.002	

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

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

Nota: Elaboración propia

En la tabla 3 se ha logrado observar que si existe una buena correlación significativa en cuanto a la variable de bienestar psicológico y la dimensión de autoaceptación obteniendo como resultado un coeficiente de Pearson de .314** lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$). Asimismo, en cuanto a bienestar psicológico y relaciones positivas se ha identificado que también existe un coeficiente de Pearson de .762** lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$). De tal manera en cuanto a la variable bienestar psicológico y la dimensión de autonomía los resultados salieron favorables por ende se obtuvo coeficiente de Pearson de .534** lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$). En cuanto a la bienestar psicológico y dominio del entorno se ha logrado comprobar que existe una correlación favorable obteniendo un puntaje de .750** lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$). Por ende, en cuanto a bienestar psicológico y el crecimiento personal se ha logrado obtener una correlación positiva de .557** lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$). También en cuanto a bienestar psicológico y estrés laboral se ha logrado hallar una correlación de .337** lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.02$). En cuanto a la dimensión de autoaceptación y afrontamiento al estrés no se ha logrado encontrar una correlación significativa puesto que a los resultados obtenidos fueron de .062.

En cuanto a la dimensión de relaciones positivas y afrontamiento al estrés se ha encontrado una correlación de 0.291* lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$).

IV. DISCUSIÓN

La relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el nivel sector salud es de gran importancia ya que en la actualidad las investigaciones en referente a las variables han aumentado de una manera sorprendente, es por eso que es de suma importancia poder manejar la capacidad de afrontamiento o conocida como estrategia de afrontamiento que ayudara al ser humano para la mejor y equilibrio entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés.

En cuanto al objetivo general que se ha planteado en la presente investigaciones se ha encontrado una correlación positiva significativa entre lo que es bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud de un hospital de salud se obtuvo los siguientes resultados generando una correlación significativa al nivel ($r=314^{**}$, $p < 0.01$). los resultados que se obtuvieron demuestran que la muestra de 65 casos analizados, los hospitales que lograron mostraron un buen desarrollo en cuanto a la variable de bienestar psicológico se acercó al objetivo y se ve reflejado en los resultados obtenidos, donde se evidencia que mientras el personal de salud exponga sus incomodidades, dudas, quejas, Ante su jefatura que buscando estrategias de solución podrá encontrar equilibra el bienestar psicológico porque evita reprimir toda esa frustración laboral que pueda presentarse. Por ello quiere decir que entre mejor sepamos como controlar o trabajar lo que es el afrontamiento ante adversidades o situaciones hostiles, situaciones que quizá uno sienta que no puede manejar es mejor retirarse del lugar donde se encuentra para que no vaya a decir palabras o lanzar comunicados que quizá no quiere y que solo sería por el momento de enojo entonces es por ello que los resultados que obtuvimos en cuanto al contraste de la hipótesis, con un valor de p inferior a 0.01. logro permitir descartas la hipótesis nula (H_0), lo que ha proporcionado evidencia estadística de una relación significativa entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés.

Asimismo, en cuanto a bienestar psicológico y relaciones positivas se ha identificado que también existe un coeficiente de Pearson de $.762^{**}$, los resultados obtenidos en el análisis concuerdan con aportes por parte de Muratori (2015) donde en su investigación realizada en un hospital público, donde trabajo con 90 colaboradores y logro encontrar una semejanza entre B.P Y R.P

Roció (2024) al personal de salud de reciente ingreso al Hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen conformando una muestra de 107 trabajadores se pudo evidenciar que el bienestar psicológico en el personal de salud es de nivel alto 49,5% y el estilo de afrontamiento centrando en el problema es de 52.3% concluyendo, que los diferentes estilos de afrontamiento influyeron de manera significativa en relación al bienestar psicológico de los trabajadores de reciente ingreso con una correlación de $r=0.313$. Asimismo, Gómez y Quispe (2022) realizaron un estudio en el Hospital Nacional "Hipólito Unanue" al personal del servicio de enfermería con una muestra de 110 colaboradores donde los resultados obtenidos pueden afirmar que el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en el personal de enfermería se relación de manera indirecta moderada.

Analizando los resultados obtenidos podemos identificar que si se logra cumplir con el objetivo número dos de la dimensión variable bienestar psicológico y la dimensión de autonomía los resultados salieron favorables por ende se obtuvo coeficiente de Pearson de $.534^{**}$ quiere decir que mientras el ser humano se mantenga equilibrado, sin algún tipo de estrés podrá desarrollar de manera independiente alguna o muchas actividades programadas por su mismo o por su jefatura a cargo.

Cruz (2021) en su estudio realizado en la ciudad de Lima en un estudio realizado a nivel hospitalario denominado estrés laboral y estrategias de afrontamiento en tiempos de covid-19, donde su población estuvo compuesta por 62 colaboradores, arrojando los siguientes resultados de manera estadísticas se apreció las

relaciones que son de manera significativa bajo $p=0,01$ de manera moderada obteniendo un 51,6% de los colaboradores del personal de salud se ubica en nivel medio de estrés laboral por un 37,1% indicando niveles bajos y finalmente 11,3% en el nivel alto de estrategias laborales, seguido por un 22% nivel bajo y un 6,5% de los colaboradores un nivel alto, es por ello que se asemeja a los resultados obtenidos de la dimensión de autoaceptación y afrontamiento al estrés no se ha logrado encontrar una correlación significativa puesto que a los resultados obtenidos fueron de .062.

Medina (2023) en su estudio de investigación denominado relación del bienestar psicológico con las estrategias de afrontamiento y la satisfacción familiar en residentes de un hospital, pone en conocimiento que durante la pandemia, donde la muestra ha sido de 377 colaboradores, mediante los resultados se obtuvieron que en promedio el bienestar psicológico se posiciona en un nivel medio alto, es por ello que en cuanto a la bienestar psicológico y dominio del entorno se ha logrado comprobar que existe una correlación favorable obteniendo un puntaje de .750**, quiere decir que mientras el ser humano conozca como equilibrarse de manera correcta ante situaciones o lugares incómodos, no se verá alterado su temperamento o carácter, siendo eso algo favorable para que la atención a usuarios sea de manera correcta y adecuada.

Por ende, en cuanto a bienestar psicológico y el crecimiento personal se ha logrado obtener una correlación positiva de .557** lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$).

Murcia (2022) en su estudio denominado nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en licenciados de enfermería, su población a trabajar fue 250 colaboradores, el 74,4% fueron mujeres y el 25,6% hombres donde aplicó un muestreo probabilístico donde se llegó a la conclusión que en hombres y mujeres el 78% pertenece al nivel de estrés moderado por lo que se determina que toda persona que no sabe equilibrar sus emociones tiende siempre a no saber cómo afrontar sus

problemas en su vida cotidiana, trabajo o amorosa. Se encuentra la relación con los resultados obtenidos de la dimensión relaciones positivas y afrontamiento al estrés se ha encontrado una correlación de 0.291* lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$).

También en cuando a bienestar psicológico y estrés laboral se ha logrado hallar una correlación de .337** lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.02$). según todos los antecedentes ya mencionados con informaciones verídicas de estudios realizados en distintos hospitales se pone en manifiesto que todo ser humano tiende muchas veces a no saber cómo lidiar sus problemas ya sea por cargas laborales, problemas en el hogar, etc. Es por ello que mediante estudios se ha podido comprobar que un nivel alto de personas no cuenta con cualidades de un buen bienestar psicológico ya que no son capaces de razonar y siempre tienden a ser impulsos, por eso ciertos autores sugieren al menos una hora de actividades integradoras, incentivos a los buenos colaboradores para que se sigan forjando en el cumplimiento de sus indicadores.

Por otro lado, los resultados obtenidos en la tabla número uno, constatan que las investigaciones de autores mencionados sobre las variables seleccionadas de bienestar psicológico y afrontamiento al estrés obteniendo un resultado de 15,5 % se encuentran en un nivel alto, un 69 % de colaboradores se encuentran en un nivel medio y un 15,5% de colaboradores se encuentran un nivel medio, Asimismo Carranza (2014) quien realizó un estudio en una población de personal de salud, de la ciudad de Tarapoto lo cual se identificó que el 34,2% mostraron niveles bajos de bienestar psicológico por el motivo que no conocen técnicas del buen afrontamiento al estrés, los resultados obtenido más el estudio realizado por el autor mencionada hace énfasis a que se encuentra similitud en las investigaciones con las variables seleccionadas.

Arriagada (2019) realizo un estudio donde refiere que el bienestar psicológico en personas adultas se presentaría tres niveles y lo

denominamos como: alto, donde existe la presencia de una adecuada capacidad resolutive para poder aceptarse y adaptarse, poder tener una buena relación interpersonal, manejar y saber sobrellevar el circulo en donde se desenvuelve, tener un propósito y encontrarle un buen sentido a la vida, en este caso puede ser la autonomía de poder usar los pensamientos de manera adecuada, la toma de decisiones, la forma en como actuaría si se presentan situaciones hostiles, y si mencionamos lo que es el nivel bajo; estaríamos hablando de la carencia que puede padecer o tener para poder aceptarse tal y como es realmente, por ende es necesario siempre exponer nuestras incomodidades sobre el equipo de trabajo, sobre algún inconveniente que se pueda presentar, ver como poder solucionar los temas pendientes aquí entra lo que es la comunicación entre colaboradores y jefes de cada departamento.

En cuanto a la dimensión de relaciones positivas y afrontamiento al estrés se ha encontrado una correlación de 0.291* lo cual sería significativa al nivel 0.01 ($p < 0.01$) estos resultados se comparan con lo que menciona el autor Murcia (2022) en su estudio denominado nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en licenciados de enfermería, su población a trabajar fue 250 colaboradores, el 74,4% fueron mujeres y el 25,6 % hombres donde aplico un muestreo probabilístico donde se llegó a la conclusión que en hombres y mujeres el 78 % pertenece al nivel de estrés moderado por lo que se determina que toda persona que no sabe equilibrar sus emociones tiende siempre a no saber cómo afrontar sus problemas en su vida cotidiana, trabajo o amorosa.

Castro (2019) hace referencia que quienes presentan índice elevado de bienestar es manifestado al momento de experimentar una buena sensación de agrado con sus actividades de su vida diaria, la notoriedad de un buen estado de ánimo correcto y los escasos de lo que puede ser el enojo o la melancolía. De tal manera existe distintos estados afectivos y se pueden ver representados de manera positiva o negativa. Asimismo, es necesario recalcar que todo tipo de estado

emocional pueden lograr la distinción de diferentes tipos de emociones, débiles y de manera independiente aquí aparece lo que son los aspectos cognitivos donde se visualiza como el bienestar emocional en la persona.

Y finalmente, mientras se lograba el desarrollo de la investigación se encontraron dificultades y escasos de tiempo, la investigación para su desarrollo ha tenido un plazo de 3 meses aproximadamente, donde en el tiempo pactado se ha tenido que desarrollar la aplicación de los instrumentos seleccionados, se necesitaba la recopilación de información, aplicación de cuestionarios, recopilación de base de datos, el tiempo que nos brindaron los colaboradores o participantes para el desarrollo de esta investigación puesto a que es un hospital grande por ende su personal contaba con el tiempo limitado para poder desarrollar los cuestionarios, en oportunidades cuando nos poníamos en contacto para poder recoger los instrumentos o cuestionarios aplicados hacían énfasis que se le dé un día más de plazo porque no había podido lograr resolverlo y era entendible porque al ser un hospital grande los indicadores, responsabilidades y cantidad de pacientes abundan se evidenciaba también la presión y tensión que se vivía en el área de enfermería que es donde se aplicó los cuestionarios seleccionados.

V. CONCLUSIONES

Primera: Se ha logrado la determinación entre la variable de bienestar psicológico y afrontamiento al estrés, encontrado una correlación de manera directa y significativa de ($r=*.314$, $p < 0.01$) lo cual hace énfasis a que la persona que sabe cómo encontrar estrategias de soluciones ante momentos hostiles donde podrá equilibrar su bienestar psicológico.

Segunda: Se logro determinar que en la variable de bienestar psicológico con la muestra de 65 colaboradores se ha obtenido un 15.5% se encuentran dentro del nivel alto, un 69% se encuentran en el nivel medio y un 15.5 % se encuentran dentro del nivel medio en la escala del bienestar psicológico.

Tercera: Los resultados obtenidos para el instrumento de afrontamiento al estrés en el hospital público de Chimbote, 2024, se evaluó a sus colabores obteniendo los siguientes resultados en el nivel alto 17% (10 colaboradores), mientras que en el nivel medio un 72 % (47 colaboradores) y en un nivel bajo se obtuvo un 11% (7 colaboradores). Quiere decir que gran parte del personal presenta buenas estrategias para la resolución de conflictos

VI. RECOMENDACIONES

- Primera. Se recomienda que con los resultados obtenidos se tome consciencia de las opiniones o dudas que aquejen al personal de salud, para un mejor desenvolvimiento en su ámbito laboral, en este caso las jefaturas del departamento de enfermería.
- Segunda. Se recomienda que el personal del área de administración incentive de manera adecuada con talleres o alguna actividad integradoras donde la finalidad será mantener un buen bienestar psicológico en conjunto a todo el equipo que labora en la institución.
- Tercera. Se recomienda que las áreas competentes de capacitaciones o charlas empleen en su lista de actividades de retroalimentación de manera constructiva, donde cada colaborador exponga sus ideales y así poder obtener mejores resultados laborales.

REFERENCIAS

- Arriagada, J. B., & Castro Salas, M. (2019). Bienestar psicológico DE Los adultos mayores, Su relación con la autoestima y la autoeficacia: Contribución DE enfermería. *Ciencia y Enfermería (Impresa)*, 15(1), 25–31. <https://doi.org/10.4067/s0717-95532009000100004>
- Buitrago Ramírez, F., Ciurana Misol, R., Fernández Alonso, M. D. C., & Tizón, J. L. (2022). COVID-19 pandemic: Effects on the mental health of healthcare professionals. *Atencion primaria*, 54(7), 102359. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2022.102359>
- Carranza, E., & Felipe, R. (2014). Bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela académico profesional de psicología de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto.
- Castro, N., Universidad Arturo Prat, Chile, Suárez C., X., Barra Almagiá, E., Universidad Arturo Prat, Chile, & Universidad de Concepción, Chile. (2021). Relaciones de las dificultades de regulación emocional y los factores de personalidad con la satisfacción vital de estudiantes universitarios. *Liberabit Revista Peruana de Psicología*, 27(1), e433. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n1.02>
- Chamochumbi, U., & Alonso, M. D. (2024). Experiencias durante el internado médico en el Hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen durante el periodo 2023.
- Chaves, M. J. Q. (2023). La investigación educativa: una aproximación a los enfoques y técnicas de recolección de datos que se pueden utilizar desde el salón de clases. *InterSedes*, 24(Especial 1). <https://doi.org/10.15517/isucr.v24inúmero especial 1.53761>

- Chuncha Martinez, M. E., López Pilachanga, K. B., & Mancheno Saá, M. J. (2023). Propuesta de un modelo de innovación gráfico direccionado a la transformación digital. *Runas. Journal of Education and Culture*, 4(7), e23089. <https://doi.org/10.46652/runas.v4i7.89>
- Correa Arias, C., & Caro Beltrán, A. G. (2024). Construcción del sentido de vida y responsabilidad social: Encuentros y desencuentros en la formación universitaria. *International Journal of New Education*, 12, 81–101. <https://doi.org/10.24310/ijne.12.2023.17887>
- Cruz, M. D. L., & Crisanto Rentería, E. S. (2021). Estrés laboral y estrategias de afrontamiento por profesionales de Enfermería del área de emergencia COVID 19 en un hospital estatal de Lima.
- Dueñas, A. E. P., Peña, J. M. L., Macías, K. M. M., & Macías, W. R. O. (2020). Incidencia de la tecnología en el entorno educativo del Ecuador frente a la pandemia del covid-19. *Polo del Conocimiento: Revista científicoprofesional*, 5(10), 754–773..
- Fairozekhan, A. T., Mohamed, S., Mohammed, F., Kumaresan, R., Bugshan, A. S. M., C., S., Moidin, S., & AlMoumen, S. A. (2021). Psychological perceptions and preparedness during Novel Coronavirus Disease - 2019 (COVID-19) pandemic - A multinational cross-sectional study among Healthcare Professionals. *Brazilian Dental Journal*, 32(4), 116–126. <https://doi.org/10.1590/0103-6440202103821>
- Freire, E., & Enrique, E. (2018). Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Parte I. *Conrado*, 14, 39–49. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000500039
- Guerra Pérez, K. A., Guzmán Prince, I., Medina Álvarez, M. Á., & García Treviño, I. L. (2023). Análisis del Liderazgo y su Influencia en el Clima Organizacional. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(2), 6199–6210. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5784

- García, Viniegra, C. R., & González Benítez, I. (2019). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista cubana de medicina general integral*, 16(6), 586–592. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010
- García Montero, I., & Bustos Córdova, R. B. (2020). Desarrollo de la autonomía y la autorregulación en estudiantes universitarios: una experiencia de investigación y mediación. *Sinéctica Revista Electrónica de Educación*, 55. [https://doi.org/10.31391/s2007-7033\(2020\)0055-003](https://doi.org/10.31391/s2007-7033(2020)0055-003)
- Gómez-Velásquez, S., Matagira-Rondón, G., Agudelo-Cifuentes, M. C., Berbesi-Fernández, D. Y., & Morales-Mesa, S. A. (2021). Cohesión familiar y factores relacionados en adolescentes escolarizados. *Universidad y salud*, 23(3), 198–206. <https://doi.org/10.22267/rus.212303.233>
- Goleman, D., Markman, A., McKee, A., David, S., Review, H. B., & Trabal, B. (2021). *Inteligencia Emocional: Cómo las emociones intervienen en nuestra vida personal y profesional*. Reverte-Management.
- Havermans, B. M., Brouwers, E. P. M., Hoek, R. J. A., Anema, J. R., van der Beek, A. J., & Boot, C. R. L. (2018). Work stress prevention needs of employees and supervisors. *BMC Public Health*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5535-1>
- Ibáñez, C. (2023, julio 7). Bienestar psicológico y la importancia para nuestra salud. *Buk.co*. <https://www.buk.co/blog/que-es-el-bienestar-psicologico-y-por-que-es-importante-para-nuestra-salud>
- Lezcano Pinto, D. E., & Flores Hernández, V. F. (2023). Bienestar psicológico y su relación con las habilidades sociales en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 450–463. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.263>

- Lira, C. J., Peinado, J. E., Solano-Pinto, N., Ornelas, M., & Vega, H. B. (2020). Relaciones entre autoconcepto y bienestar psicológico en universitarias mexicanas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 2(55), 59-70.
- Loaiza, M., & Lf, D. (2018). Aspectos éticos en la investigación cualitativa con niños. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 18(1), 51–67.
- Marín Medina, C. E., Jorquera Silva, Y. X., & La Banca Ledesma, H. G. (2023). Relación del bienestar psicológico con las estrategias de afrontamiento y la satisfacción familiar en universitarios durante la pandemia. *Revista de psicología*, 41(2), 823–858. <https://doi.org/10.18800/psico.202302.008>
- Meléndez, J. C., Delhom, I., & Satorres, E. (2020). Las estrategias de afrontamiento: relación con la integridad y la desesperación en adultos mayores. *Ansiedad y estrés*, 26(1), 14–19.
- Medina, M., Rojas, R., Bustamante, W., Loaiza, R., Martel, C., & Castillo, R. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <https://doi.org/10.35622/inudi.b.080>
- Mitjana, L. R. (2021, junio 9). *La teoría de autofocalización de Lewinsohn que explica la depresión. La Mente es Maravillosa*. <https://lamenteesmaravillosa.com/teoria-autofocalizacion-lewinsohn/>
- Morán Astorga, M. C., Finez-Silva, M. J., Menezes dos Anjos, E., Pérez-Lancho, M. C., Urchaga-Litago, J. D., & Vallejo-Pérez, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology Revista INFAD de psicología*, 4(1), 183. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1542>
- Muratori, M., Universidad de Buenos Aires, Zubieta, E., Ubillos, S., González, J. L., Bobowik, M., Universidad de Buenos Aires, Universidad de Burgos, Universidad de Burgos, & Universidad del País Vasco. (2015). Felicidad y

- Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España. *Psyche*, 24(2), 1–18. <https://doi.org/10.7764/psyche.24.2.900>
- Okuhara, M., Sato, K., & Kodama, Y. (2021). The nurses' occupational stress components and outcomes, findings from an integrative review. *Nursing Open*, 8(5), 2153–2174. <https://doi.org/10.1002/nop2.780>
- Pacheco, F. D. R., & Salazar, V. G. P. (2020). Grupos focales: marco de referencia para su implementación. *INNOVA Research Journal*, 5(3), 182-195.
- Palacios, C., & Del Carmen, M. E. (2021). *Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo*.
- Pérez, T. B. R., & Dávila, K. S. (2021). Gestión estratégica y cumplimiento de metas en el contexto de la emergencia sanitaria en la provincia del dorado. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(5), 8822–8855. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i5.957
- Sampieri, H., Roberto, F., Collado, C., & Lucio, B. (2014). *Metodología de la investigación* (S. A. México Mcgraw Hill Interamericana Editores, Ed.).
- Simpson, E. G., Lincoln, C. R., & Ohannessian, C. M. (2020). Does adolescent anxiety moderate the relationship between adolescent–parent communication and adolescent coping? *Journal of Child and Family Studies*, 29(1), 237–249. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01572-9>
- Ramos-Narváez, A. D., Coral-Bolaños, J. A., Villota-López, K. L., Cabrera-Gómez, C. C., Herrera-Santacruz, J. P., & Ivera-Porras, D. (2020). Salud laboral en administrativos de Educación Superior: Relación entre bienestar psicológico y satisfacción laboral. *Archivos Venezolanos de Farmacología y terapéutica*, 39(2), 237-250.
- Rodríguez, A. de J., Torres Gómez, E. J., & Rosario-Rodríguez, J. L. (2023). Impacto de los juegos recreativos en el desarrollo motor de los estudiantes de primaria. *mentor revista de investigación educativa y*

deportiva, 2(Especial),

739–760.

<https://doi.org/10.56200/mried.v2iespecial.6468>

Torres Toala, F. G., Irigoyen Piñeiros, V., Moreno, A. P., Ruilova coronel, E. A., Casares Tamayo, J., & Mendoza Mallea, M. (2021). Burnout syndrome in health professionals in Ecuador and associated factors in times of pandemic. *Revista virtual de la Sociedad Paraguaya de Medicina Interna*, 8(1), 126–136. <https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.01.126>

ANEXOS

Anexo 1: Tabla de operacionalización de las variables

Tabla 4

Matriz de operacionalización de la variable bienestar psicológico

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Bienestar psicológico	según la conceptualización de Garcia (2019) manifiesta que el bienestar psicológico sería el examen que se le realiza acerca de si vida cotidiana en áreas ya seleccionadas, lo cual dependerá de su estado emocional, experiencias vividas, creencias impuestas por si circulo social.	Medido a través cuestionario del bienestar psicológico	La autoaceptación	<ul style="list-style-type: none"> - Totalmente de acuerdo - Poco de acuerdo - Moderadamente e acuerdo - Muy de acuerdo o desacuerdo - Bastante de acuerdo - Totalmente de acuerdo 	Tipo Likert
			Las relaciones positivas		
			La autonomía		
			El dominio del entorno		
			El propósito de la vida		
			Crecimiento personal		

Tabla 5

Matriz de operacionalización de la variable afrontamiento al estrés

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Afrontamiento al estrés	En cuanto a la variable de afrontamiento al estrés refiere que el afrontamiento es el empeño que vera manifestado en toda conducta y lo que sería la parte cognitiva del individuo para poder enfrentar el estrés, en otras palabras, se utiliza para poder lidiar con factores interno o externos del estrés, como con las consecuencias psicológicas que se manifiestan. (Sandín, 1989)	Medido a través cuestionario de afrontamiento al estrés	Focalizado en la solución de problema	<ul style="list-style-type: none"> - Nunca - Pocas veces - A veces - Frecuentemente - Casi siempre 	Escala ordinal
			Auto focalización negativa		
			Reevaluación negativa		
			Expresión negativa		
			Expresión emocional abierta		
			Evitación		
			Búsqueda de apoyo social		
Religión					

ANEXO 2

Escala de Bienestar Psicológico – Díaz et al., 2006

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de **manera general en tu vida cotidiana**, usando la siguiente escala de respuestas

1	2	3	4	5	6
Totalmente en desacuerdo	Casi en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Mas o menos de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

1	Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas	
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	
4	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida	
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga	
6	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad	
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	
8	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	
9	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	
10	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.	
11	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.	
12	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	
13	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	
14	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	
15	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	
16	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	
17	Me gusta la mayor parte del aspecto de mi personalidad.	
18	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	

19	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	
20	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	
21	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	
22	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.	
23	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos	
24	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo	
25	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	
26	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.	
27	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	
28	En muchos aspectos me siento decepcionada de mis logros en la vida	
29	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.	
30	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiar.	

ANEXO 2

CAE

Cuestionario de Afrontamiento del Estrés

Nombre:.....Edad:.....SEXO:.....

2003 B. Sandín y P. Chorot

Instrucciones: En las páginas que siguen se describen formas de pensar y comportarse que la gente suele emplear para afrontar los problemas o situaciones estresantes que ocurren en la vida. Las formas de afrontamiento descritas no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras. Para contestar debe leer con detenimiento cada una de las formas de afrontamiento y *recordar en qué medida Vd. la ha utilizado recientemente cuando ha tenido que hacer frente a situaciones de estrés. Rodee con un círculo el número que mejor indique el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés que se indican.* Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que Vd. piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones o problemas más estresantes vividos recientemente (*aproximadamente durante el pasado año*).

0	1	2	3	4
<i>Nunca</i>	<i>Pocas veces</i>	<i>A veces</i>	<i>Frecuentemente</i>	<i>Casi siempre</i>

¿Cómo se ha comportado *habitualmente* ante situaciones de estrés?

		0	1	2	3	4
1.-	Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente					
2.-	Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal					
3.-	Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema					
4.-	Descargué mi mal humor con los demás					
5.-	Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas					
6.-	Le conté a familiares o amigos cómo me sentía					
7.-	Asistí a la Iglesia					
8.-	Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados					
9.-	No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas					
10.-	Intenté sacar algo positivo del problema					
11.-	Insulté a ciertas personas					
12.-	Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema					
13.-	Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema					
14.-	Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)					
15.-	Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo					
16.-	Comprendí que yo fui el principal causante del problema					
17.-	Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás					

18.-	Me comporté de forma hostil con los demás	0	1	2	3	4
19.-	Salí al cine, a cenar, a "dar una vuelta", etc., para olvidarme del problema	0	1	2	3	4
20.-	Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema	0	1	2	3	4
21.-	Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema	0	1	2	3	4
22.-	Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema	0	1	2	3	4
23.-	Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación	0	1	2	3	4
24.-	Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes	0	1	2	3	4
25.-	Agredí a algunas personas	0	1	2	3	4
26.-	Procuré no pensar en el problema	0	1	2	3	4
27.-	Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal	0	1	2	3	4
28.-	Tuve fe en que Dios remediaría la situación	0	1	2	3	4
29.-	Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas	0	1	2	3	4
30.-	Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema	0	1	2	3	4
31.-	Experimenté personalmente eso de que "no hay mal que por bien no venga"	0	1	2	3	4
32.-	Me irrité con alguna gente	0	1	2	3	4
33.-	Practiqué algún deporte para olvidarme del problema	0	1	2	3	4
34.-	Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir	0	1	2	3	4
35.-	Recé	0	1	2	3	4
36.-	Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema	0	1	2	3	4
37.-	Me resigné a aceptar las cosas como eran	0	1	2	3	4
38.-	Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor	0	1	2	3	4
39.-	Luché y me desahugué expresando mis sentimientos	0	1	2	3	4
40.-	Intenté olvidarme de todo	0	1	2	3	4
41.-	Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos	0	1	2	3	4
42.-	Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar	0	1	2	3	4

Anexo 3

Ficha de validación de contenido para un instrumento

Ficha de validación de contenido para un instrumento

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el instrumento de recolección de datos (Cuestionario/Guía de entrevista) que permitirá recoger la información en la presente investigación: **Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024.** Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar el instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento	Escala de bienestar psicológico
Objetivo del instrumento	Medir el nivel de bienestar psicológico
Nombres y apellidos del experto	Serrano Valderrama
Documento de identidad	17868480
Años de experiencia en el área	30 años
Máximo Grado Académico	Doctor
Nacionalidad	Peruana
Institución	Universidad Nacional del santa
Cargo	Docente
Número telefónico	943147273
Firma	
Fecha	08/06/2024

Ficha de validación de contenido para un instrumento

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el instrumento de recolección de datos (Cuestionario/Guía de entrevista) que permitirá recoger la información en la presente investigación: **Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024.** Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar el instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento	Escala de bienestar psicológico
Objetivo del instrumento	Medir el nivel de bienestar psicológico
Nombres y apellidos del experto	Torres Jessy Angie Margaret
Documento de identidad	72134480
Años de experiencia en el área	6 años
Máximo Grado Académico	Psicóloga – Mg. En Gestión del Talento Humano.
Nacionalidad	Peruana
Institución	Asociación para el desarrollo sostenible Edmundo Rice
Cargo	Psicóloga
Número telefónico	975891937
Firma	 
Fecha	10/ 06 / 2024

Ficha de validación de contenido para un instrumento

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el instrumento de recolección de datos (Cuestionario/Guía de entrevista) que permitirá recoger la información en la presente investigación: **Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024.** Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar el instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento	Cuestionario de afrontamiento al estrés
Objetivo del instrumento	Medir el nivel y el tipo de estrategias de afrontamiento al estrés
Nombres y apellidos del experto	Jara Collantes Carolin
Documento de identidad	70537371
Años de experiencia en el área	1 año
Máximo Grado Académico	Mg. Psicología Educativa
Nacionalidad	Peruana
Institución	Nuevo Horizonte
Cargo	Psicóloga
Número telefónico	981326576
Firma	
Fecha	09/ 06 / 2024

Ficha de validación de contenido para un instrumento

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el instrumento de recolección de datos (Cuestionario/Guía de entrevista) que permitirá recoger la información en la presente investigación: **Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024.** Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar el instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento	Cuestionario de afrontamiento al estrés
Objetivo del instrumento	Medir el nivel y el tipo de estrategias de afrontamiento al estrés
Nombres y apellidos del experto	Serrano Valderrama
Documento de identidad	17868480
Años de experiencia en el área	30 años
Máximo Grado Académico	Doctor
Nacionalidad	Peruana
Institución	Universidad Nacional del santa
Cargo	Docente
Número telefónico	943147273
Firma	
Fecha	08/06/2024

Ficha de validación de contenido para un instrumento

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el instrumento de recolección de datos (Cuestionario/Guía de entrevista) que permitirá recoger la información en la presente investigación: **Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024.** Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar el instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento	Cuestionario de afrontamiento al estrés
Objetivo del instrumento	Medir el nivel y el tipo de estrategias de afrontamiento al estrés
Nombres y apellidos del experto	Torres Jessy Angie Margaret
Documento de identidad	72134480
Años de experiencia en el área	6 años
Máximo Grado Académico	Psicóloga – Mg. En Gestión del Talento Humano.
Nacionalidad	Peruana
Institución	Asociación para el desarrollo sostenible Edmundo Rice
Cargo	Psicóloga
Número telefónico	975891937
Firma	 
Fecha	10/ 06 / 2024

Ficha de validación de contenido para un instrumento

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el instrumento de recolección de datos (Cuestionario/Guía de entrevista) que permitirá recoger la información en la presente investigación: **Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024.** Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar el instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Ficha de validación de juicio de experto

Nombre del instrumento	Escala de bienestar psicológico
Objetivo del instrumento	Medir el nivel de bienestar psicológico
Nombres y apellidos del experto	Jara Collantes Carolin
Documento de identidad	70537371
Años de experiencia en el área	1 año
Máximo Grado Académico	Mg. Psicología Educativa
Nacionalidad	Peruana
Institución	Nuevo Horizonte
Cargo	Psicóloga
Número telefónico	981326576
Firma	 Carolin V. Jara Collantes PSICÓLOGA C.P. P. 34318
Fecha	09/06/2024

BIENESTAR PSICOLOGICO

1																					
2	P	La autoaceptacion					total	las relaciones positivas					total	La autonomia					total		
3		1	7	17	24	2		8	12	22	25	3		4	9	13	18	21			
4	1	5	2	2	2	3	12	2	3	2	3	3	13	3	3	3	3	3	2	3	17
5	2	4	2	3	3	3	12	1	4	3	2	4	14	1	1	2	3	3	3	4	14
6	3	5	2	3	3	3	13	2	3	3	3	3	14	3	3	4	3	3	3	3	19
7	4	3	4	3	3	3	13	3	4	4	3	3	17	3	2	3	3	3	3	3	17
8	5	5	3	3	3	3	14	3	3	4	3	3	16	2	4	3	3	3	3	4	19
9	6	5	3	3	3	3	14	3	3	3	3	3	15	3	3	2	3	3	3	4	18
10	7	5	3	3	2	3	13	3	3	3	3	4	16	2	2	3	3	3	3	3	16
11	8	4	1	3	3	3	11	1	1	2	3	4	11	1	1	1	6	2	3	3	14
12	9	5	6	3	4	3	18	2	3	3	3	2	13	2	2	3	3	3	3	3	16
13	10	5	4	3	4	3	16	3	2	3	3	2	13	3	3	3	3	2	5	3	19
14	11	3	1	3	3	3	10	2	6	1	3	3	15	1	1	1	2	3	5	3	13
15	12	5	3	2	3	3	13	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	5	3	20
16	13	6	4	3	1	3	14	3	3	2	1	1	10	2	3	3	4	6	5	3	23
17	14	6	3	3	3	3	15	3	3	2	2	2	12	3	3	3	3	1	5	3	18
18	15	2	3	2	2	2	9	2	1	2	3	2	10	1	1	2	2	2	5	3	13
19	16	5	3	3	3	3	14	2	3	4	3	1	13	4	2	3	3	3	5	3	20
20	17	6	3	3	2	3	14	3	3	2	3	3	14	2	4	3	2	4	5	3	20
21	18	4	3	2	3	3	12	3	3	3	3	3	15	2	3	4	4	4	5	3	22
22	19	4	2	4	3	3	13	3	4	3	3	4	17	3	3	4	3	3	5	3	21
23	20	3	3	3	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	3	3	5	3	20
24	21	5	4	3	4	3	16	3	4	3	4	2	16	3	3	3	3	4	5	3	21
25	22	5	5	3	3	3	16	3	3	3	3	4	16	3	4	3	3	3	5	3	21
26	23	3	1	3	4	3	11	3	3	3	3	4	16	1	1	5	4	4	5	3	20
27	24	1	1	2	3	3	7	1	2	3	4	2	12	1	1	6	3	3	5	3	19
28	25	5	3	3	3	3	14	4	3	3	3	3	16	4	3	5	3	3	5	3	23
29	26	6	3	3	4	3	16	3	4	4	4	4	19	3	3	3	3	4	5	3	21
30	27	4	3	3	3	3	13	3	3	3	3	3	15	2	4	3	3	3	5	3	20
31	28	4	3	3	2	3	12	3	3	3	4	4	17	3	3	2	3	4	5	3	20
32	29	2	3	4	3	3	12	2	3	4	3	3	15	1	2	3	4	3	5	3	18
33	30	4	3	3	3	3	13	2	3	4	3	1	13	3	3	3	2	4	5	3	20
34	31	3	3	3	3	3	12	3	3	2	3	3	16	2	3	2	3	3	5	3	18
35	32	4	3	3	3	3	13	2	2	3	3	3	13	3	2	3	3	3	5	3	19
36	33	4	2	3	3	3	12	3	4	3	2	2	14	3	3	3	3	3	5	3	20
37	34	4	3	3	3	3	13	3	3	2	3	4	15	2	2	3	4	4	5	3	20
38	35	2	2	3	3	3	10	1	3	3	2	3	12	2	3	3	3	3	5	3	19
39	36	3	3	3	3	3	12	4	3	2	5	5	19	2	3	2	3	1	5	3	16
40	37	6	3	4	1	3	14	4	4	3	3	5	19	2	4	3	3	5	5	3	22
41	38	3	4	3	5	3	15	1	4	2	1	2	10	1	1	6	3	4	5	3	20
42	39	4	2	6	4	3	16	1	2	3	5	4	15	1	2	5	4	2	5	3	19
43	40	5	3	2	3	3	13	3	3	3	2	2	13	3	3	3	2	3	5	3	19
44	41	3	3	3	2	3	11	3	2	2	3	1	11	2	2	6	1	2	5	3	18
45	42	4	1	1	2	3	8	3	2	5	1	4	15	3	4	3	3	2	5	3	19
46	43	2	2	3	6	3	13	3	2	3	3	3	14	6	2	6	1	3	3	3	21
47	44	4	3	2	1	3	10	3	2	1	1	2	9	3	2	6	2	3	6	3	22
48	45	3	1	5	2	3	11	2	6	2	3	5	18	6	1	2	3	4	3	3	19
49	46	4	3	3	3	3	13	3	3	1	3	3	13	3	3	1	2	3	3	3	15
50	47	4	3	2	4	3	13	3	3	2	4	3	15	2	3	2	3	3	3	3	16
51	48	4	1	3	3	3	11	1	1	3	3	3	11	1	1	1	3	3	3	3	12
52	49	3	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	3	3	18
53	50	2	3	3	3	3	11	6	3	3	3	3	18	2	1	3	3	3	3	3	15
54	51	5	6	3	3	3	17	4	1	1	2	3	11	5	3	1	6	3	3	3	21
55	52	5	4	3	2	3	14	3	3	3	1	3	13	2	2	3	3	5	1	3	16
56	53	4	3	3	2	3	12	2	3	3	3	2	13	3	2	2	4	3	3	3	17
57	54	1	3	1	1	3	6	5	3	3	1	3	15	5	1	5	3	5	1	3	20

El dominio del entorno						Crecimiento personal					El proposito de la vida					total	TOTAL	NIVEL
5	10	14	19	29	total	21	26	27	28	total	6	11	15	16	20			
3	3	3	3	4	16	3	3	3	3	12	3	3	4	5	3	18	88	BAJO
2	3	3	2	4	14	4	3	3	4	14	3	5	3	5	3	19	87	BAJO
3	3	3	3	3	15	3	2	3	4	12	4	4	3	5	3	19	92	MEDIO
3	3	3	3	3	15	3	4	2	3	12	4	5	5	5	3	22	96	MEDIO
3	3	3	3	3	15	4	4	4	4	16	4	4	3	5	3	19	99	MEDIO
4	4	3	4	3	18	4	3	4	3	14	4	5	3	5	2	19	98	MEDIO
4	3	3	3	3	16	3	3	3	4	13	4	4	3	5	3	19	93	MEDIO
1	6	2	3	3	15	3	2	4	3	12	4	5	4	5	3	21	84	BAJO
1	3	3	3	2	12	3	3	3	3	12	4	4	2	5	3	18	89	MEDIO
3	3	3	3	2	14	3	3	3	4	13	4	5	3	5	3	20	95	MEDIO
2	1	1	3	3	10	4	4	4	4	16	4	4	4	5	4	21	85	BAJO
4	4	2	3	3	16	2	3	2	3	10	4	5	4	5	3	21	95	MEDIO
3	3	3	1	3	13	1	1	1	1	4	4	4	3	5	6	22	86	BAJO
3	3	3	2	2	13	4	3	2	2	11	4	5	3	5	3	20	89	MEDIO
6	6	2	2	2	18	2	2	2	2	8	4	4	4	5	2	19	77	BAJO
2	3	3	3	3	14	2	2	6	3	13	4	5	3	5	3	20	94	MEDIO
3	3	3	3	2	14	3	3	2	3	11	4	4	3	5	2	18	91	MEDIO
3	3	2	3	3	14	2	3	2	3	10	4	5	2	5	3	19	92	MEDIO
3	4	4	2	3	16	3	3	3	3	12	4	4	2	5	3	18	97	MEDIO
3	2	3	2	2	12	3	3	3	3	12	4	5	3	5	3	20	90	MEDIO
3	3	3	4	3	16	4	4	3	3	14	4	5	3	5	3	20	103	ALTO
3	3	3	3	3	15	3	3	4	3	13	4	5	3	3	3	18	99	MEDIO
1	2	3	3	3	12	3	4	4	5	16	4	5	3	5	4	21	96	MEDIO
5	1	3	3	3	15	2	4	2	4	12	4	5	3	5	4	21	86	BAJO
5	3	4	4	4	20	3	3	4	3	13	4	5	3	5	3	20	106	ALTO
5	6	4	4	3	22	3	3	3	3	12	4	5	4	5	4	22	112	ALTO
5	4	3	4	3	19	3	3	5	3	14	4	5	2	5	2	18	99	MEDIO
5	3	3	3	2	16	3	3	5	3	14	5	5	3	5	3	21	100	MEDIO
5	4	3	2	3	17	3	2	5	3	13	4	5	3	5	3	20	95	MEDIO
5	3	3	3	1	15	2	2	5	1	10	5	5	3	5	3	21	92	MEDIO
5	3	3	4	3	18	3	2	5	3	13	5	5	2	5	3	20	97	MEDIO
5	3	2	3	3	16	3	3	5	3	14	4	5	2	5	2	18	93	MEDIO
5	2	2	3	3	15	3	3	5	3	14	5	5	3	5	3	21	96	MEDIO
5	3	3	2	3	16	3	4	5	4	16	4	5	3	5	3	20	100	MEDIO
5	3	3	3	2	16	4	3	5	3	15	5	5	3	5	2	20	92	MEDIO
5	3	5	2	1	16	2	3	5	6	16	4	5	3	5	6	23	102	MEDIO
5	3	4	3	4	19	1	3	5	2	11	5	5	2	5	6	23	108	ALTO
5	1	3	3	3	15	3	3	5	3	14	4	5	2	5	3	19	93	MEDIO
5	3	3	2	6	19	1	1	5	1	8	5	2	4	3	3	17	94	MEDIO
5	2	3	3	3	16	3	3	5	2	13	4	3	2	5	2	16	90	MEDIO
5	6	1	3	3	18	3	1	5	6	15	4	1	1	5	3	14	87	BAJO
5	3	4	5	2	19	1	5	5	3	14	4	3	3	5	3	18	93	MEDIO
5	3	1	2	3	14	3	3	5	2	13	4	6	2	5	3	20	95	MEDIO
5	6	2	2	3	18	6	1	5	3	15	6	6	2	5	3	22	96	MEDIO
5	6	3	3	6	23	3	6	5	5	19	4	1	5	5	3	18	108	ALTO
5	1	1	3	2	12	3	2	3	3	11	4	6	1	5	3	19	83	BAJO
5	3	3	3	3	17	3	3	5	3	14	4	4	6	5	2	21	96	MEDIO
5	1	4	4	4	18	4	4	5	4	17	5	4	4	5	4	22	91	MEDIO
5	2	2	3	3	15	3	2	5	3	13	5	3	3	5	2	18	91	MEDIO
5	3	3	3	3	17	3	3	5	3	14	5	3	3	5	3	19	94	MEDIO
5	1	3	3	3	15	3	3	5	2	13	5	1	3	5	3	17	94	MEDIO
5	3	4	1	1	14	1	4	5	3	13	5	3	3	5	5	21	91	MEDIO
5	3	3	3	2	16	3	3	5	2	13	5	3	3	5	5	21	92	MEDIO
5	2	3	6	3	19	1	2	5	5	13	5	3	3	5	5	21	94	MEDIO
5	3	2	4	3	17	3	1	5	3	12	5	3	3	5	5	21	92	MEDIO

1	ESTRÉS LABORAL																													
2	estructura organizacional				territorio organizacional				tecnología				influencia del lider				Falta de cohesion				Respaldo de grupo									
3	12	16	24	total	3	15	22	total	4	14	25	total	5	6	13	17	total	7	9	18	total	21	8	18	23	total	TOTAL	NIVEL		
4	3	1	3	10	6	6	5	17	3	6	6	15	7	7	6	7	27	7	6	6	19	5	5	5	7	22	103	MEDIO		
5	7	7	7	23	6	7	3	16	7	7	7	21	7	5	6	5	23	5	5	5	15	5	5	6	6	22	116	ALTO		
6	5	7	6	19	6	7	7	20	7	6	3	16	1	7	1	3	12	1	7	6	14	3	1	5	5	14	91	BAJO		
7	5	4	2	14	6	7	3	16	7	6	4	17	6	7	5	3	21	3	6	7	16	4	7	4	7	22	104	MEDIO		
8	5	3	3	18	6	7	4	17	1	6	3	10	6	7	3	3	19	7	5	6	18	3	1	6	7	17	93	MEDIO		
9	5	4	3	13	6	7	3	16	1	7	3	11	6	6	2	7	21	7	6	7	20	6	7	5	3	21	95	MEDIO		
10	5	3	3	13	6	2	2	10	3	5	2	10	6	6	3	5	20	3	6	7	16	4	7	6	7	24	91	BAJO		
11	5	3	2	17	6	7	3	16	1	6	3	10	6	6	3	6	21	1	7	6	14	3	7	6	7	23	104	MEDIO		
12	5	1	2	11	6	7	1	14	2	7	1	10	6	6	1	7	20	2	5	6	13	6	6	6	7	25	92	MEDIO		
13	5	1	3	12	3	7	3	13	3	6	2	11	6	6	3	7	22	3	6	6	15	3	6	7	7	23	92	MEDIO		
14	5	3	3	14	6	7	3	16	3	5	3	11	6	5	3	6	20	3	5	5	13	3	6	7	7	23	98	MEDIO		
15	5	4	2	12	6	7	3	16	1	6	3	10	6	5	5	6	22	2	6	6	14	3	6	7	7	23	94	MEDIO		
16	5	3	4	15	3	7	4	14	4	7	2	13	6	5	3	3	17	3	6	7	16	3	6	7	7	23	94	MEDIO		
17	5	3	3	14	6	6	3	15	3	5	2	10	6	5	3	3	17	3	6	6	15	3	6	7	7	23	93	MEDIO		
18	5	3	2	11	6	6	3	15	1	6	3	10	6	5	5	3	19	2	4	5	11	3	6	7	7	23	92	MEDIO		
19	5	2	3	12	6	3	4	13	2	7	3	12	6	5	3	3	17	3	6	6	15	3	6	7	7	23	92	MEDIO		
20	5	3	3	12	6	5	2	13	1	7	3	11	6	6	6	7	25	1	5	7	13	3	6	7	7	23	97	MEDIO		
21	5	3	3	14	6	5	3	14	3	7	3	13	6	5	2	3	16	3	4	5	12	3	6	7	7	23	93	MEDIO		
22	4	3	7	17	6	5	1	12	6	5	2	13	6	5	2	6	19	3	5	6	14	1	6	7	7	21	94	MEDIO		
23	6	3	3	15	6	5	3	14	5	6	3	14	6	5	5	3	19	3	6	7	16	4	3	4	7	18	95	MEDIO		
24	6	3	2	14	6	5	3	14	5	6	4	15	6	5	5	3	19	3	7	5	15	2	3	3	7	15	91	BAJO		
25	6	3	3	15	6	5	3	14	5	7	3	15	6	5	5	3	19	4	6	6	16	3	3	3	7	16	93	MEDIO		
26	7	2	1	13	6	6	2	14	5	7	3	15	6	5	7	3	21	3	5	6	14	1	6	7	6	20	97	MEDIO		
27	3	3	2	10	6	3	3	12	5	6	3	14	6	5	7	6	24	3	6	6	15	7	3	3	6	19	93	MEDIO		
28	7	3	3	16	6	7	3	16	5	5	2	12	6	5	3	3	17	3	6	7	16	3	3	3	6	15	88	BAJO		
29	7	3	4	16	6	7	3	16	5	6	5	16	6	5	4	3	18	3	3	7	13	7	3	3	6	19	99	MEDIO		
30	6	4	3	16	6	7	3	16	5	7	5	17	6	5	5	4	20	4	6	7	17	7	1	3	7	18	102	MEDIO		
31	6	2	4	14	6	7	4	17	6	5	5	16	6	5	5	3	19	3	5	7	15	7	3	3	7	20	100	MEDIO		
32	5	4	3	15	6	7	7	20	5	7	7	19	3	5	3	7	18	3	6	7	16	7	3	2	1	13	102	MEDIO		
33	5	3	3	13	7	7	3	17	6	7	6	19	3	5	2	7	17	3	6	7	16	7	3	3	3	16	97	MEDIO		
34	5	2	3	13	7	7	3	17	5	7	7	19	3	5	3	7	18	3	6	7	16	7	3	3	3	16	97	MEDIO		
35	6	3	3	13	7	7	4	18	6	7	7	20	1	5	4	7	17	2	6	7	15	7	5	4	3	19	99	MEDIO		
36	7	3	2	15	7	7	3	17	5	7	7	19	4	5	3	7	19	3	6	7	16	7	4	3	4	18	102	MEDIO		
37	6	3	3	18	7	7	3	17	6	7	7	20	3	5	7	7	22	4	6	7	17	7	3	3	4	17	105	ALTO		
38	7	3	2	14	7	7	3	17	5	7	7	19	1	5	7	7	20	3	6	7	16	7	3	3	3	16	99	MEDIO		
39	7	3	5	18	7	7	2	16	6	7	7	20	6	6	7	7	26	3	6	7	16	7	3	3	4	17	113	ALTO		
40	3	3	3	12	6	6	4	16	5	7	7	19	6	6	7	7	26	3	6	7	16	7	4	3	3	17	105	ALTO		
41	5	3	1	12	6	6	2	14	6	7	7	20	6	6	7	7	26	3	6	7	16	7	3	1	1	12	98	MEDIO		
42	5	3	5	16	7	6	3	16	3	7	7	17	6	6	7	7	26	3	6	7	16	6	3	2	3	14	107	ALTO		
43	6	3	2	13	7	6	3	16	4	7	7	18	4	6	7	7	24	3	6	7	16	6	3	3	3	15	99	MEDIO		
44	6	3	3	14	6	6	3	15	3	7	7	17	3	6	7	7	23	3	6	7	16	6	2	2	3	13	96	MEDIO		
45	6	3	1	13	7	6	3	16	3	7	7	17	2	6	7	7	22	2	6	7	15	6	3	3	3	15	94	MEDIO		
46	6	1	3	12	6	6	7	19	3	7	7	17	2	6	7	7	22	3	6	7	16	6	2	1	3	12	97	MEDIO		
47	6	5	1	15	7	5	1	13	2	7	7	16	4	6	7	7	24	3	6	7	16	6	2	7	2	17	102	MEDIO		
48	6	2	3	14	6	5	1	12	3	7	7	17	3	6	7	7	23	3	6	7	16	6	6	2	1	15	98	MEDIO		
49	6	2	3	14	7	5	3	15	3	7	7	17	3	6	7	7	23	6	6	1	13	6	7	1	3	17	101	MEDIO		
50	5	1	4	13	6	5	3	14	3	1	7	11	3	6	7	7	23	3	6	7	16	6	7	1	5	19	96	MEDIO		

Consentimiento Informado

Título de la investigación: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024

Investigador (a) (es): Mirella Briggith Mendez Nazario

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada "Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024", cuyo objetivo es Determinar la relación que existe entre afrontamiento psicológico y afrontamiento al estrés en el personal de salud en un hospital público de Chimbote, 2024. Esta investigación es desarrollada por estudiantes del programa de estudio Pos. Grado de la Universidad César Vallejo del campus [Chimbote], aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Eleazar Guzmán Barrón.

Describir el impacto del problema de la investigación.

La presente investigación tiene como base fundamental el poder equilibrar los niveles de estrés contando con un buen afrontamiento psicológico donde el desempeño de personal de salud no se vea perjudicado y reflejado en las malas atenciones a los usuarios.



Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente de enfermería de la institución Eleazar Guzmán Barrón. Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra

índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (a) (es)

Mirella Briggith Mendez Nazario email: mirellamendeznazariomail.com y asesor Castillo Saavedra Ericsson Félix email: efcastillos@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada. Nombre y apellidos:

Fecha y hora:

Nombre y apellidos:

Firma(s):

Fecha y hora:





ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
GESTIÓN DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD

Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en el
personal de salud en un hospital público de Chimbote,
2024

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestría en Gestión de los Servicios de la Salud

AUTOR:

Mendez Nazario, Miralla Briggith (ORCID: 0000-0003-3051-5147)

ASESOR:

Dr. Castillo Saavedra, Ericson Félix (orcid.org/0000-0002-9279-7169)
Dra. Milones Alva, Erica Lucy (orcid.org/0000-0002-3959-5987)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de las Prestaciones Asistenciales y Gestión del Riesgo de Salud

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

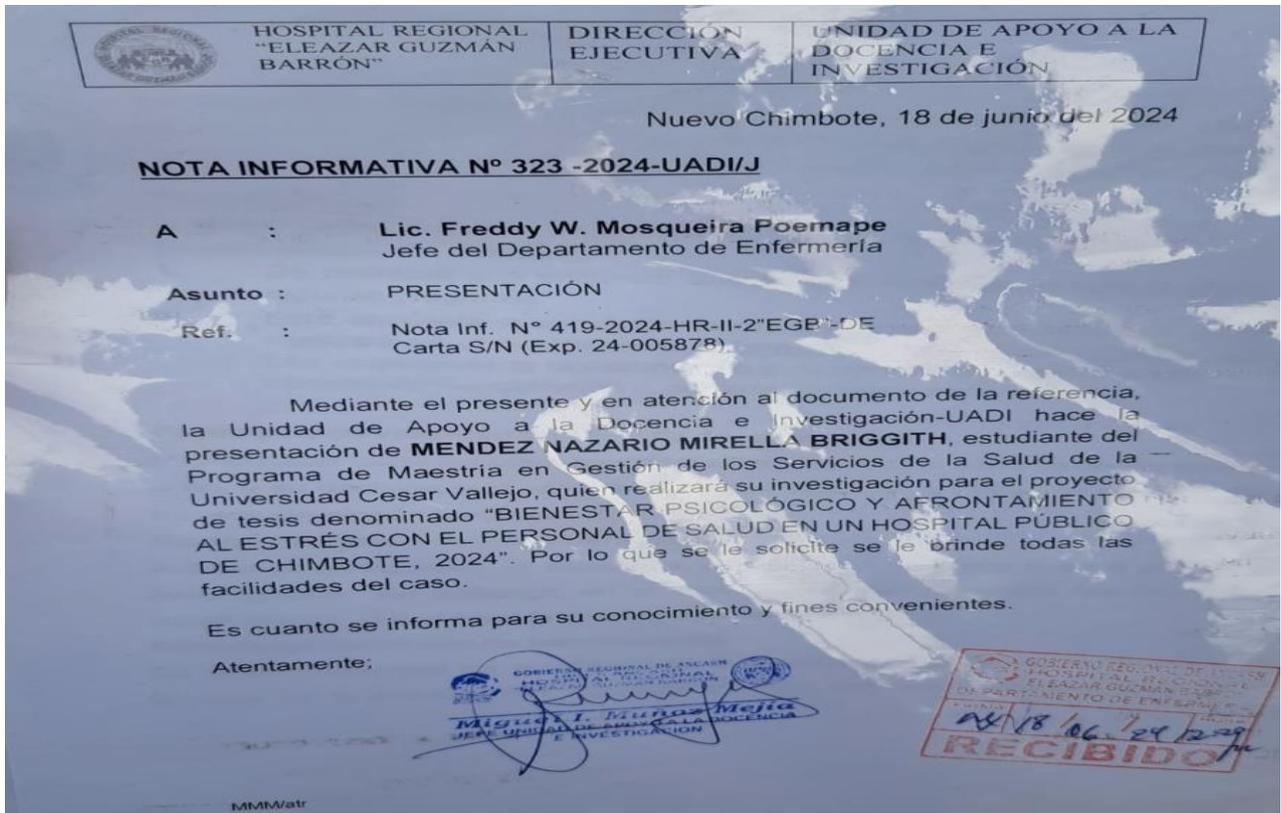
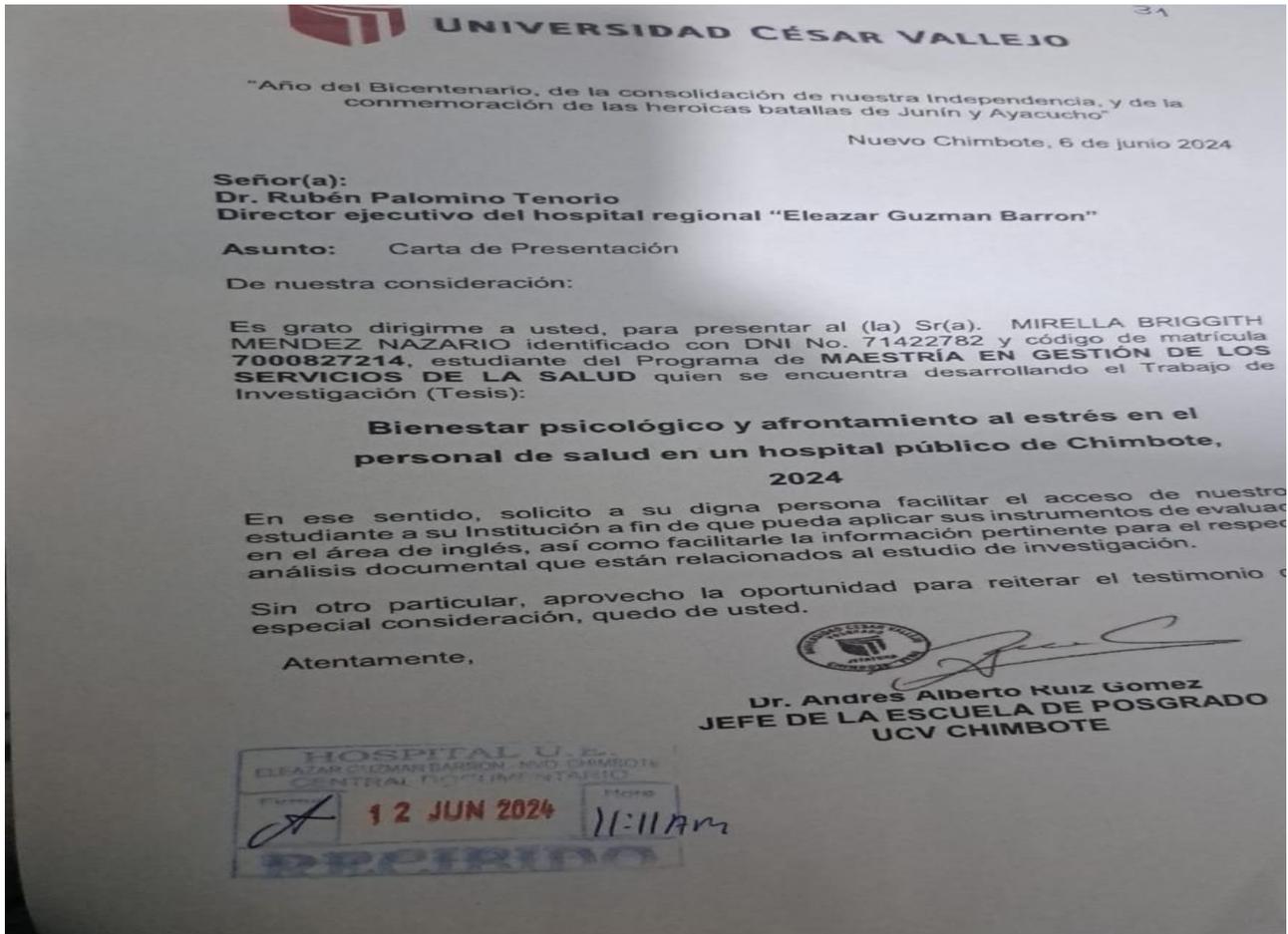
Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

CHIMBOTE - PERÚ

2024



Anexo 7: Proveído de autorización para realizar la investigación en una institución



Anexo 8: Resultados de alfa de Cronbach de los instrumentos

Análisis de la confiabilidad según el método de consistencia interna

- Resultados de cuestionario Bienestar psicológico

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,893	30

Para poder analizar la confiabilidad del inventario se realizó mediante el método de consistencia interna, en el cual se logró observar 30 ítems que representan un coeficiente de alfa de Cronbach de 0.983, demostrando una excelente confiabilidad.

- Resultados del cuestionario Afrontamiento al estrés

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,890	42

Para poder analizar la confiabilidad del inventario se realizó mediante el método de consistencia interna, en el cual se logró observar 42 ítems que representan un coeficiente de alfa de Cronbach de 0.983, demostrando una confiabilidad aceptable.