



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras del
área Covid-19, Hospital Regional de Huacho - 2021**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORAS:

Aranda García, Nérida Ivoon (ORCID: 0000-0002-9011-4559)

Bello Valdez, Lady Dianna (ORCID: 0000-0001-9135-4880)

ASESORA:

Mgtr. Rodríguez Rojas, Blanca Lucia (ORCID: 0000-0003-2580-6054)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud mental

LIMA - PERÚ

2021

Dedicatoria

A Díos y luego a todas nuestras familias que nos han apoyado y han hecho posible este trabajo.

A nuestros padres por habernos forjado como la persona que somos en la actualidad, muchos de nuestros logros se los debemos a ellos entre los que se incluye este. Nos formaron con reglas y nos motivaron constantemente para alcanzar nuestros anhelos.

A nuestra familia en especial a nuestros padres.

Las autoras.

Agradecimiento

A Dios todopoderoso, por darnos la bendición cada día, la vida, la salud y las fuerzas para luchar por este proyecto de vida.

A nuestros padres por estar presente, en todo momento ofreciéndonos lo mejor para nuestras personas.

A nuestra asesora Mgtr. Rodríguez Rojas, Blanca Lucia por guiarnos con sus enseñanzas para así culminar con nuestra tesis.

Al Director del Hospital Regional de Huacho por haber aceptado que se realice nuestra tesis en dicha institución.

Las autoras.

Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	11
3.1 Tipo y diseño de Investigación	11
3.2 Variables y operacionalización.....	11
3.2 Variables y operacionalización.....	11
3.3 Población	12
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	12
3.5. Procedimientos	14
3.6. Métodos de análisis de datos.....	15
3.7. Aspectos éticos.....	15
IV. RESULTADOS.....	16
V. DISCUSIÓN	19
VI. CONCLUSIONES	23
VII. RECOMENDACIONES.....	24
REFERENCIAS.....	25
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1. Confiabilidad del instrumento de estrés laboral	13
Tabla 2. Tipos de estrategias de afrontamiento.....	13
Tabla 3. Confiabilidad del instrumento de estrategia de afrontamiento	14
Tabla 4. Confiabilidad del instrumento general.....	14
Tabla 5. Tabla cruzada entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento	16
Tabla 6. Dimensiones de estrés laboral.....	17
Tabla 7. Dimensiones de estrategia de afrontamiento.....	17
Tabla 8. Relación entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento	18

Resumen

El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional, Huacho 2021. Se fundamentó bajo la metodología de tipo básica, de nivel descriptivo – correlacional, de enfoque cuantitativa, no experimental - transversal. Se contó con una población representada por 50 enfermeros del área covid – 19 del mencionado nosocomio, siendo la muestra el total de la población. La técnica empleada fue la encuesta, el instrumento un cuestionario de 34 ítems para el nivel de estrés y 24 ítems para afrontamiento con opciones de respuesta de Escala Likert. Como resultado de la prueba Rho de Spearman se obtuvo una significancia de $0,009 < 0,050$ y un coeficiente de $0,366$, siendo considerado como una relación significativa y de tipo positiva débil. Se concluyó que existe relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho, 2021.

Palabras claves: Estrés, estrategias, afrontamiento, enfermeros.

Abstract

The objective of the research was to determine the relationship between work stress and coping strategies in nurses of the Covid-19 area, Regional Hospital, Huacho 2021. It was based on the basic type methodology, descriptive-correlational level, quantitative approach, no experimental - transversal. There was a population represented by 50 nurses from the covid-19 area of the aforementioned hospital, the sample being the total population. The technique used was the survey, the instrument a 34-item questionnaire for stress level and 24 items for coping with Likert Scale response options. As a result of the Spearman Rho test, a significance of $0.009 < 0.050$ and a coefficient of 0.366 were obtained, being considered a significant and weak positive relationship. It was concluded that there is a relationship between stress and coping strategies in nurses of the Covid-19 area, Hospital Regional de Huacho, 2021.

Keywords: Stress, strategies, coping, nurses.

I. INTRODUCCIÓN

Hoy en día, el estrés es un asunto de mucho interés para investigadores del rubro de psicología, fisiología y organizacional, pues esta condición representa un riesgo psicosocial para toda persona que lo padece.

Ante ello, resulta importante que se pueda realizar un diagnóstico temprano del estrés, pues ello estaría condicionando el desempeño de un profesional, a la vez que pone en riesgo su estado de salud física y emocional. Ahora bien, considerando que los trabajos propios de un hospital implican lidiar con pacientes que tienen dolores y a menudo, ocurren fallecimientos, hechos que representar fuentes estresores. ⁽¹⁾

El estrés no solo compromete a los profesionales de la salud, sino también, la vida de los pacientes que están bajo cuidados en un centro de salud, ya que la intervención de un enfermero hace más probable que la atención sea de baja calidad e, incluso, ocurran imprudencias involuntarias. ⁽²⁾

De acuerdo a los anuncios de la Organización Mundial de la Salud (OMS), aseguró que una de las profesiones más expuestas al estrés son los médicos, enfermeros y otros del rubro salud. Esto se debe a que, frecuentemente, lidian con enfermedades que requieren de una serie de intervenciones que pueden ser favorables o no en la recuperación de la salud, es por esa razón, que un enfermero sano podrá realizar mejores intervenciones, a comparación de uno que difícilmente maneja la presión laboral, lo cual da lugar a que las atenciones brindadas sean de baja calidad. ⁽³⁾

En el contexto de la pandemia, originada por un nuevo coronavirus detectada en Wuhan - China, a finales del 2019, ocasionó que muchos sistemas de salud de todos los países se vieran colapsado por la gran cantidad de pacientes infectados, se calculó que entre el 14% y el 5% de personas infectadas presentaron cuadros de gravedad y hubo un rango de mortalidad de 2.3%. Así, clínicamente, el COVID-19, fue clasificado como una enfermedad mortal debido a las complicaciones respiratorias. ⁽⁴⁾

Diferentes estudios internacionales, llegaron a evidenciar que más del 50% de los profesionales de la salud, en plena pandemia, padecieron de depresión, insomnio, problemas emocionales, y ansiedad, demostrándose que la mayoría de los

profesionales sintieron tales problemas por el miedo de contraer el virus. ⁽⁵⁾

En Ecuador, estudios desarrollados en el Hospital Básico General Plaza, detectaron que hubo una considerable proporción de enfermeros que presentaban estrés laboral y que su principal estrategia para afrontar dicho problema, era la religión. Así mismo, evidenció que el estrés afectaba la productividad y efectividad que tenían los profesionales para atender a los enfermos. ⁽⁶⁾

En el Perú, ese mismo hecho se percibió, donde los pacientes por covid-19 superaron las capacidades de atención en diferentes nosocomios del país; precisamente, ese hecho fue una fuente de estrés laboral desde épocas pasadas. La falta de personal de salud, las malas condiciones, equipos inoperativos, bajas remuneraciones, entre otras condiciones, pueden aumentar las probabilidades de que una persona sufra de estrés laboral, por lo que resulta importante las estrategias de afrontamiento para minimizar las consecuencias del mencionado problema y mantener una calidad de vida. ⁽⁷⁾

De acuerdo a revisiones sistemáticas, en el Perú, especialmente en los Hospitales de emergencia, se da una prevalencia de 78% de profesionales enfermeros que sufren un estrés moderado, mientras que un 6% lo padece en su representación grave. Así mismo, se especificó que esto influye en su estilo de vida y salud física/psicológica. ⁽⁸⁾

Esta realidad detectada en relación a los problemas de estrés laboral, junto con el miedo de contraer el virus COVID-19, motivó a los políticos a emprender diversos lineamientos, políticas y sugerencias orientados en proteger el estilo de vida en los profesionales, buscando que las personas adquieran recursos que les permitan controlar o afrontar las representaciones del estrés. ⁽⁹⁾

A partir de lo mencionado, el estudio busca ahondar sobre la relación que puede existir entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid – 19. En base a los resultados, ofrecer alternativas de intervención para solucionar un problema recurrente como es el estrés en los profesionales de la salud. Así, la investigación se formuló como problema general: ¿Cuál es la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho 2021? Además, se planteó las siguientes interrogantes específicas: ¿Cuál es el nivel de estrés laboral en enfermeras del área

Covid-19, Hospital Regional de Huacho 2021? Y ¿Cuál es el nivel de estrategia de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho 2021?

La investigación posee un valor teórico, ya que ofrece argumentos científicos sobre la relación que tiene el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento, dicha información resulta ser relevante para la comunidad académica/profesional para que puedan discutirse y analizarse. Además, los hallazgos representan conocimientos nuevos sobre el estrés laboral que se suscitan en un contexto hospitalario.

Así mismo, tiene un valor práctico, considerando que las recomendaciones están orientadas en dar solución a la problemática identificada. Con la realización del estudio, se espera que autoridades y dirigentes puedan hacer posibles la implementación de mecanismos dirigidos en controlar el estrés laboral, lo cual, tendría efectos positivos en los servicios brindados a los pacientes.

También, tiene valor metodológico, en vista que el estudio brinda dos instrumentos que cumplen con los criterios científicos para ser utilizados en otras investigaciones, como la fiabilidad y validez. Dichos instrumentos estarán a disposición de la comunidad científica.

Por lo expuesto, se consideró como objetivo general: Determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional, Huacho 2021. Los objetivos específicos fueron: 1) Identificar el nivel de estrés laboral en enfermeras sobre las dimensiones físicos, psicológico y social del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho 2021. 2) Identificar las estrategias de afrontamiento en enfermeras sobre las dimensiones de afrontamiento al problema y emoción del área COVID-19, Hospital Regional de Huacho 2021.

La hipótesis general fue: H_1 : Existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho 2021.

H_0 : No existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho 2021.

II. MARCO TEÓRICO

La investigación analizó, estudios a nivel nacional e internacional es por esa razón que presentamos los siguientes antecedentes:

En el ámbito nacional, se pudo encontrar la indagación de Abregú J, en el 2019 titulado: Estrategia de afrontamiento al estrés laboral en enfermeras(os) del servicio de medicina y especialidades, Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión. Utilizó una metodología cuantitativa – descriptiva, trabajando con una muestra compuesta por 30 enfermeros, a quienes se aplicó los cuestionarios. El resultado puso en evidencia que el 53% de los enfermeros analizados presentaron bajos niveles de afrontamiento de estrés, 30% mostró un nivel alto y 17% de nivel medio. Se concluyó refiriendo que la mayoría de los enfermeros presentó un nivel bajo o inadecuado afrontamiento de estrés, esta condición hacía que estén más expuestos a realizar inadecuados procedimientos de enfermería. ⁽¹⁰⁾

Huallpa L, Ortiz L, en el 2019, desarrollaron una indagación sobre: Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Hospital Honorio Delgado y Clínica San Juan de Dios, Arequipa. Donde se aplicaron una metodología de tipo transversal – cuantitativo, contando con una muestra integrada por 26 profesionales enfermeros, utilizándose los cuestionarios para evaluar a la unidad social. Como resultado se demostró que los enfermeros, en su mayoría, presentan un nivel medio de afrontamiento. Concluyeron refiriendo que entre el estrés y estrategias de afrontamiento existió una relación, evidenciado mediante la prueba Rho= 0,013. ⁽¹¹⁾

Palma M, en el 2018, efectuó una indagación titulada: Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras del centro quirúrgico del Hospital Víctor Lazarte Echegaray, Trujillo. Desarrolló un estudio de alcance descriptivo – transversal, trabajó con una muestra representada por 30 enfermeras, a quienes aplicó una escala y un cuestionario para el trabajo de campo. Como resultado, se demostró que el 63.3% presentó un elevado estrés y el 43.3% presentó capacidades de afrontamiento de nivel medio. Llegó a concluir determinando que entre ambas variables existió una relación es significativa y de tipo positiva (Rho= 0,0456, p =0,040). ⁽¹²⁾

Arellano C, en el 2018, desarrolló su estudio sobre: Afrontamiento al estrés laboral en personal de enfermería de centro quirúrgico en una institución hospitalaria Lima. 2017. Aplicando una metodología de tipo doctrinario – cuantitativo, contando con una muestra representada por 36 enfermeros, a quienes administró un cuestionario. Luego del análisis, obtuvo que solo el 48% de los enfermeros contaba con un nivel medio de estrategias de afrontamiento; mientras que el 71% lo desarrolló en un nivel bajo. Como conclusión, refirió que los profesionales evaluados poseían un nivel medio de afrontamiento de estrés. ⁽¹³⁾

Chipana M, en el 2016, efectuó su investigación titulándolo: Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras del Hospital del MINSA de Chanchamayo. Desarrolló un estudio de alcance descriptivo y de corte transversal, trabajando con una muestra integrada por 54 enfermeros, a quienes se evaluó a través de cuestionarios. Como resultado se obtuvo que el 72.5% de las enfermeras evaluadas presentó un estrés de nivel bajo y que la principal estrategia de afrontamiento que tenían el 82.5% era el apoyo social. Se llegó a concluir que los enfermeros, en su mayoría, mostraron un bajo nivel de estrés y que cuentan con adecuadas estrategias para afrontar dicho estrés. ⁽¹⁴⁾

Como antecedentes a nivel internacional, tenemos la indagación desarrollada por Saltos D, en Ecuador en el 2017, sobre: Estrés Laboral y Estrategias de Afrontamiento en Médicos del Ministerio de Salud Pública pertenecientes al Distrito 09D05 de Guayas. Utilizó una metodología de tipo retrospectivo – cuantitativo, trabajando con una muestra conformada por 52 médicos, a quienes se administró cuestionarios para evaluar las variables. Como resultado se encontró que el 28.8% presentó un estrés mínimo, 61.5% de tipo moderado y 9.5% de tipo alto; así mismo, contaban con estrategias de afrontamiento de apoyo social, reestructuración cognitiva y solución de conflictos. Se concluyó que hubo algunos diagnósticos de estrés; por ello, los médicos evaluados contaban con estrategias para enfrentar dichas situaciones ponían en riesgo su salud física y mental. ⁽¹⁵⁾

Niño R, en México, en el 2019, efectuaron una indagación sobre: Estrés percibido y estrategias de afrontamiento en el equipo de enfermería: Implicaciones para su formación. Fundamentándose en la metodología de alcance descriptivo – correlacional, llegó a evaluar a 15 enfermeros como muestra. El instrumentó elegido

para analizar a la muestra fue el cuestionario. El resultado evidenció que en los enfermeros consultados prevaleció el elevado estrés. Llegó a concluir que no existió relación entre las variables ($p=0,098 > 0,050$).⁽¹⁶⁾

Noris M, González J, Tello M, Serrano L, Y Vega E en México en el año 2017, desarrollaron su investigación titulada: Estrés y estilos de afrontamiento de las enfermeras de un hospital en Veracruz. Utilizando una metodología de tipo transversal – descriptivo, teniendo la participación de 33 enfermeros como muestra. El cuestionario fue el instrumento necesario para obtener información sobre las variables. El resultado evidenció que el 60% de los enfermeros consultados presentaron tener problemas de estrés y rendimiento laboral. Se concluyó determinando que el estrés es una variable asociada a las estrategias de afrontamiento ($Rho=0,645, p =,004$).⁽¹⁷⁾

Flores V y Maldonado L, en Ecuador, en el 2017, efectuaron una indagación titulada: Niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Básico General Plaza. Empleando la metodología de tipo transaccional – cuantitativa, teniendo una muestra de 58 enfermeros, a quienes se administró un cuestionario validado. El resultado evidenció que el 75% de los enfermeros consultados presentaron niveles de estrés bajo, donde la religión (63%) fue la estrategia de afrontamiento que más predominó. Se concluyó que el estrés tiene relación de tipo positiva y significativa con la estrategia de afrontamiento.⁽¹⁸⁾

Teixeira C, Gherardi E, Pereira S, Cardoso L y Reisdorfer E, en Canadá, en el 2016 en su tesis titulada: Estrés laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria. Utilizaron una metodología de enfoque cuantitativo – relacional y transversal, trabajando con una muestra de 310 entre técnicos y auxiliares del área de enfermería, empleándose dos escalas para evaluar las variables. Como resultado se evidenció que las enfermeras aplicaban adecuadas estrategias de afrontamiento para lidiar con el estrés. Concluyeron que se puede trabajar de manera adecuada a pesar de laborar en un entorno estresante; sin embargo, dependerá mucho de las capacidades del profesional para minimizar los efectos negativos del estrés dentro de un nosocomio.⁽¹⁹⁾

Para la siguiente investigación sustentamos con la teoría del modelo de Callista Roy, donde se considera que el estrés dependerá mucho de la capacidad de adaptación que pueda tener un sujeto ⁽²⁰⁾. Toda persona constantemente está expuesta a situaciones favorables o desfavorables. Estas pueden inducir a reacciones y se va dando pasos a las adaptaciones. En esencia, las reacciones de adaptación pueden ser adecuadas o, tal vez, no. Cada respuesta que tenga una persona puede ser eficaz para no caer en la desesperación o angustia, a ello se le atribuye la adaptación. La teoría refiere que si la persona posee la capacidad de adaptarse tiene mejores oportunidades de crecer, sobrevivir, transformar y controlar la cosas que pueden suscitarse en un determinado ambiente. La inexistente o poco nivel de dicha capacidad, implica una amenaza para el desarrollo de una persona.

El mismo autor, agrega que existe subsistema al que le designan como regulador de la adaptación fisiológica, se trata de procesos de afrontamiento neuronales, endócrinos y químicos. Se precisa también que esté subsistema funciona mejor cuando existe un buen nivel de autoestima, interdependencia y de la función de canales emocionales-cognitivos, aprendizajes, procesos sensoriales y criterios. Así, la adaptación es un proceso que está influida por una serie de condiciones circulantes en un ambiente. Con base a esta postura epistemológica, hace suponer que los aspectos sociales como las creencias, aspiraciones, entre otros inciden en la capacidad de una persona para saber enfrentar problemas como el estrés. ⁽²¹⁾

Por lo expuesto, se llega a señalar que el planteamiento de Roy, en su teoría de enfermería, ayuda no solo a comprender que la gravedad del estrés no solo radica en los usuarios de salud, sino va más allá, este problema refleja diversos factores que son determinantes. El modelo explica que la persona puede responder de forma adaptiva, para salvaguardar su integridad y supervivencia, a la vez, que con el tiempo se da mejorando la capacidad de adaptación. ⁽²²⁾

Hoy en día, el estrés laboral ha sido conceptualizado por diferentes autores, pero de manera más general, es entendida como una reacción que tiene una persona por el exceso y/o presiones laborales que superan sus capacidades físicas y cognitivas para afrontar ciertas situaciones. ⁽²²⁾

En el ámbito de la salud, el estrés se ha relacionado a situaciones específicas, tales como: Conflictos, ambigüedades, presiones por los superiores y otras alteraciones que son inducidos en el contexto laboral, tales situaciones aumentan las probabilidades de que una persona padezca de estrés. ⁽²³⁾

El estrés laboral se produce cuando hay diferencia entre las capacidades del personal y las demandas laborales ^(24, 25). En definitiva, se produce por la misma interacción entre el ambiente y la persona, su estilo de vida, vulnerabilidades físicas y psicológicas; además, es necesario precisar que ciertas situaciones pueden ser escenarios que den lugar a las manifestaciones de estrés. ⁽²⁶⁾

Ahora bien, se asume que los profesionales de la salud son los más expuestos a ambientes estresores, por las mismas funciones que se realizan en un nosocomio, categorizándose como una profesión altamente estresante, trayendo consigo consecuencias de insatisfacción laboral, ausentismo, trastornos psicológicos y abandono de la profesión ^(27, 28). En efecto, el síntoma de estrés está asociado a los trabajos encomendados; así mismo, se considera que la persona que tiene mayor rango asume más responsabilidades, cambios y conflictos que lo hace más vulnerable a sufrir estrés. ⁽²⁹⁾

La American Nursing Association, presume que uno de los procedimientos de la enfermería implica el tratamiento y diagnóstico de enfermedades. Tales fundamentos convierten a dicha profesión a ser de riesgo alto de contagio, considerando que a las personas enfermas se les tiene que brindar cuidados directos ⁽³⁰⁾. Precisamente, la exposición a enfermedades es uno de los motivos que lleva a los profesionales de la salud, a tener bajos rendimientos y/o inadecuado trato durante la atención a los pacientes. Sin embargo, la razón del estrés en la profesión de enfermería no se le podría atribuir a solo un motivo, por el contrario, involucra una gama de condiciones estresantes como la carencia de recursos, ambiente conflictivo, bajas remuneraciones, entre otras. ^(31,32,33)

También, es importante resaltar que el estrés laboral ha sido categorizado en fases, que se mencionan a continuación: Fase de alarma, fase de resistencia y fase de agotamiento ^(34,35). De otro lado, es necesario precisar que el concepto de estrés, integra ciertas consecuencias que se pueden atribuir como dimensiones, los cuales son: 1) Estrés físico, 2) estrés psicológico y 3) estrés social.

De otro lado, referente al afrontamiento, es conceptualizado como los esfuerzos conductuales y cognitivos que un sujeto posee para enfrentar al estrés, esto quiere decir, que puede afrontar situaciones internas o externas de carácter estresante, así como el malestar emocional que suelen acompañarle ^(36,37). En esencia, el afrontamiento desde una postura psicológica clínica, es la manera de como la persona puede manejar las situaciones de estrés y actuar de manera adecuada para arreglar o minimizar situaciones estresantes, evitando efectos sobre la salud integral. ^(38,39)

Así mismo, se ha considerado que el afrontamiento del estrés no representa un concepto único. En realidad, posee varias concepciones, pero de manera más asertiva, es definido como el esfuerzo cognitivo y conductual que ejerce una persona para sobrellevar las demandas de carácter interno o externo que pueden ser valorados como algo que excede y grava las facultades de un sujeto. ^(40,41)

Por ende, se agregó que el afrontamiento resulta ser esfuerzos de un individuo para reducir, manejar y aprender a tolerar amenazas que conllevan al estrés ^(42,43). En términos simples, significa saber enfrentar situaciones de estrés. ⁽⁴⁴⁾

Otro aspecto importante que conocer es que las estrategias de afrontamiento, de acuerdo a los postulados teóricos Lazarus y Folkman ⁽⁴⁵⁾ en su modelo transaccional del estrés, se clasifican en dos tipos de estrategias:

Estilos de afrontamiento dirigidos al problema. Se trata de estrategias centradas en solucionar problemas que resultan ser estresantes, en estos casos, la reacción de la persona se orienta en dar solución o modificación del problema presentado. Se manifiesta cuando el individuo tiene como propósito cambiar la situación existente, ya sea excluyéndose o reduciendo el impacto de las consecuencias. Implica las siguientes medidas: Resolución de problemas, análisis lógico, búsqueda de apoyo y revaloración positiva. ⁽⁴⁵⁾

Estilos de afrontamiento dirigidos a la emoción. Este tipo de estrategia se centra en las emociones de la persona para apreciar de manera positiva los eventos estresantes. Se intenta enfrentar las situaciones estresantes manteniendo emociones positivas que permiten entrar en un estado de relajación.

En estos casos, las personas tienen capacidades para eliminar pensamientos negativos y expresar emociones favorables que motivan a dar solución un evento negativo o le restan gravedad. Comprende aspectos como: La evitación cognitiva, aceptación o resignación y descarga emocional. ⁽⁴⁵⁾

III. METODOLOGÍA

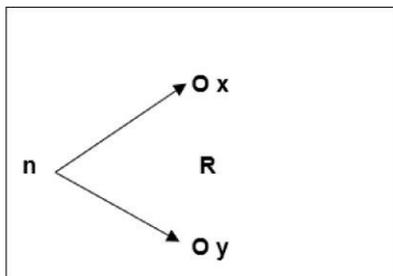
3.1 Tipo y diseño de Investigación

De tipo básica, puesto que con los resultados que se obtengan se busca aportar nuevos conocimientos a las teorías existentes sobre el estrés laboral y su asociación con las estrategias de afrontamiento. ⁽⁴⁶⁾

Diseño no experimental, pues no se tiene pensado realizar modificaciones intencionales a las variables en evaluación, por el contrario, estos serán evaluados tal y como se encuentran en la realidad. Así mismo, sería de corte transversal, debido al tiempo en que se llevó a cabo el estudio, es decir, se realizó una sola evaluación. ⁽⁴⁷⁾

De nivel descriptivo - correlacional, porque primero se realizó un análisis al comportamiento de las variables y, luego, se determinó la relación que tiene el estrés laboral con las estrategias de afrontamiento en una población conformada por profesionales de enfermería. ⁽⁴⁸⁾

Dónde:



n = Muestra

Ox = Variable 1 (estrés laboral)

Oy = Variable 2 (estrategias de afrontamiento)

R = Correlación entre los fenómenos.

3.2 Variables y operacionalización

V1: Estrés laboral

Definición conceptual: Es entendida como una reacción que tiene una persona por el exceso de trabajo o presiones laborales que superan sus capacidades físicas y cognitivas para afrontar ciertas situaciones. ⁽²²⁾

Definición operacional: La variable estrés fue medido mediante un cuestionario que permitió recoger situaciones y/o reacciones de las enfermeras durante su labor en el hospital bajo el contexto de la presencia del Covid – 19, planteando opciones de respuesta de Escala Likert.

V2: Estrategias de afrontamiento

Definición conceptual: Es conceptualizado como los esfuerzos cognitivos y conductuales que una persona posee para enfrentar al estrés, esto quiere decir, que puede afrontar situaciones internas o externas de carácter estresante ⁽³⁸⁾

Definición operacional: La variable estrategia de afrontamiento fue medido mediante un cuestionario que permitió recoger información sobre las medidas que realizan para aliviar el estrés y tener el equilibrio emocional. Dicho instrumento, priorizó opciones de respuesta de Escala Likert.

3.3 Población

La población estuvo representada por 50 enfermeras del área Covid – 19 del Hospital Regional de Huacho.

Se consideró pertinente trabajar con el total de la población con el propósito de obtener resultados más precisos y por motivos que la población fue reducida

Criterios de inclusión:

Enfermeros que laboraban en el área Covid-19

Nombrados y contratados.

Sin distinción de género.

Criterios de exclusión

Enfermeros que estuvieron de vacaciones

Enfermeros que estuvieron en otro servicio

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se utilizó la técnica de encuesta, así que para realizarlo se consideró emplear como instrumento de la Escala de Estrés de Enfermería Nurse Stress Scale (NSS), creado por GrayToft y Anderson, en 1981, el cual fue evaluado en un

estudio psicométrico, en el cual se obtuvo una confiabilidad de 98% y calificación favorable a través del juicio de experto. Dicho instrumento fue compuesto con 34 reactivos distribuidos para 3 dimensiones de estrés físico (4 reactivos), estrés psicológico (20 reactivos) y estrés social (10 reactivos), para conocer o identificar problemas de estrés en una población integrada por enfermeros.

Validez y confiabilidad

Es necesario precisar que el instrumento ya fue evaluado por los autores principales; sin embargo, en el Perú, fue adaptado por Cazal ⁽⁴⁹⁾, en el 2017, donde obtuvo como resultado en la prueba de fiabilidad de Alpha Cronbach un coeficiente de 0,733, con lo cual se determinó que el instrumento es suficientemente confiable.

Tabla 1. Confiabilidad del instrumento de estrés laboral

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0,733	34

Así mismo, para evaluar la estrategia de afrontamiento, se utilizó el instrumento COPE (Coping Estimation), elaborado por Carver, Scheier y Weintraub, en el año 1989, el cual fue adaptado en el Perú, por Casuso ⁽⁵⁰⁾, en 1996, constando con 24 reactivos, donde se prioriza opciones de respuesta de Escala Likert: (4) Mucho, (3) bastante, (2) un poco y (1) no, en absoluto. Cuenta con dos dimensiones o, también consignados como estrategias que se detallan a continuación:

Tabla 2. Tipos de estrategias de afrontamiento

Tipos de Estrategias	Áreas
Estrategia enfocada en el problema	1. Revaloración positiva
	2. Búsqueda de orientación y apoyo
	3. Análisis lógico
	4. Resolución de problema
Estrategia enfocada en las emociones	1. Revaluación positiva
	2. Evitación cognitiva
	3. Expresión emocional
	4. Búsqueda de apoyo social
	5. Búsqueda de apoyo profesional
	6. Espiritualidad y reacción agresiva

Se consideró los siguientes percentiles de acuerdo a los puntajes que se obtuvieron:

Inadecuadas estrategias de afrontamiento [24 – 32]

Moderada estrategias de afrontamiento [33 – 64]

Adecuadas estrategias de afrontamiento [65 – 96]

Es necesario precisar que el instrumento ha sido evaluado a través de pruebas psicométricas por los autores principales, mediante el juicio de expertos se determinó que el instrumento presenta condiciones suficientes para ser aplicado; además, a través de la prueba Alpha Cronbach se obtuvo un coeficiente de 0.743, lo cual permitió considerar que el instrumento resulta ser altamente confiable.

Tabla 3. Confiabilidad del instrumento de estrategia de afrontamiento

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0.743	24

Ahora bien, en el presente estudio, se vio pertinente desarrollar una prueba piloto para corroborar el nivel de confiabilidad que presentan los instrumentos, obteniéndose un coeficiente, en general, de 0.780. Mostrando evidencias aceptables para su aplicación.

Tabla 4. Confiabilidad del instrumento general.

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.780	58

3.5. Procedimientos

El primer procedimiento que se realizó fue efectuar la prueba piloto, para corroborar que los instrumentos presentan condiciones suficientes para ser aplicado a la población de estudio. Al mismo tiempo, se solicitó las autorizaciones respectivas a los directivos del Hospital, para tener una aprobación formal de la realización de la investigación. Con este documento, se procedió a concretar el trabajo de campo, administrándose los instrumentos de manera virtual, por el WhatsApp, a cada uno

de los enfermeros, solicitándole previamente su aceptación a través de los consentimientos informados.

3.6. Métodos de análisis de datos

Para conocer el grado de asociación que existe entre dos variables se necesitó de una base de datos, los cuales se obtuvieron luego de aplicarse los instrumentos. Dicha información fue tratada en el SPSS, efectuando los siguientes métodos de análisis:

Análisis descriptivo, permitió identificar el comportamiento de las variables y sus dimensiones, que fueron representados a través de tablas y figuras.

Análisis correlacional, permitió conocer el grado de asociación que existe entre las variables, a través del coeficiente y/o significancia que se pueda obtener de la prueba de Rho Spearman.

3.7. Aspectos éticos

El estudio fue desarrollado bajo los siguientes principios:

Principio de la beneficencia. Con la realización del estudio se buscó beneficiar o promover la salud de los profesionales en enfermería.

Principio de autonomía: El estudio garantizó la libre elección de los enfermeros para decidir o no en ser parte de la investigación, a la vez, que tuvieron la posibilidad de retirarse del estudio en cualquier momento o situación.

Principio de justicia: Cada uno de los participantes tuvieron el mismo trato y oportunidad, sin tener alguna distinción.

Principio de no maleficencia: Se garantizó que cada uno de los datos de los participantes estuvieron protegidos y se mantuvo el anonimato.

IV. RESULTADOS

Los resultados que a continuación se detallan, se obtuvieron a partir de las encuestas aplicadas a las enfermeras del área Covid-19 del Hospital Regional, Huacho (HRH).

Se realizó un análisis de tabla de contingencia o también conocido como cruce de datos, para resumir los datos por variable, el cual se muestra continuación:

Tabla 5. Tabla cruzada entre estrés y estrategias de afrontamiento

		Estrategias de afrontamiento			Total
		Inadecuado	Moderado	Adecuado	
Estrés laboral	Bajo	3 6,0%	6 12,0%	3 6,0%	12 24,0%
	Moderado	6 12,0%	5 10,0%	4 8,0%	15 30,0%
	Alto	2 4,0%	6 12,0%	15 30,0%	23 46,0%
Total		11 22,0%	17 34,0%	22 44,0%	50 100,0%

Fuente: Cuestionario aplicado a las enfermeras del área COVID-19, HRH – 2021.

En la tabla 5, se puede apreciar el comportamiento de las variables de manera independiente, donde el estrés que presentan la mayoría de enfermeras encuestadas, fue de nivel alto en un 46% (23) y que la estrategia de afrontamiento, en la mayoría de las enfermeras, fue adecuado.

Dentro de la literatura, el estrés laboral es considerada como una reacción negativa originada el exceso de trabajo y que algunas de las consecuencias serían los trastornos psicológicos e insatisfacción laboral ⁽²²⁾. Vemos pues, que en el área de Covid-19 del Hospital Regional de Huacho, hay un grupo representativo de enfermeros que lo padecen. Por ello, es importante que desarrollen estrategias de afrontamiento para poder sobrellevar episodios estresantes. Al respecto, Lazarus y Folkman ⁽³²⁾, precisaron que la estrategia de afrontamiento, se trata de habilidades conductuales y cognitivos que un sujeto posee para enfrentar al estrés.

Ahora bien, al realizar un análisis por dimensión, se pudo obtener los siguientes resultados:

Tabla 6. Dimensiones de estrés laboral

	Estrés laboral							
	Bajo		Moderado		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Estrés físico	18	36,0%	19	38,0%	13	26,0%	50	100,0%
Estrés psicológico	11	22,0%	7	14,0%	32	64,0%	50	100,0%
Estrés social	11	22,0%	7	14,0%	32	64,0%	50	100,0%

Fuente: Cuestionario aplicado a las enfermeras del área COVID-19, HRH – 2021.

La tabla 6, muestra los resultados por dimensiones, sobre el estrés físico, se encontró que el 36% (18) de las enfermeras presentó un estrés físico de nivel bajo, 38% (19) de nivel moderado y 26% (13) de nivel alto. Estos resultados permitieron deducir que es estrés físico, en la mayoría de las enfermeras, es entre moderado y alto.

De la dimensión estrés psicológico, se encontró que el 22% (11) de las enfermeras presentó un estrés psicológico de nivel bajo, 14% (7) de nivel moderado y 64% (32) de nivel alto. Estos resultados permitieron deducir que es estrés psicológico, en la mayoría de las enfermeras, es entre moderado alto.

De la dimensión estrés social, se encontró que el 22% (11) de las enfermeras presentó un estrés social de nivel bajo, 14% (7) de nivel moderado y 64% (32) de nivel alto. Estos resultados permitieron deducir que es estrés social, en la mayoría de las enfermeras, es alto.

Tabla 7. Dimensiones de estrategia de afrontamiento

	Estrategias de afrontamiento						Total	
	Inadecuado		Moderado		Adecuado		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Afrontamiento al problema	16	32,0%	32	64,0%	2	4,0%	50	100,0%
Afrontamiento en la emoción	32	64,0%	7	14,0%	11	22,0%	50	100,0%

Fuente: Cuestionario aplicado a las enfermeras del área Covid-19, HRH – 2021.

La tabla 7, muestra los resultados por dimensiones, sobre el afrontamiento al problema, encontrándose que el 32% (16) de las enfermeras puede afrontar problemas de manera inadecuada, 64% (32) de forma moderada y 4% (2) de modo adecuado. Por lo tanto, se infirió que la mayoría de las enfermeras puede afrontar problemas de forma moderada.

De la dimensión afrontamiento en la emoción, se encontró que el 64% (32) de las enfermeras puede afrontar sus emociones de modo inadecuado, 14% (7) de forma moderada y 22% (11) de manera adecuada. Por lo tanto, se infirió que la mayoría de las enfermeras puede afrontar sus emociones de forma inadecuada.

A continuación, se muestra el contraste de hipótesis.

Sí la sig. > 0.05 se acepta la Ho y sí la sig. < 0.05 se acepta la Ha

Tabla 8. Relación entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento

			Estrés laboral	Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Estrés laboral	Coef. de correlación	1,000	0,366**
		Sig. (bilateral)	.	0,009
		N	50	50
	Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	0,366**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,009	.
		N	50	50

Nota. Sig. = significancia; rho=coeficiente de correlación de Spearman.

** . La correlación es significativa en el nivel 0,010 (bilateral).

En la tabla 8, se muestra los resultados de la prueba inferencial utilizándose el estadístico del Rho de Spearman, obteniéndose una significancia = 0.009 (< 0.050), por lo que se aceptó la hipótesis alterna y se descartó la hipótesis nula. Con Presunción que fue corroborado con el coeficiente que fue de 0.366, categorizándose como una relación positiva débil.

Interpretación:

Existe relación positiva (rho=0.366) y significativa (p=0.009) entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del área COVID-19, Hospital Regional de Huacho 2021.

Los resultados corroboran lo que diferentes posturas epistemológicas han escrito sobre el tema, precisando que una persona con estrés puede manejarlo si logra desarrollar la capacidad de estrategia de afrontamiento; sin embargo, si el estrés no es manejado de manera individual se estaría poniendo en riesgo la salud psicológica, físico y social de la persona que lo padece. Presunción que es contrastada con la teoría de Callista Roy, donde se considera que el estrés dependerá mucho de la capacidad de adaptación que pueda tener un sujeto. ⁽²⁰⁾

V. DISCUSIÓN

El presente estudio se planteó como objetivo general determinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho 2021. Al desarrollar una serie de procedimientos encaminados para evaluar dicha relación, a través del estadístico de rho Spearman, obteniéndose una significancia de $0,009 < 0,050$ y un coeficiente de $0,366$, con ello, se logró determinar que existe una relación positiva débil entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento. Estos hallazgos se asemejan a los de Huallpa et al. ⁽¹⁸⁾, en su indagación realizada en el Hospital Honorio Delgado y Clínica San Juan de Dios, teniendo como unidad de análisis a profesionales de enfermería, demostró que entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento sí existe relación ($p=0.013$).

Al igual que Palma ⁽¹⁹⁾, quien también realizó un estudio manteniendo el mismo objetivo, analizando a las enfermeras pertenecientes al Hospital Víctor Lazarte Echegaray, situado en Trujillo, donde concluyó refiriendo que entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento existe una relación de grado significativo con un valor de $p= 0.04 < 0.05$.

Al comparar estos resultados con la teoría existente, donde se presume que el estrés se da cuando existe una discrepancia entre las capacidades del individuo y las demandas laborales. Así mismo, se ha determinado que es un problema emocional que se da con frecuencia y que su gravedad dependerá mucho de aspectos ambientales, estilo de vida, relaciones interpersonales, disposiciones de temperamento, vulnerabilidades biográficas y biológicas, entre otros factores. Así, considerando que el estrés laboral es un hecho normal en la vida cotidiana, es importante que las personas desarrollen algunas estrategias de afrontamiento, pues permitirá que se minimicen los efectos negativos que pueden reflejarse en la familia, el trabajo y las reuniones sociales ⁽³⁵⁾. En ese aspecto, el estudio vislumbra como aporte que las personas o trabajadores con mayor estrés laboral, son los que mayormente desarrollan las estrategias de afrontamiento, permitiéndoles aceptar y convivir con una serie de factores estresores que son difícilmente modificables en su centro de trabajo. El estrés en el sector salud, yace por las mismas demandas del trabajo de un Hospital, donde generalmente se atienden a gran cantidad de

personas con problemas de salud, lo cual, despierta la ansiedad del personal debido al miedo de contraer la enfermedad; a ello se suma, las malas condiciones y la falta de EPP que son comunes en diferentes hospitales del Estado. Por ello, es importante que se tomen medidas para evitar el estrés laboral y se fortalezca las capacidades del personal de salud para afrontar cualquier tipo de problema emocional.

En síntesis, los resultados corroboran lo que diferentes posturas epistemológicas han escrito sobre el tema, donde se defiende que toda persona convive con diferentes factores estresantes, pero que algunos desarrollaron la capacidad para manejarlo, mientras que otro grupo tiene dificultades para controlar dichos episodios. Dicha afirmación es explicada en la teoría de Callista Roy, donde se insta que el estrés dependerá mucho de la capacidad de adaptación que pueda tener un sujeto ⁽²⁰⁾. Definitivamente, que una persona logre fortalecer sus estrategias de afrontamiento, implicará que puede manejar las situaciones de estrés y reaccionar de manera adecuada para solucionar problemas laborales o personales, mostrándose sosegado ante cualquier episodio. Asunto que es importante, asumiendo que en el sector salud, con frecuencia se trabaja con personas que, en el momento, está sufriendo dolores; por ello, es esencial que el personal de enfermería, exprese confianza a través de la actitud, ya que se exterioriza su cansancio físico, psicológico o social, difícilmente podrá brindar una buena atención.

Otros de los resultados que se obtuvo, en relación al objetivo específico 01, es que el 24% (12) de las enfermeras presentó un estrés de nivel bajo, 30% (15) de nivel moderado y 46% (23) de nivel alto. Estos resultados permitieron deducir que es estrés laboral, en la mayoría de las enfermeras, es entre moderado y alto. Resultado que se pueden comparar con los obtenidos por Noris et al. ⁽²⁴⁾, en un hospital en Veracruz, comprobó que el 60% del personal de enfermería refirieron tener problemas relacionados al estrés, lo cual les trajo consecuencias sobre las tareas que desarrollaban. En la teoría se precisa que el estrés es una serie de reacciones nocivas de tipo emocional y físico que pueden presentarse por las mismas excesivas demandas del trabajo. Así, los resultados ponen en evidencia que el personal de enfermería en el área COVID-19 del Hospital Regional de

Huacho, están sometidos a un moderado y alto nivel de estrés, lo cual puede traer consecuencias a nivel psicológico, físico y social. También se podría decir que tal situación estaría dando lugar a la insatisfacción laboral y a los bajos niveles de desempeño ofrecidos por el personal de enfermería, ante ello, es necesario que se tomen medidas para controlarlo.

En las dimensiones de estrés laboral, se obtuvo que la mayoría de los enfermeros presentó estrés físico moderado (38%), estrés psicológico alto (64%) y estrés social alto (64%). Resultados que difieren con los de Huallpa et al ⁽¹⁸⁾, quienes evidenciaron que el personal enfermero de un Hospital, presentó estrés físico bajo (69.2%), estrés psicológico bajo (80.9%) y estrés social bajo (76.9%).

Por otro lado, respecto al objetivo específico 02, se identificó que el 22% de las enfermeras han desarrollado la estrategia de afrontamiento en un nivel bajo, 34% de nivel moderado y 44% de nivel alto. Por lo tanto, se infirió que la mayoría de las enfermeras posee estrategias de afrontamiento en un nivel moderado. Resultados moderadamente similares a los de Abregú J ⁽¹⁷⁾, en su análisis efectuada en el Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión, donde evaluó la capacidad de afrontamiento que tenían los enfermeros de dicho nosocomio, encontró que 53% de enfermeros mostró haber desarrollado un bajo nivel de afrontamiento de estrés, el 30% un nivel alto y el 17% de nivel regular. En la literatura se considera que la estrategia de afrontamiento hace referencia a los esfuerzos conductuales y cognitivos que un sujeto posee para enfrentar al estrés, esto quiere decir, que puede afrontar situaciones internas o externas de carácter estresante, así como el malestar emocional que suelen acompañarle ⁽³⁴⁾. Así, los hallazgos del presente estudio, muestran que la tercera parte de las enfermeras que laboran en el área Covid-19 del Hospital Regional, mostraron un nivel bajo de estrategias de afrontamiento, ello es de gran interés, pues muestra que dicho grupo está expuesto sufrir repercusiones nocivas en su salud física y mental a causa del estrés laboral. Definitivamente, resulta importante que se consideren dentro de las políticas institucionales, la aplicación de talleres orientado en desarrollar las capacidades de afrontamiento de estrés en el personal de salud, pues ello, también significaría beneficios para los pacientes al recibir mejores atenciones y, al mismo

funcionamiento del hospital, ya que se contará con un personal más estable emocional, social y físicamente.

Finalmente, en las dimensiones de estrategia de afrontamiento, se obtuvo que la mayoría de los enfermeros tiene desarrollada sus habilidades de afrontamiento de problemas en un nivel moderado (64%), mientras que la estrategia de afrontamiento de emociones fue inadecuada (64%). Hallazgo que pueden compararse con los de Palma ⁽¹⁹⁾ quien demostró que el 64% de los profesionales de enfermería de un Hospital de Trujillo, presentó un nivel mediano de afrontamiento enfocado en problemas y el 67% presentó un nivel mediano enfocado en las emociones.

VI. CONCLUSIONES

Se logró determinar que existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional, Huacho 2021. Habiéndose obtenido una significancia de 0,009 y un coeficiente de Rho = 0,366.

Se logró identificar que el 54% (27) de las enfermeras presentaron estrés moderado y alto. Por lo tanto, se concluye que el estrés laboral, en la mayoría de las enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho, es entre moderado y alto.

Se logró identificar que el 78% (39) de las enfermeras mostraron tener moderada y adecuada estrategias de afrontamiento. Por lo tanto, se concluye que la estrategia de afrontamiento, en la mayoría de las enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho, es entre moderado y adecuado.

VII. RECOMENDACIONES

De manera general, se sugiere a las autoridades del Gobierno Regional y Director del Hospital Regional de Huacho, organizar talleres o sesiones educativas y participativas, dirigido a los profesionales de enfermería con el objetivo de mejorar sus capacidades de afrontamiento que les permitan controlar episodios de estrés laboral y no lo reflejen en la atención de los pacientes.

En relación al estrés laboral, se sugiere al personal de enfermería practicar técnicas de respiración, autocontrol y relajación mental en sus tiempos libres, de modo que adopten hábitos o medidas para manejar situaciones de estrés. Así mismo, se sugiere que busquen apoyo social, para enfrentar situaciones negativas y ver las cosas de manera positiva, respaldándose en familiares o amigos.

Referente a las estrategias de afrontamiento, se sugiere al jefe del área de covid - 19, gestionar y promover la realización de pequeñas dinámicas de relajación (yoga) durante 5 min en horarios de trabajo, a través del cual se inculque en el personal de enfermería una metodología de relación física y psicológica para tener mejor control del estrés.

REFERENCIAS

1. Arévalo R. El estrés laboral en el personal de enfermería del Hospital IESS Loja. [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad Nacional de Loja, 2016. [Citado el 25 de agosto del 2021]. Disponible en: <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/6778>
2. Gil I, Gil M. Dinámicas comunitarias y acceso al sistema sanitario: una participación desigual. Revista Internacional de Organizaciones [Internet]. 2019. [Citado el 25 de agosto del 2021]; 311-325. Disponible en: http://www.revistario.org/index.php/revista_rio/article/view/26/27
3. Davison G, Neale J. Psicología de la conducta anormal. 2 a edición. Perú: Editorial Lauso Books; 2014
4. Talaee N, Varahram M, Jamaati H, Salimi A, Attarchi M, Kazempour M, et al. Stress and burnout in health care workers during COVID-19 pandemic: validation of a questionnaire. Journal of Public Health [Internet] 2020 [Citado el 25 de agosto del 2021]; 3(4):1-6. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7275852>.
5. Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N, et al. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. Rev JAMA Netw Open [Internet]. 2020. [Citado 22 de septiembre de 2020]; 3 (3). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7090843>
6. Flores V, Maldonado L. Niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Básico General Plaza. [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad del Azuay, 2017 [Citado el 35 de agosto del 2021]. Disponible en: <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/7496/1/13392.pdf>
7. Ayuso D. Covid: El miedo a segunda ola agrava la arrollada salud mental enfermera. Rev. Redacción Médica. [Internet]. 2020. [Citado 19 de septiembre de 2020]; 12 (3): 34 – 52. Disponible en: <https://www.redaccionmedica.com/secciones/enfermeria/covid-19-segunda-ola-salud-mentalenfermera-8769>

8. Peña O, Canchari J. Nivel de estrés laboral y estilo de vida de las enfermeras en el servicio de emergencias del Hospital Casimiro Ulloa. [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad Nacional del Callao; 2019. Disponible en: <http://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/3989>
9. Ministerio de Salud. [Internet]. Guía práctica de bienestar emocional. Cuarentena en tiempos de Covid-19. Santiago, 2020. [Citado el 25 de agosto del 2021]. Disponible en: https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/04/2020.04.12_GUIA-PRACTICA-CUARENTENAEN-TIEMPOS-DE-COVID19_final.pdf
10. Abregú J. Estrategia de afrontamiento al estrés laboral en enfermeras(os) del servicio de medicina y especialidades Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión - 2019. [Internet]. Lima: Universidad Cesar Vallejo, 2019. [Citado el 25 de agosto del 2021]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/38301>
11. Huallpa L, Ortiz L. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Hospital Honorio Delgado y Clínica San Juan de Dios, Arequipa – 2019 [Internet]. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. 2019. [Citado el 25 de agosto del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10970>
12. Palma M. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras del centro quirúrgico. Hospital Víctor Lazarte Echeagaray, Trujillo [Internet]. Universidad Nacional de Trujillo, 2018. [Citado el 11 agosto del 2021]. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/11193>.
13. Arellano C. Afrontamiento al estrés laboral en personal de enfermería de centro quirúrgico en una institución hospitalaria Lima. 2017 [Internet]. Universidad Mayor de San Marcos, 2018. [Citado el 11 agosto del 2021]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/7602>.
14. Chipana M. Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de un-Hospital del MINSA de Chanchamayo, 2016. [Internet]. Universidad Mayor de San Marcos, 2017. [Citado el 11 agosto del 2021]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/7085>

15. Saltos D. Estrés Laboral y Estrategias de Afrontamiento en Médicos del Ministerio de Salud Pública pertenecientes al Distrito 09D05 del Guayas. [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad de Guayaquil, 2017. [Citado el 25 de agosto del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/25775>
16. Niño R. Estrés percibido y estrategias de afrontamiento en el equipo de enfermería: implicaciones para su formación. Revista de psicología y educación. [Internet]. 2019. [Citado el 12 de agosto del 2021], 14(2): 157-166. Disponible en: <http://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/180.pdf>
17. Noris M, González J, Tello M, Serrano L, Vega E. Estrés y estilos de afrontamiento de las enfermeras de un hospital en Veracruz. Rev. Iberoamericana de las ciencias de la Salud. [Internet]. 2017. [Citado el 11 de agosto del 2021]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6152140>
18. Flores V, Maldonado L. Niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del Hospital Básico General Plaza [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad del Azuay, 2017 [Citado el 11 de agosto del 2021]. Disponible en: <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/7496>
19. Teixeira C, Reisdorfer E. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria. Rev. Enfermería Global, [Internet]. 2016. [Citado el 21 de agosto del 2021]; 15 (44), 288-298. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1695-61412016000400012
20. Marriner A. Modelos y Teorías de Enfermería. 3ª edición. Barcelona, España: Editorial Mosby, 1999.
21. Roy C. The Roy adaptation Model. 2ª edición. Estados Unidos: Editorial Appleton y Lange, 1999.
22. Menzani G, Ferraz E. Determinación de los factores de estrés de los enfermeros que actúan en una unidad de internación. Rev. Enf Global. [Internet]. 2005. [Citado el 25 de agosto del 2021]; 4(2):1- 9. Disponible en: <https://revistas.um.es/global/article/view/461/444>

23. Cavalheiro, A, Moura D, López A. El estrés de los enfermeros que actúan en una unidad de terapia intensiva. *Revista Latinoamericana de Enfermería*. [Internet]. 2008. [Citado el 15 de agosto de 2021]; 16 (1). Disponible en: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v16n1/es_04.pdf
24. Tenibiaje J. Work related stress. *Rev. European Journal of Business and Social Sciences*; 2013, 1 (10): 73-80.
25. Schreck C, Tort L. The Concept of Stress in Fish. *Rev. Fish Physiology* [Internet] 2016. [Citado el 10 de octubre del 2021]; 35, (2): 1-34. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128027288000011>
26. Trucco M. El estrés y la salud mental en el trabajo. Documento de trabajo de la Asociación Chilena de Seguridad. *Revista Ciencia & Trabajo*. [Internet]. 2004. [Citado el 25 de agosto del 2021], 6 (14): 185 - 188. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-420805>
27. Rachman M. The Impact of Work Stress and the Work Environment in the Organization: How Job Satisfaction Affects Employee Performance? *Rev. Jour. of Human Res. and Sustainability Studies*. [Internet] 2021. [Citado el 10 de octubre del 2021]; 9 (2): 339-354. Disponible en: <https://www.scirp.org/journal/paperinformation.aspx?paperid=110129>
28. Florea R, Florea R. Individual and Organizational Implications of Work-related Stress. *Rev. Economy Transdisciplinarity Cognition*; 2016, 19 (1): 28 – 33.
29. Garza R, Meléndez C, Castañeda H, Aguilera A, Acevedo G, Rangel S. Nivel de estrés de las enfermeras que laboran en el área de hospitalización. *Rev. Desarrollo Científ Enferm*. [Internet]. 2011. [Citado el 15 de agosto del 2021], 19(1). Disponible en: <http://www.indexf.com/dce/19pdf/19-015.pdf>
30. Suárez S. Estresores y Satisfacción laboral del personal de enfermería de las unidades de cuidados intensivos. [Tesis de pregrado]. España: Universidad de Oviedo, 2012. [Citado el 25 de agosto del 2021]. Disponible en: http://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/10651/4064/3/TFM_Silvia%20Su%C3%A1rez%20D%C3%ADaz.pdf

31. Ok M, Ja M. An analytical study of work stress among clinical nurses. The Journal of Nurses Academic Society. [Internet]. 2017. [Citado el 10 de octubre del 2021]; 5; 15 (3): 39-49. Recuperado de: <https://doi.org/10.4040/jnas.1985.15.3.39>
32. Chen P, Hey C, Mei S, Mei Y, Hong C, Chia H. The association between rotating shift work and increased occupational stress in nurses. The Journal of Occupational Health. [Internet]. 2015. [Citado el 10 de octubre del 2021]; 57 (4): 307-315. Recuperado de: <https://doi.org/10.1539/joh.13-0284-OA>
33. Terakado A, Matsushima E. Work stress among nurses engaged in palliative care on general wards. Public Health Challenges; 24 (1): 63 – 69. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/pon.3584>
34. Asadi H, Mohammad A, Bagher M. The Sources of Work Stress among Nurses in Private Hospitals in Shiraz, 2016 Sources of Work Stress among Nurses in Private Hospitals in Shiraz, 2016. Journal of Health Management & Informatics. [Internet]. 2016. [Citado el 10 de noviembre del 2021], 4(3), 71-75. Disponible en: https://jhmi.sums.ac.ir/article_42692.html
35. Bing Y. A study of work stress, patient handling activities and the risk of low back pain among nurses in Hong Kong. Journal of Advanced Nursing. [Internet]. 2001. [Citado el 10 de noviembre del 2021], 36 (6), 794 - 804. Disponible en: <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2001.02037.x>
36. Rizwan M. Antecedents of Job Stress and its impact on Job Performance and Job Satisfaction. Rev. International Journal of Learning & Development; 2014, 4 (2): 187 – 203.
37. Commons K, Cholanians A, Babb J, Ehlinger D. The Rodent Forced Swim Test Measures Stress-Coping Strategy, Not Depression-like Behavior. ACS Chem. Neurosci. [Internet]. 2017. [Citado el 10 de noviembre del 2021], 8 (5): 955–960. Disponible en: <https://doi.org/10.1021/acscchemneuro.7b00042>
38. Castaño F, León B. Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. Rev. International Journal Psychology and Psychological Therapy. [Internet]. 2010. [Citado el 25 de agosto del 2021]; 10 (2): 245- 257 Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/560/56017095004.pdf>

39. Britt S, Mendiola M, Schink G, Tibbetts R, Jones S. Financial Stress, Coping Strategy, and Academic Achievement of College Students. *Journal of Financial Counseling and Planning*. [Internet]. 2017. [Citado el 10 de noviembre del 2021]; 27 (2). Disponible en: DOI: 10.1891/1052-3073.27.2.172
40. Ninapaitan M. Estrategias de afrontamiento al estrés y tipos de discapacidad en padres de familia del CEBE Manuel Duato. [Tesis de pregrado]. Universidad Católica Sedes Sapientiae, 2017. [Citado el 25 de julio del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/504>
41. Claessen D, Errington J. Cell Wall Deficiency as a Coping Strategy for Stress. *Trends in microbiology*. [Internet]. 2019. [Citado el 10 de noviembre del 2021]; 27(12), 1025-1033. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.tim.2019.07.008>
42. Snyder K, Barry M, Valentino R. Cognitive impact of social stress and coping strategy throughout development. *Psychopharmacology*. [Internet]. 2019. [Citado el 10 de noviembre del 2021]; 232 (4): 185–195. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00213-014-3654-7>
43. Mason N, Francis D, Pecchioni L. Health Information Seeking as a Coping Strategy to Reduce Alzheimer’s Caregivers’ Stress. *Health Communication*. [Internet]. 2020. [Citado el 10 de noviembre del 2021]; 4 (5): 1-10. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/10410236.2020.1824665>
44. Barrón A. Manejo del Stress Laboral. Dirección General de Salud del Perú. 2ª edición. Ministerio de Salud. Lima, Perú, 2011.
45. Lazarus R, Folkman S. Estrés y procesos cognitivos. 2ª edición. Barcelona, España: Editorial Martínez Roca, 1986
46. González H. Metodología de la investigación: propuesta, anteproyecto y proyecto. México: Ecoe ediciones; 2016.
47. Bernal C. Metodología de la investigación. Administración, economía, humanidades y ciencias sociales. Colombia: Pearson Educación. 2016 González H. Metodología de la investigación: propuesta, anteproyecto y proyecto. México: Ecoe ediciones; 2016.

48. Arias F. El proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica. (Ed. 6ts). Caracas. Venezuela: Editorial Episteme C.A; 2006.
49. Cazal J. Nivel de Estrés Laboral del Profesional de Enfermería del Servicio de Emergencia Hospital Nacional Dos de Mayo. [Tesis pregrado]. Perú: Universidad Privada San Juan Bautista; 2017. [Citado el 25 de agosto del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/upsjb/1397>
50. Casuso L. Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. [Tesis de pregrado]. Pontificia Universidad Católica del Perú, 1996.

ANEXOS

Anexo N°1. Matriz de consistencia

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Escala y rango	Nivel
Estrés laboral	Es entendida como una reacción que tiene una persona por el exceso de trabajo o presiones laborales que superan sus capacidades físicas y cognitivas para afrontar ciertas situaciones. (Menzani G, Ferraz E, 2005) (22)	La variable estrés fue medido mediante un cuestionario que permitió recoger situaciones y/o reacciones de las enfermeras durante su labor en el hospital bajo el contexto de la presencia del Covid – 19, planteando opciones de respuesta de Escala Likert. 1= Siempre 2= Casi siempre 3= Nunca 4=Casi nunca	Físico	Carga de trabajo	Escala: Ordinal Alto [102-136] Medio [68-101] Bajo [34-67]	Variable: Cuantitativa
			Psicológico	Muerte y sufrimiento		
				Preparación Insuficiente		
				Falta de apoyo		
			Social	Problemas con médicos		
				Problemas con otros miembros		

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Escala y rango	Nivel	
Estrategias de afrontamiento	Es conceptualizado como los esfuerzos cognitivos y conductuales que un sujeto posee para enfrentar al estrés, esto quiere decir, que puede afrontar situaciones internas o externas de carácter estresante. (Rizwan M, 2014, Commons K, 2017) (36,37)	La variable estrategia de afrontamiento fue medido mediante un cuestionario que permitió recoger información sobre las medidas que realizan para aliviar el estrés y tener el equilibrio emocional. Dicho instrumento, priorizó opciones de respuesta de Escala Likert: 1.No en absoluto 2. Un poco 3.Bastante 4.Mucho	Afrontamiento al problema	Revaloración positiva	Escala: ordinal Adecuado [65 – 96]	Variable: cuantitativa	
				Búsqueda de orientación y apoyo.			
				Análisis lógico			
			Afrontamiento en la emoción	Resolución de problemas	Moderado [33 – 64]		
				Reevaluación positiva			
				Evitación cognitiva			
				Expresión emocional			Inadecuado o [24 – 32]
				Búsqueda de apoyo social			
				Búsqueda de apoyo profesional			
				Espiritualidad			
				Reacción agresiva			

Anexo N° 2. Autorización para la aplicación del instrumento

**HOSPITAL HUACHO**
HUACHURA OYON Y SBS

Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres
Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia

DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA
REG DOC N° 03104311
REG EXP N° 01960860

MEMORANDO N° 0461-2021-GRL-GRDS-DIRESA-HHHO-SBS-J.D.E.

GOBIERNO REGIONAL DE LIMA
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD
HOSPITAL HUACHO - HUACHURA OYON
UNIDAD DE APOYO A LA DOCENCIA E INVESTIGACIÓN

GOBIERNO REGIONAL DE LIMA
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD
HOSPITAL HUACHO - HUACHURA OYON
UNIDAD DE APOYO A LA DOCENCIA E INVESTIGACIÓN

22 SET. 2021
SECRETARÍA

Reaprobado por: _____
Hora: _____

ASUNTO : OPINIÓN
REFERENCIA : SOLICITUD S/N
DOC. N° 03068252 / EXP N° 01960860
FECHA : HUACHO, SETIEMBRE 20 DEL 2021.

Mediante el presente le saludo cordialmente y a la vez en atención al documento indicado en la referencia, mi Despacho otorga opinión favorable a las Srtas. Aranda García Nérida Ivoon y Bello Valdez Lady Dianna, para ejecutar su investigación de tesis: " **ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ENFERMERAS DEL ÁREA COVID - 19** teniendo en cuenta cumplir estrictamente las medidas de Bioseguridad y equipo de protección personal.

Atentamente,

GOBIERNO REGIONAL DE LIMA
HOSPITAL HUACHO HUACHURA OYON Y S.B.S

M(a) **EVARISTO ROJAS ZAVALETA**
C.E.P. N° 17000 R.N.E. N° 2884
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA

EJRZ/epob

Anexo N°3. Instrumento

“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE LA INDEPENDENCIA”

**UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO
FACULTAD DE ENFERMERÍA**

Consentimiento Informado

Estimados profesionales en enfermería, somos los bachilleres: Aranda García, Nérida Ivoon y Bello Valdez, Lady Dianna, de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad César Vallejo, la presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre el estrés laboral y estrategias de afrontamiento en Enfermeras del área COVID-19, Hospital Regional de Huacho – 2021.

Este estudio pretende conocer sus respuestas ya que es muy valiosa por lo que le solicitamos contestar con sinceridad el presente cuestionario. La información será anónima y confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de esta investigación sin mi consentimiento.

POR LO EXPUESTO:

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Huacho 27 de julio del 2021.



Firma del entrevistado

Anexo N°4. Cuestionario

Nuestros nombres son Nérida Aranda García y Lady Dianna Bello Valdez, somos Bach. de Enfermería y estamos realizando una investigación sobre estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras, a fin de que se formulen las medidas preventivas para fomentar el bienestar integral del personal de enfermería.

Estimada(o) enfermera(o): A continuación, se presenta una serie de preguntas, las cuales usted deberá responder con la verdad y de acuerdo a sus propias experiencias, marcando con un aspa (x) la respuesta que considere correcta y que mejor refleje la frecuencia con que cada situación ha sido estresante para Ud. Su participación será voluntaria y sus respuestas serán confidenciales y anónimas. Se utilizará los principios éticos.

CONTENIDO A. DATOS GENERALES DE LAS ENFERMERAS (OS)

1. Edad:
2. Sexo: a) M b) F
3. Estado Civil
 - a) Soltera (o)
 - b) Casada(o)
 - c) Divorciada(o)
 - d) Conviviente
 - e) Viuda(o)
4. Condición laboral a) Nombradas b) Contratado

Cuestionario de estrés laboral

A continuación, encontrará una serie de situaciones que ocurre en forma habitual en el área donde trabaja. Indique la frecuencia con que estas situaciones le han resultado estresantes

FÍSICO	Siempre	Casi siempre	Casi nunca	Nunca
1. Tiene que realizar muchas tareas no relacionadas con la enfermería				
2. Le falta tiempo para completar todos sus cuidados como enfermera				
3. Ha sido transferido a otra unidad con escasez de Personal				
4. Hay insuficiente personal para cubrir adecuadamente el trabajo en el servicio				
PSICOLÓGICO				
5. Le afecta conversar con un/a paciente sobre su muerte inminente				
6. Observar el sufrimiento de un/a paciente, le Conmueve				
7. La muerte de un/a paciente con quien entablo una relación estrecha, le es difícil superar				
8. La muerte de un/a paciente, le entristece				
9. Tomar una decisión con respecto a un paciente cuando el médico no está disponible, la desestabiliza				
10. Que un paciente le pregunte algo para lo que no tiene una respuesta satisfactoria, le produce Frustración				
11. Le falta de oportunidades para expresar a otras personas de su unidad sentimientos negativos hacia los pacientes				

12. No sentirse preparad/o para ayudar a los familiares de los pacientes en sus necesidades emocionales, la desmoraliza				
13.La incertidumbre de no saber el funcionamiento de un equipo técnico especializado, la confunde				
14.El alta de conocimiento para prestar apoyo emocional a un paciente, afecta su estado emocional				
15.Realizar procedimientos que serán experiencias dolorosas para los pacientes, le causa temor				
16.No conocer lo que se puede comunicar a un paciente o a su familia sobre su condición médica o su tratamiento, la fastidia sobremanera				
17.El miedo a cometer un error en el tratamiento de un/a paciente, la asusta				
18.Tiene sentimientos de culpa al no tener una preparación adecuada para ayudar a los pacientes en el campo emocional				
19.Tiene falta de oportunidades de hablar abiertamente con otras personas de la unidad sobre problemas relacionados a los pacientes				
20.Siente Impotencia ante el caso de un paciente que no presenta mejoría				
21.Las roturas de equipo técnico (ordenador, instrumentos y equipos electrónicos, etc., le irritan Demasiado				
22.La falta de disponibilidad de personal y la atención fuera de horario a los pacientes, le hacen perder la cordura				
23.La ausencia de un/a médico al producirse la muerte de un paciente, le da miedo				
24.La ausencia de un médico en una urgencia médica, le produce pánico				

SOCIAL				
25. Tiene conflictos con un medico				
26. Ser criticada/o por un médico, le enfurece				
27. El estar en desacuerdo con el tratamiento con un médico en el tratamiento de un/a paciente, le estresa				
28. Si un/a médico ordena lo que parece ser un tratamiento inadecuado para un paciente, usted le contradice				
29. Critica usted la información inadecuada que da el médico sobre la situación médica de un paciente				
30. Tiene conflictos con el/la supervisor/a				
31. Las dificultades al trabajar con un/a enfermero/a o enfermeros/as en particular, de su propia unidad, disminuye su eficiencia				
32. Tiene pocas oportunidades de compartir experiencias y sentimientos con otras personas de su unidad				
33. Le dificulta el trabajar con un/a enfermero/a o enfermeros/as en particular, externos/as a su unidad				
34. Ser criticado/a por un supervisor, le produce sentimientos de odio				

CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO (COPE)

(Carver, 1989 adaptado por Casuso, 1996 y modificado por la autora, 2016)

INSTRUCCIONES: Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco una son mejores o peores que otras. Simplemente, ciertas personas utilizan más unas formas que otras. Marque con una "X" la opción que mejor refleje su propia forma de enfrentarse a ello, al problema.

Nº	FRASES	NO, EN ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
01	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.				
02	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy				
03	Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
04	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
05	Me digo a mí mismo "esto no es real".				
06	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
07	No me dejo distraer por pensamientos o actividades y me concentro en mí que hacer.				

08	Consigo apoyo emocional de otros.				
09	Tomo medidas para intentar a ocuparme de ello				
10	Renuncio a intentar a ocuparme de ello.				
11	Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				
12	Me niego a creer que haya sucedido.				
13	Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.				
14	Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
15	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
16	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
17	Trato de evitar que otras cosas interfieran con las cosas que hago.				
18	Rezo o medito.				
19	Aprendo a vivir con ello.				
20	Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.				
21	Expreso mis sentimientos negativos.				

22	Renuncio al intento de hacer frente al problema.				
23	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
24	Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.				

Anexo N°5: Confiabilidad del Instrumento de investigación

Se utilizó la siguiente fórmula: Alfa de crombach:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Resultado spss 25:

Tabla: Evidencia de fiabilidad de la Escala Nursing Stress Scale

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,733	34

Tabla: Evidencia de fiabilidad del cuestionario de afrontamiento (COPE)

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,743	24

Al desarrollar la prueba de fiabilidad, se obtuvo un coeficiente de instrumento en general de 0.780, mostrando evidencias aceptables para su aplicación.

Tabla: Evidencia de fiabilidad del instrumento general

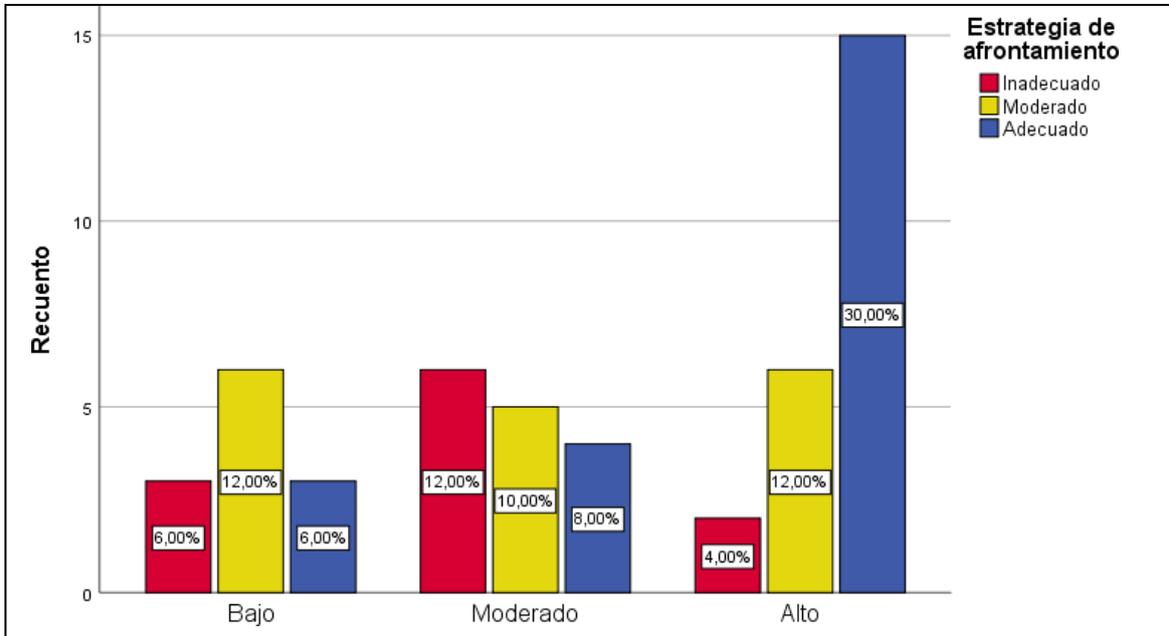
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,780	58

Como criterio general, Hernández, (2014), lo categoriza de la siguiente forma para evaluar los coeficientes de alfa de crombach:

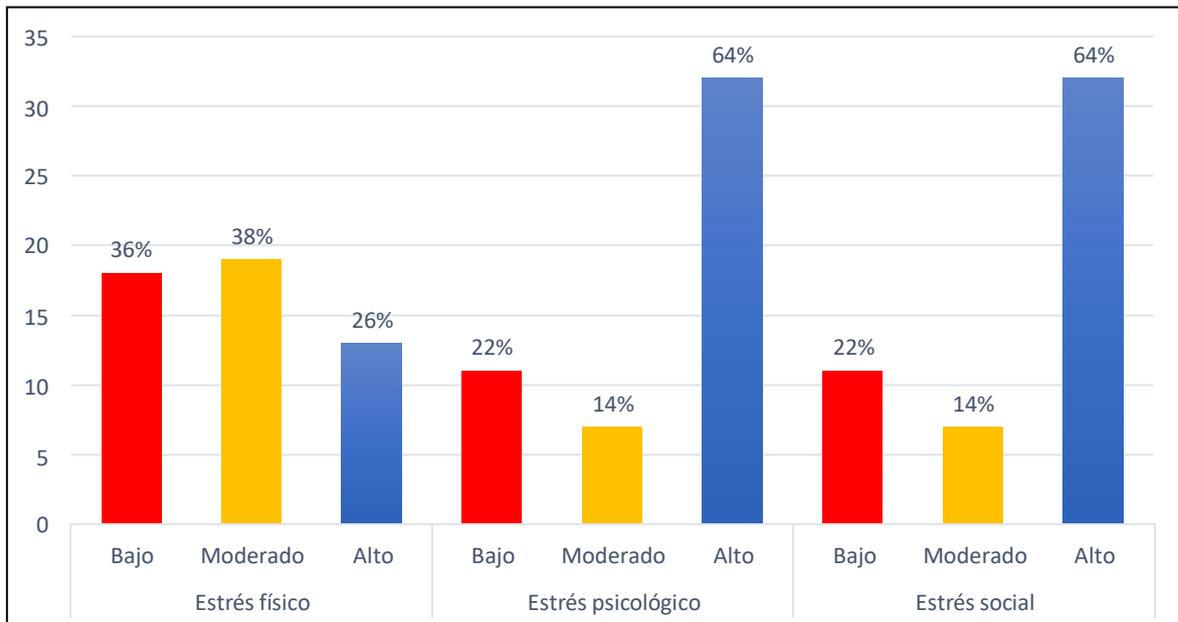
Coeficiente	Relación
De 0,00 a 0,60	Es inaceptable
De 0,60 a 0,65	Es indeseable
De 0,65 a 0,70	Es mínimamente aceptable
De 0,70 a 0,80	Es aceptable
De 0,80 a 0,90	Es muy buena

Anexo N°6. Figuras

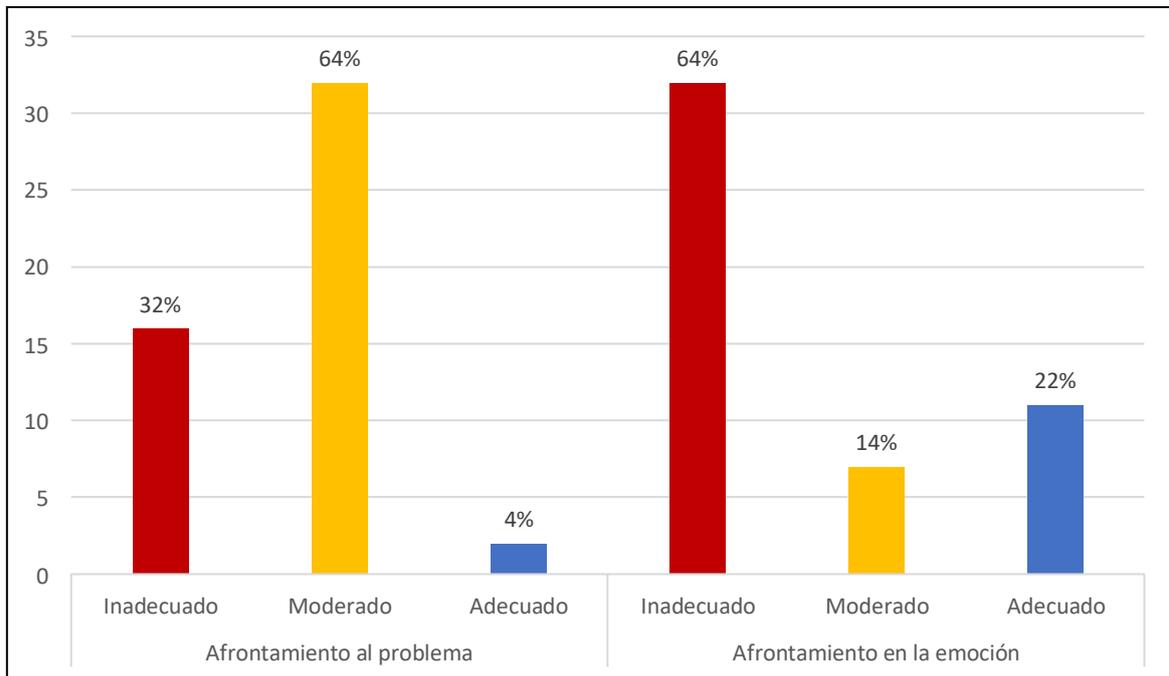
Tabla cruzada entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento



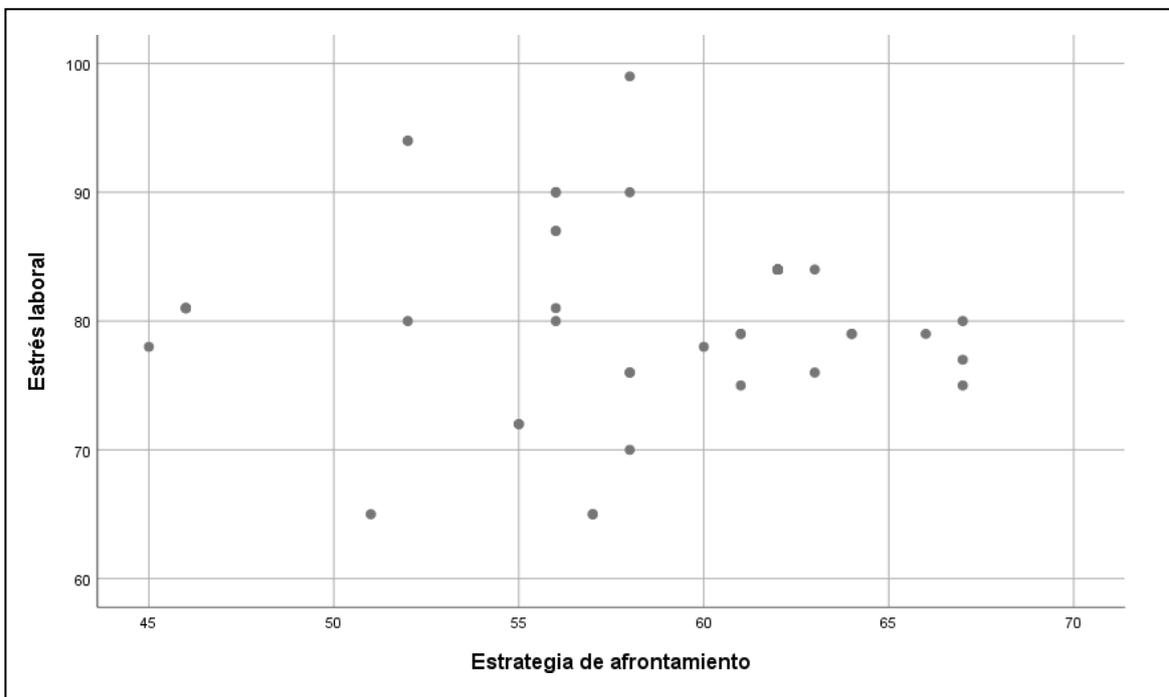
Dimensiones de estrés laboral



Dimensiones de estrategia de afrontamiento



Relación entre estrés laboral y estrategias de afrontamiento





Declaratoria de Autenticidad del Asesor

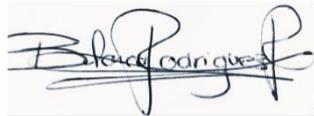
Yo, **Mg. Rodríguez Rojas, Blanca Lucía**, docente de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Profesional de **Enfermería** de la Universidad César Vallejo (**Lima Norte**), asesora del Trabajo de Investigación / Tesis titulada:

“Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras del área Covid – 19, Hospital Regional de Huacho – 2021”, de los autores, **Aranda García, Nérida Ivoon y Bello Valdez, Lady Dianna**, constato que la investigación tiene un índice de similitud de **21%** verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

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

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

Lima, 04 de Noviembre del 2021

Apellidos y Nombres del Asesor: Rodríguez Rojas, Blanca Lucía	
DNI 07970633	Firma 
ORCID 0000-0003-2580-6054	