



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**Estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de Enfermería de un
Hospital del Callao - Perú 2020**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

Autora:

Br. Rojas Guillermo, Dalia (ORCID: 0000-0001-6291-7082)

Asesora:

Mgr. Becerra Medina Lucy Tani (ORCID: 0000-000-2400-4423)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LIMA – PERÚ

2020

DEDICATORIA

A Dios por haberme permitido seguir estudiando para cumplir con mi meta que es brindar cuidados: a mis padres y mi hijo Liam que son el motivo de mi vida y todas las personas que me aconsejaron e impulsaron a seguir adelante.

AGRADECIMIENTO

Quisiera comenzar expresando mi agradecimiento a las personas que han hecho posible la realización de este trabajo a la Mgtr. Lucy Becerra Medina por aceptar dirigir esta investigación y al estar siempre dispuesta a colaborar, supervisar y guiar en mi tesis; de la misma forma a mi familia que me alentó a perseguir mi sueño.

ÍNDICE

DEDICATORIA	i
AGRADECIMIENTO	ii
ÍNDICE	iiii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
I.INTRODUCCIÓN	1
II.MARCO TEORICO	2
III.MÉTODO	100
3.1. Diseño de Investigación	10
3.2.Variable y Operacionalización	10
3.3 Población y muestra	100
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.	11
3.5. Métodos de análisis de datos	12
3.6. Aspectos éticos	12
III. RESULTADOS	13
IV. DISCUSIÓN	17
V. CONCLUSIONES	20
VI. RECOMENDACIONES	21
REFERENCIAS	22
ANEXO	30

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo por objetivo principal, determinar las estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de un Hospital del Callao - Perú 2020. El enfoque de tipo cuantitativo, descriptivo de diseño no experimental. La muestra estuvo constituida por 36 internos de enfermería a quienes se les aplicó el “cuestionario de afrontamiento del estrés” (CAE), con 5 alternativas de respuesta según una escala de tipo Likert. Los resultados que el 48% (17) de los internos de enfermería tienen un afrontamiento Inadecuado, en segundo lugar, con 30% (11) tienen un afrontamiento Regular y por último 22% (8) tienen un afrontamiento Adecuado. En conclusión, que la mayor parte de la población son del sexo femenino, la mayoría de internos trabaja y pocos hacen de uso de estrategias de afrontamiento adecuado.

PALABRA CLAVE: Estrés, estrategias de afrontamiento, de enfermería internos

ABSTRACT

The present research work had as main objective, to determine the coping strategies in front of the stress in nursing interns of a Hospital of Callao - Peru 2020. The approach was quantitative, descriptive and not experimental. The sample was constituted by 36 nursing interns to whom the "questionnaire of coping with stress" (CAE) was applied, with 5 alternative answers according to a Likert type scale. The results show that 48% (17) of the nursing interns have inadequate coping, secondly, with 30% (11) they have regular coping and finally 22% (8) they have adequate coping. In conclusion, the majority of the population is female, most of the interns are working and few are using adequate coping strategies.

KEY WORD: Stress, coping strategies, internal nursing

I. INTRODUCCIÓN

En 2013, la Organización Mundial de la Salud (OMS) identificó el estrés como un problema de salud generalizado que afecta a personas de todas las edades etáreas. De igual manera en América Latina y el Caribe más de 88 millones de personas sufrirán de condiciones de sufrimiento que será causado por el estrés, y mientras tanto la persona viva en situaciones estresantes en su vida diaria al cual ocasiona que afecte a su salud ¹. De igual manera para la Organización Panamericana de Salud (OPS) expresa que el estrés puede producirnos diferentes problemas ya sean físicas, sociales e incluso puede dañar nuestra salud mental y la vez disminuir nuestra productividad también puede afectar a los círculos familiares y sociales ².

La Organización North American Nursing Diagnosis Association (NANDA) Internacional, considera entre sus diagnósticos el de identificar la respuesta que tiene el individuo frente a las situaciones que pueden generar estrés y por lo tanto poder plantear intervenciones y los cuidados respectivos. En las cuales pueden ser la de promoción de la salud que ayuda al control de las enfermedades como parte de un cuidado holístico al ser humano y su entorno³.

Un estudio en México de Muños expone que, los factores estresores en los estudiantes de los distintos cursos de formación universitaria siendo lo relacionado con las evaluaciones, en lo que añaden la carga de trabajo, aspectos adicionales del proceso de enseñanza-aprendizaje, como las interacciones sociales (tanto entre el profesor como entre los alumnos, como entre los compañeros de clase, en ello también la incertidumbre existente en torno a las expectativas del profesor o de como este va a valor y calificar su rendimiento y aprendizaje⁴.

El estrés puede resultar en algunos momentos positivos, pero también negativo, de ser así las consecuencias en quienes lo sufren pueden ser complejas, un estudio en México reflejó que las enfermeras sufren de estrés de nivel medio y las estrategias de afrontamiento son positivas⁵.

En Huancayo un estudio reporto que hay una relación significativa y directa entre las estrategias de afrontamiento al estrés de los estudiantes universitarios y las que se centran en los problemas y en las emociones son los más utilizados⁶.

Según el Ministerio de Salud (Minsa) es una dificultad que actualmente está afectando más del 30% de limeños una manera negativa en su salud mental; en la cual podemos deducir que de cada 10 personas 3 sufren de estrés, la cual se fue reflejada en a la ansiedad y depresión que pueden presentar y esto puede conllevar a problemas de salud físicas o emocionales ⁷.

Dado que es una experiencia integradora en la que el estudiante utiliza sus conocimientos, el internado de enfermería pre profesional es una asignación de curso que representa el ejercicio profesional, las cualidades y las normas éticas exigidas por su profesión se demuestran por las habilidades y capacidades adquiridas durante sus años de formación académica, además, entran en contacto directo con los usuarios internos y externos, lo que cambia sus vidas personales y profesionales y expone signos de estrés ⁸.

Durante su desarrollo en los diversos servicios del hospital, los internos reflejan en momentos específicos cansancio por el ritmo de trabajo, en la cual se sumaba sus responsabilidades laborales, evoluciones constantes y el tiempo limitado que tenían para poder presentar sus trabajos académicos entre otros la cual hacía que los internos sufran de estrés, en consecuencia, es crucial desarrollar mecanismos de afrontamiento adaptativos o positivos en frente a situaciones estresante, dada la variedad de situaciones que el estudiante de enfermería encontrará durante la rotación hospitalaria, dado esto, pueden presentar cambios fisiológicos y conductuales perjudiciales para su salud si se emplea una estrategia de afrontamiento disadaptable o negativa ⁹.

II. MARCO TEORICO

Varios estudios realizados en todo Perú que proporcionan información crucial sobre las técnicas de gestión del estrés de los estudiantes de enfermería.

Matalinares M, Díaz G Y Baca D, 2016, en Lima Y Huancayo realizaron un estudio descriptivo no experimental para establecer la conexión entre modos de afrontamiento del estrés y bienestar psicológico, en una muestra de 934 estudiantes, con los resultados que demostraron una conexión causal entre la regulación de las emociones y la gestión del estrés centrada en el problema ¹⁰.

Matamoros R, y Paquiyaury C, 2016, en Huancavelica, se realizó un estudio descriptivo no experimental para identificar los mecanismos de afrontamiento de los estudiantes al estrés en

la facultad de enfermería. En una muestra de 172 estudiantes, el 23,26% utilizó la autocrítica para el estrés como estrategia de afrontamiento, el 20,93% la utilizó como estrategia nociva para el medio ambiente, el 19,77% utilizó una estrategia de pensamiento descriptivo para el estrés, el 12,21% encontró resuelto el problema, evitaba problemas, 4,56% enfrentaba estrés y buscaba apoyo social, y solo 3,49% utilizaba expresiones emocionales abiertas ¹¹.

Chuquija P, 2015, en Puno, su trabajo de investigación los estudiantes de enfermería de la Universidad Alas Peruanas discuten su estrés académico y sus mecanismos de afrontamiento, Juliaca. El tipo de estudio fue cuantitativo, con diseño no experimental, transversal, la población 46 estudiantes se tuvo como resultados obtenidos fueron que la mayoría de los estudiantes de enfermería tienen un nivel medio de estrés del 80,43%, seguido del 10,87% de los estudiantes que experimentan un estrés alto, y en un porcentaje más pequeño, el 8,7% de los estudiantes muestran un estrés bajo. Como también se puede observar que los estudiantes de enfermería representan el mayor porcentaje presentan un nivel de estrategias de afrontamiento adecuado equivalente al 78.3%, y en un menor porcentaje equivalente al 21.7% de los estudiantes muestran un nivel inadecuado de estrategias de afrontamiento ¹².

Valle I, y Villar J, 2015, en Chimbote, se realizó un estudio titulado Factores de estrés y Cómo hacer frente al estrés en la Universidad Nacional del Santa, estuvo conformado por 33 estudiantes de la escuela profesional de enfermería de su muestra formaron parte del grupo. La investigación fue de corte transversal, descriptiva y correlacional. Según los resultados, la sobrecarga laboral representa el 78,8% del estrés y la falta de competencia el 42,4% de los casos. De hecho, sólo el 15,2% de los presos utilizaba estrategias de afrontamiento adecuadas, y el 84,8% tenía una afrontación insuficiente con el estrés ¹³.

Varios estudios internacionales que proporcionan información crucial sobre las técnicas de gestión del estrés de los estudiantes de enfermería.

Teixeira C, Donato E, Pereira S, Reisdorfer E y Cardoso L, 2016, en España, se realizó un estudio transversal. Con un tamaño de muestra de 310 enfermeras técnicas y asistentes, la investigación sobre el estrés laboral y los mecanismos de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria reveló que el 48,15% de los encuestados experimentó estrés laboral. Las estrategias de afrontamiento más empleadas fue la búsqueda

de prácticas religiosas con 45.07% y la búsqueda de apoyo social representado por el 39.12%¹⁴.

Domínguez C, Devos E, De Almeida L, Tomas S, Beletti A y Lerch V, 2015 en Brasil, con el objetivo de identificar las estrategias los mecanismos de afrontamiento de los estudiantes incluyen enfermería, de tipo descriptivo de corte transversal, teniendo como muestra 146 estudiantes de enfermería. Se encontró que los estudiantes de enfermería que estaban satisfechos con el tema utilizaban mecanismos de afrontamiento constructivos que se centraban en encontrar una solución, mientras que los dispuestos empleaban mecanismos destructivos que se dirigían a la emoción¹⁵.

Montalvo A. 2015, en Colombia, se realizó un estudio descriptivo sobre cómo los estudiantes del departamento de salud de una universidad pública de Cartagena, Colombia, se enfrentaron al estrés académico. Había 266 estudiantes femeninas que formaban la muestra. El 66,2% de los estudiantes, las que fue de menos de 20 años y sigue viviendo con sus familias; el 63,6% procedía de los grupos socioeconómicos dos y tres; el 84,3% de los que no trabajaban satisfacía sus necesidades diarias con menos de cuatro dólares. El 88,7% de los estudiantes declararon sentirse agotados, y los estudiantes de química médica y farmacéutica informaron de los síntomas más graves, como la fatiga permanente, la ansiedad y el malestar (35,2%), así como los cambios en la dieta (32.5%). El 50,8% de los encuestados dijo que estarían dispuestos a utilizar la religión como mecanismo de afrontamiento¹⁶.

Jerez M y Oyarzo C, 2015, en Chile, se realizó un estudio con 126 internos de enfermería como población de muestra para identificar los mecanismos de estrés, los desencadenantes y los mecanismos de afrontamiento, el estudio fue de tipo descriptivo de corte transversal. Según los resultados, el 98,4% de los encuestados afirmaron haber experimentado estrés, con las mujeres declarando el 96,24% de su estrés y los hombres el 88,57%. La estrategia fue mejorar la situación que te preocupa fue el mecanismo de afrontamiento más utilizado (89,8%), mientras que la religión fue la menos popular (36,9%)¹⁷.

Pérez M y Rodríguez N, 2015, en Costa Rica, realizó una investigación sobre Técnicas cognitivas: un curso para los paramédicos de la Cruz Roja. Tipo de estudio descriptivo; cuantitativo de corte trasversal, la población estuvo conformada por 60 paramédicos, en la cual se obtuvo resultados el 45% tiene una afrontación insuficiente, seguida del 30% que muestra una afrontación típica, y luego el 25% que muestra una afrontación adecuada¹⁸.

Callista Roy elaboró un modelo que sirve para conllevar el estrés debido que en la actualidad el modelo de adopción en las cual nos habla nos sirve para enfrentar y contrarrestar el estrés. Así mismo refiere que el proceso de afrontamiento de una persona se da por los cambios innatos o que adquieren en el transcurso de vida la cual permite que la persona pueda actuar ante los cambios que se pueda producir en su entorno, mediante los mecanismos innatos que son aquellos determinados genéticamente, como también pueden verse como procesos automáticos. Por otra parte, los mecanismos adquiridos se crean por el método de aprendizaje. En la cual puede estar compuesta por experiencias vividas que ayudan a presentar reacciones habituales ante un estímulo ¹⁹.

De igual manera los patrones adquiridos están compuestas por lo cognitivo y la relación con la conciencia debido al procesamiento de la información puede interactuar y a la vez les otorga un significado a los estímulos ambientales ya sean internas o externas. Por lo cual estos dos subsistemas hacen que el individuo pueda interpretar de una forma particular debido a que los estímulos generan una manera de afronta la situación y buscar estrategias que pueden ser inefectivas o adaptativas que se manifiestan en los modos de adaptación ¹⁸. Estas estrategias son acciones para la restauración de la armonía en las interacciones de una persona con su entorno, el afrontamiento sería el proceso que el individuo pueda manejarlo, la discordancia entre los requisitos de como ves la situación en el trabajo que pueda ayudar al individuo a alterar la percepción de la circunstancia, aceptar resignación, escape y evitarla ²⁰.

Las estrategias de afrontamiento brindan ayuda en las circunstancias de cuidado, la manera, el modo del cual organiza el tiempo, conjunto de ayuda social, para elevar su nivel de vida. Cuando esta relación se repita el uso de mecanismos de afrontamiento activas que dan buenos resultados, aumentará, en el individuo la sensación de sentirse efectivo en su tarea y la percepción de autoeficacia ²¹.

En la cual también dada que la adaptación es un regulador de la perturbación emocional, que los autores mencionan como un factor en la regulación de las situaciones de estrés y sus síntomas; negativamente, podría ser perjudicial para su salud al aumentar el riesgo de mortalidad y morbilidad laborales relacionadas con la enfermedad.

Lazarus y Folkman en 1984 mencionan que los esfuerzos ya sean conductuales o cognitivos sirven para manejar exigencias internas o externas que se den en el individuo. Empezando con esta definición podemos apreciar que distinguimos el afrontamiento de la prevención,

diciendo que con el primero actuamos sobre el problema existente y las emociones asociadas a él. Para reducir o erradicar las consecuencias negativas. Hay ya un problema que excede nuestros recursos y el que nos obliga a trabajar desde la mente y de la conducta para corregirlo o solucionarlo ²².

En la misma línea Contreras O, Chávez M y Aragón L, Referimos al hecho de que los mecanismos de afrontamiento son importantes frente a experiencias estresante, sirviendo como recurso personal y social a través de la elección de una persona para manejar la circunstancia ²³.

Según Lazarus & Folkman, dividen las estrategias de afrontamiento en dos grupos, las cuales son:

Estrategias centradas en el problema; se hace frente a las situaciones para buscar las soluciones al problema, como también al manejo de las demandas internas, son una amenaza y a la vez descompensan las interacciones entre un individuo y su entorno medio a la aceptación de nuevas formas que contrarrestan el efecto a las condiciones ambientales del individuo.

Estrategia centrada en la emoción; se busca la organización de las emociones negativas por la situación estresante como a la vez puede evitar las situaciones estresantes que puede tener la persona la cual puede reevaluarse cognitivamente o poniendo énfasis en los aspectos positivista de uno mismo o del entorno.

Con esta clasificación parece como si se obviase todos los procesos mentales que entran en el juego cuando evaluamos a una situación como estresante: pensamiento negativos y catastróficos, dificultad para concentrarse, para memorizar, etc. Además, la emoción es demasiado importante como para olvidarnos ²⁴.

Mikulic y Crespi enfatiza la importancia del afrontamiento ante el estrés debido que cumplen un rol importante en el momento de mejorar las situaciones negativas ya que perjudican significativamente la salud de las personas, debido a ello, el afrontamiento resulta una herramienta sumamente importante para conocer los elementos involucrados en los momentos de situaciones estresantes y algunos síntomas que se presenta ya sea psicomaticas o mentales. ²⁵.

Por lo tanto, un área trascendental de la salud mental es precisamente un enfoque teórico para hacer frente a los métodos y técnicas de afrontamiento en relación al estrés interpersonal, ya que, como lo mencionan Felipe y León en el año 2010, la cual implica en el proceso de adaptación efectiva al entorno y contar con el apoyo teórico suficiente para diseñar intervenciones terapéuticas basadas en el modelo del constructo ²⁶.

Según Ticona, en su investigación realizado refiere que los estudiantes universitarios, mayormente que estudian las circunstancias estresantes que rodean las ciencias médicas hacen que sea necesario evidenciar los niveles del estrés que están sometidos los estudiantes. Sobre todo, los diferentes eventos ocurridos dentro del ámbito académico en la cual los estudiantes se evalúan los estresores más frecuentes que es la sobrecarga de trabajos, la sevaluaciones académicas, no poder comprender algunas clases que se brindan, la participación en las clases o el tiempo insuficiente que se les brinda al alumno para responder una pregunta ²⁷.

Según la Academia Royal Española, el estrés es una presión que se produce por momentos de angustia, complejo que conduce a cambios psicológicos, a veces graves, y que son así la respuesta natural de un organismo. El estudiante se encuentra en un entorno de trabajo estresante debido al entorno laboral rápido o a las situaciones complejas que suelen no ser resueltas, lo que da lugar a una sobrecarga de trabajo y, como resultado, a cambios físicos y psicológicos que tienen un impacto en su desarrollo profesional ²⁸.

La realización de las prácticas preprofesionales de los estudiantes de salud es fundamental para su desarrollo y formación en la carrera, pero ello conlleva a la alteración de su bienestar físico, económico y mental. Debido al horario de ingreso y salida, la mala alimentación, falta de dinero, la demanda de pacientes y los diagnósticos que acompañan a cada paciente sensibiliza la personalidad del estudiante generando empatía y sufrimiento, sobre todo cuando se trata de pacientes pediátricos. La impotencia de no poder hacer nada para disminuir su dolor es muy deprimente, y ello genera estrés en el estudiante ²⁹.

En la investigación podemos observar diferentes tipos de estrés entre ellas están las que son según sus efectos la cual se divide en:

Estrés positivo: La mayoría de las personas enrarecen al escuchar esta expresión, pues nunca habían pensado que existieran un estrés que se pudiera considerar positivo, pero si es así. Ya que este tipo de estrés nos ayuda a afrontar determinadas situaciones debido que nos favorece

la creatividad y la concentración a la vez nos hace sentir más seguros y confiados para poder hacer cualquier cosa que se propongan.

Estrés negativo: es el estrés desagradable ya que va acompañado de malestares y fatiga por lo tanto cumple una función desadaptativa, Y la ves esto lleva a poner en riesgo nuestra salud no solo física si no también emocionalmente, ya que puede producir ansiedad, tristeza, irritabilidad entre otros ³⁰.

Como también encontramos el estrés que se clasifica según su duración y esto lo divide en dos que son:

Estrés agudo: este tipo es el más frecuente ya que produce principalmente la reacción de la exigencia, como también la vez es de una corta duración y fácil de manejarlo, la cual suele manifestarse con cansancio entre otras manifestaciones.

Estrés crónico: esto lo padece más las personas que llevan una vida desordenada y a la vez suelen ser muy nerviosas, irritables y que tienen ansiedad continuamente. De igual forma este estrés es el pesimismo constante que lo transforma en negatividad la cual afecta mucho a la salud ya que puede sufrir de problemas cardiacos, presión arterial alta, cefaleas intensas y dolores tensionales ³¹.

Con todo lo plateado podemos hacer la siguiente interrogante:

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento ante el estrés de los internos de enfermería de un Hospital del Callao – Perú 2020?

Hoy en día, se cree que el estrés es la principal causa de patologías físicas y alteraciones mentales. La forma en que cada persona se adapta a ella determina cómo se lidiará con ella y, en última instancia, si desarrollará patologías provocadas por el estrés.

El hecho de que este estudio tiene como objetivo los internos de enfermería ya que entran en un proceso de formación, donde las obligaciones académicas y profesionales que producen estrés se agotan. De este modo, será posible identificar los diferentes tipos de estrategias que se utilizan, y a partir de los resultados, será posible darles sistemas de apoyo para lidiar con estas situaciones y también prevenir el inicio de las enfermedades ocupacionales. Como el paciente debe estar en buena salud física y mental para ser un profesional cualificado, eficiente y compasivo con la capacidad de prestar una atención de primer nivel.

Los resultados pueden utilizarse para introducir en el plan de estudios un tema de salud mental que se centre en el uso de mecanismos de afrontamiento para gestionar situaciones estresantes, dado que el inmigrante sufre altos niveles de estrés durante su tiempo en la escuela de internado, que puede tener un impacto negativo en su salud, y porque carecen de los recursos para manejar el estrés asociado a la planificación y resolución de problemas complejos o imprevistos, la rotación, la presión laboral, el sufrimiento del paciente y la sobrecarga laboral y académica, es desventajoso para el inmigrante.

Como el interno puede expresar cómo se siente y cómo se enfrenta al estrés por sí mismo, la investigación también se centra en utilizar esto como una base para futuras investigaciones, las universidades también se preocupan por mejorar los mecanismos de afrontamiento en los estudiantes de enfermería y otros profesionales, ayudándoles a desarrollar y emplear mecanismos de afrontamiento constructivos, prevención o reducción del estrés y, como resultado, ausencia del trabajo, abandono de los estudios, depresión, perturbaciones alimentarias y malas relaciones familiares.

Objetivo General:

Determinar las estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de un Hospital del Callao - Perú 2020

Objetivos Específicos:

Identificar las características sociodemográficas de los internos de enfermería de un Hospital.

Identificar las estrategias de afrontamiento ante el estrés según la dimensión centrada en la solución de problemas de los internos de enfermería.

Identificar las estrategias de afrontamiento ante el estrés según dimensión centrada en la emoción de los internos de enfermería.

III. MÉTODO

3.1. Diseño de Investigación

La investigación actual es de tipo no experimental dado que no cambia las variables deliberadamente.

De enfoque cuantitativo porque los datos recolectados se expresarán en medición numérica y estadística.

De método descriptivo, pues detalla todas las características de la variable y sus dimensiones como son: centrada a la solución de problema y centrada en la emoción, frente a las formas en que los estudiantes de enfermería se enfrentan al estrés.

De corte transversal ya que permite presentar los hallazgos tal y como se dará en un tiempo determinado y cuya extensión a desarrollar será en el ambiente natural de la Universidad.

3.2. Variable y Operacionalización

Estrategias de afrontamiento ante el estrés en los internos de enfermería

3.3 Población y muestra

Población

La población está compuesta por 36 estudiantes de enfermería debido que es la cantidad que acuden durante el semestre las diversas universidades privadas y públicas que mantenían sus escuelas de internado en diversos servicios del Hospital Nacional del Callao – Perú 2020.

Criterio de inclusión

Estudiantes de enfermería masculinos y femeninos mayores de 18 años.

Internos de enfermería que han completado al menos un 1 de formación clínica en Hospital Nacional del Callao.

Criterio de exclusión

Internos de enfermería que realizan el internado por segunda vez.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

Técnica.

El método empleado fue una encuesta, y la herramienta es un cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE) la cual fue elaborado y modificada por Bonifacio Sandín y Paloma Chorot en el año 2002 en España en esta herramienta explica el modo de pensar y actuar frente a situaciones estresantes dicho instrumento se puede aplicarse de manera individual o grupal. Esto está dividido en 2 dimensiones y 7 subtemas las cuales son: La resolución de problemas, la autoevaluación positiva, la búsqueda de apoyo social y la expresión emocional abierta son prioridades, auto focalización negativa y religión la cual tendrá una puntuación de 0 a 3.

Validez del cuestionario de estrategias de afrontamiento.

El instrumento obtuvo la validez en el Perú por Sotomayor Pérez. a través del juicio de 3 expertos con experiencia en salud mental, en la cual tomo en cuenta las observaciones. Y logro obtener la concordancia del 100%. De igual manera la significancia de cada ítem fue de menor 0.05 en la distribución binomial.

Confiabilidad del cuestionario de estrategias de afrontamiento.

Para poder obtener la consistencia se desarrolló una prueba piloto, lo cual se pudo aplicar a 10 estudiantes de la carrera de enfermería que están en el internado en un Hospital del callao ya que culminan en el mes de diciembre. Con la confiabilidad por el Alfa de Crombach fue de 0.74

Confiabilidad del cuestionario	
Alfa de Cronbach	Nro. de elementos
0.74	42

3.5. Métodos de análisis de datos

Luego de aplicar la herramienta se utilizó entonces para analizar las respuestas estadísticamente obtenidas mediante utilizando el SPSS. Los datos obtenidos se presentan a través de cuadros de frecuencia.

3.6. Aspectos éticos

En todo momento se observaron los principios bioéticos:

Autonomía: Este principio hace referencia a la capacidad de decidir por ellos mismos, Por lo tanto, para completar la presente investigación a los participantes se le entrego un consentimiento informado para dar a conocer la información detallada y a la vez el participante rellene y firme.

No maleficencia: Este principio se refiere a cualquier forma de daño, ya sea psicológico, social o físico por ello que debe tener en cuenta el bienestar el interno de enfermería que accedieron a ser parte de esta investigación en la cual los datos brindados no serán usados de manera en que afecten o comprometa al interno

Beneficencia. Esta idea crea referencia a la alusión de la constante búsqueda de mejorarlo en la investigación se proporcionará un manual de información para optimizar las estrategias de afrontamiento en los internos.

Justicia: Hace referencia el trato de todas las personas de forma justa e igual por ello durante la encuesta los internos fueron tratados independientemente de su género raza o cultura.

IV. RESULTADOS

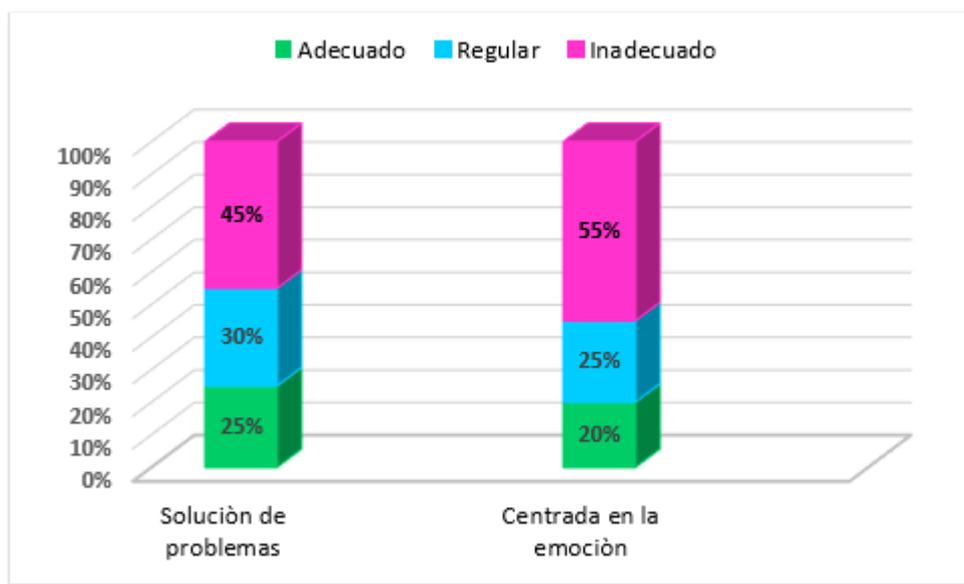


Figura 1. Según la dimensión centrada en la gestión de los problemas y en la emoción de los internos de enfermería.

En este gráfico se observa que el 45% (17) tiene afrontamiento insuficiente, entonces con el 30% (11) que tienen afrontamiento Regular, y el 25% (8) tiene afrontamiento adecuado en términos de la capacidad de resolver problemas. Asimismo, un 55% (20) tiene afrontamiento inadecuado, seguido por 25% (9) tiene afrontamiento regular y por último el 20% (7) tienen afrontamiento adecuado en cuanto a la dimensión del enfoque emocional.

DATOS			
DEMOGRAFICOS	CLASIFICACION	N:36	100%
EDAD	20 – 25	21	58%
	26 – 29	7	19%
	30 – 33	6	17%
	34 – 41	2	6%
SEXO	Femenino	26	72%
	Masculino	10	28%
TRABAJA	Si	19	53%
	No	17	47%

Figura 2: Los perfiles sociodemográficos de los estudiantes de enfermería de un Hospital Nacional.

En la tabla se observa que las edades predominantes son 20-25 con un 58% (21), como también de las edades de 26-29 con un 19% (7), le sigue las edades de 30-33 con un 17% (6) y por ultimo las edades de 34-41 con un 6% (2). En el caso de que sexo es el que predomina es el del sexo femenino con un 72% (26), el sexo masculino con 28% (10). Con respecto al trabajo el 53% (19) de los internos dijeron si y el 47% (17) dijo que no.

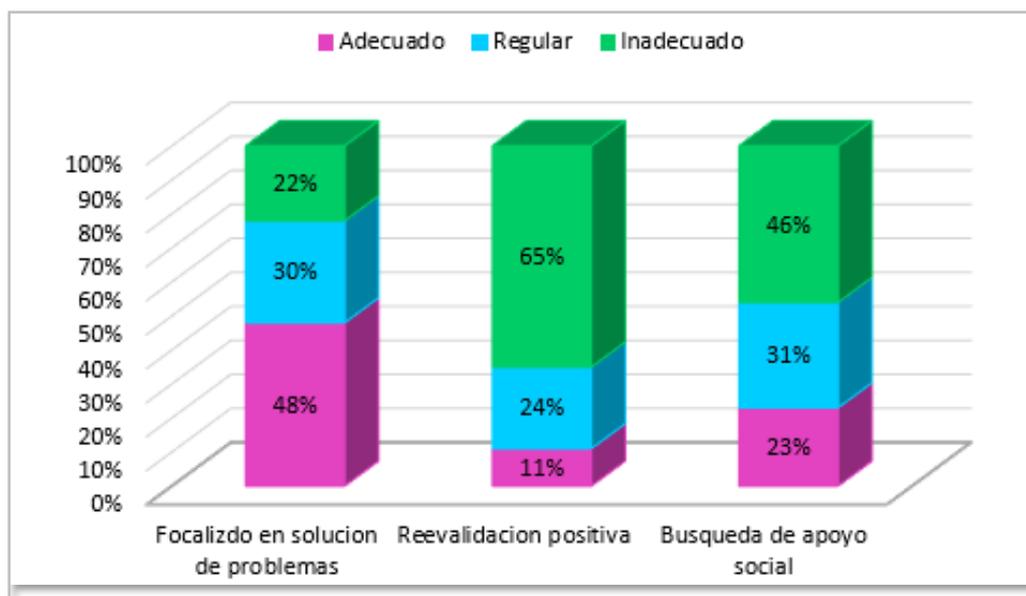


Figura 3. Según la dimensión centrada en la solución de problemas en los internos de enfermería

En este gráfico se observa que la focalización en solución de problemas el 48% (17) utiliza adecuadamente, el 30% (11) utilizan regular y el 22% (8) utilizan inadecuada, con referente a la reevaluación positiva el 11% (4) utiliza adecuada, el 24% (8) utilizan regular y el 65% (24) utilizan inadecuada, por último, la búsqueda de apoyo con un 23% (8) utilizan adecuada, el 31% (11) utilizan regular y por último el 46% (17) utilizan inadecuada.

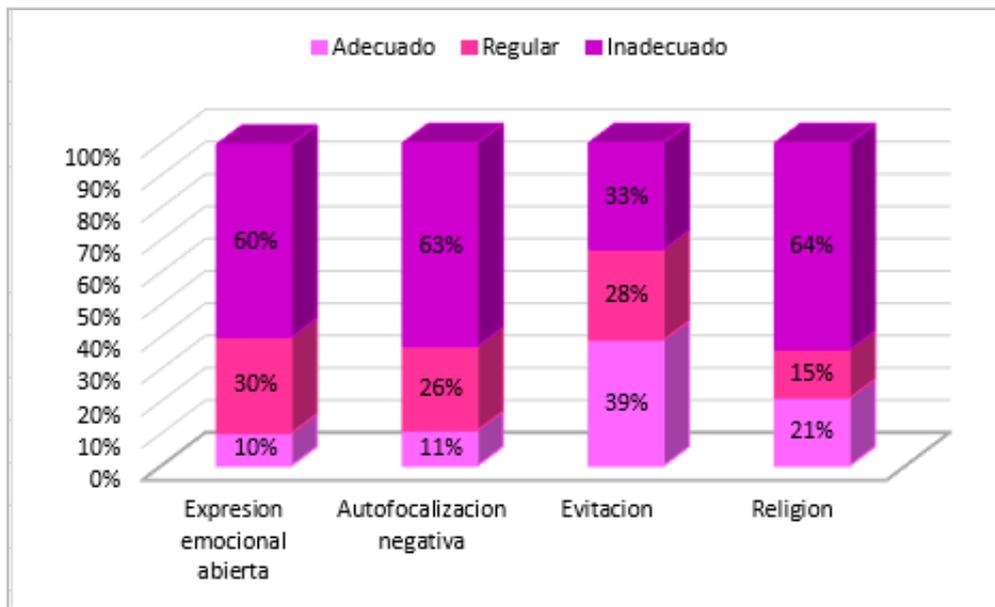


Figura 4. De acuerdo con la dimensión centrada en las emociones de los internos de enfermería.

En este gráfico se observa en la expresión emocional abierta que el 10% (4) utilizan adecuada, el 30% (11) utilizan regular y el 60% (21) utilizan adecuada. Referente a la autofocalización negativa el 11% (4) utilizan adecuada, el 26% (9) utilizan regular y el 63% (23) utilizan adecuada. En caso en evitación el 39% (14) utilizan adecuada, el 28% (10) utilizan regular y el 33% (12) utilizan inadecuada y por último el 21% (8) utilizan adecuada, el 15% (5) utilizan regular y el 64% (23) utilizan inadecuada.

V. DISCUSIÓN

El interno de enfermería está en su último año de la carrera universitaria esta lito para realizar procedimientos adquiridos en años anteriores, y también la fase más importante como interno de enfermería, en la que se hace hincapié no solo en el área de hospitalario y en lo comunitario, pero también que se agregan las tereas universitarias que no son ajenas a los estudiantes, razón por la cual los internos tienen que usar estrategias de afrontamiento apropiadas para reducir y/o contrarrestar los efectos colaterales que los colaterales pueden ser trascendental para una personal.

El presente trabajo tuvo generalmente hablando determinar las estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de un Hospital del Callao - Perú 2020 teniendo como resultado los mecanismos de afrontamiento centrada en la solución de problemas en la cual inadecuado un porcentaje de 45% (17), seguido con un 30% (11) de afrontamiento regular y el 25% (8) adecuado y como también en la estrategia centrada en la emoción con un porcentaje de 55% (20) inadecuada , seguido por el 25% (9) afrontamiento regular y el 20% (7) adecuada en la cual se puede decir que tiene semejanza al estudio realizado por Valle I, y Villar J¹³, de igual manera que Pérez M y Rodríguez N¹⁸, dado que las personas enfrentan tres etapas de adaptación la primera llamada reacción de alarma donde el cuerpo de repente recibe fuentes de presión y signos de estrés tales como sudoración, diuresis, entre otro en la fase de resistencia es donde se produce la adaptación de la persona en consecuencia la mejora o desesperación del factor estresante, es donde se debe utilizar las estrategias de afrontamiento y si estas con adecuadas no llegan a un cansancio donde el organismo pierde el sentido de la situación llevando a posteriormente a que la persona tenga enfermedades . A diferencia con los resultados obtenidos por Chuquiya P¹², debido a que no tienen semejanza a los resultados obtenidos dado que su población estaba compuesta por 46 estudiantes.

Calixta Roy explica que las personas tienen la capacidad de recuperarse de cualquier situación. En este contexto, los internos de enfermería son capaces de lidiar con estrés cuando pueden emplear estrategias apropiadas, porque es crucial para el interno en el internado ya que se enfrentan a cada situación que se encuentre con el paciente y tener el autocontrol con respecto a los docentes y relacionarse con sus compañeros ³⁴.

Respecto a los mecanismos de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de un Hospital del Callao según la dimensión sociodemográfica, se obtuvo como resultados que la edad predominante en los internos de enfermería es de 23-25 años 58% (21), asimismo las mujeres obtuvieron el 72% (26), además la mayoría de encuestados trabajan con un 53% (19) donde se puede decir que se asemeja al estudio realizado por Jerez M y Oyarzo C¹⁷. Estos datos demuestran que el campo de la enfermería es compuesto básicamente por mujeres la cual ermite que el sexo femenino gane un lugar en la sociedad y en el ámbito aboral con un mejor acceso a las oportunidades y para mejorar su posición social y económica.

Referente a las técnicas de gestión del estrés utilizadas por los estudiantes de enfermería del Hospital del Callao según la dimensión centrada solución de problemas en las estrategias que utilizan es la focalización en solución problemas el 48% (17) afrontamiento adecuadamente, el 30% (11) afrontamiento regular y el 22% (8) afrontamiento inadecuada, con referente a la reevaluación positiva el 11% (4) afrontamiento adecuada, el 24% (8) afrontamiento regular y el 65% (24) afrontamiento inadecuada, por último la búsqueda de apoyo con un 23% (8) afrontamiento adecuada, el 31% (11) afrontamiento regular y por último el 46% (17) afrontamiento inadecuada., en la cual se podría decir que se asemeja al estudio de Matamoros R, y Paquiyauri C¹¹, de la misma manera en la investigación de Domínguez C, et al, 2015 en Brasil, la cual encontró que los estudiantes de enfermería que estaban satisfechos con el tema utilizaban estrategias de afrontamiento positivas que se centraban en el problema, mientras que los estudiantes insatisfechos utilizaban estrategias negativas que se centraban en las emociones ¹⁵. Así mismo el afrontamiento ante el estrés no solo es un esfuerzo conductual si también cognitivo la cual causan síntomas o signos psicológicos y físicos como es repuesta como señala Bonifacio y Sandin Charot.

Al hablar de la dimensión solución de problemas, podemos interpretar que los internos de enfermería tienen un enfoque cognitivo para situaciones estresantes analizando el problema y si es necesario, buscar el apoyo de un miembro de la familia, amigo e incluso pidiendo ayuda a quienes dominan el tema, comparando situaciones anteriores con las actuales desarrollando así mejores enfoques y por lo tanto fortalecen su autoestima y el empoderamiento cuando están adelante en el lugar de trabajo, los internos de enfermería analizan las situaciones para luego puedan considerar manejable y consideren soluciones, siendo la más adecuadas por lo tanto utilizan la técnica de solución se problemas.

De acuerdo a los mecanismos de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de un Hospital del Callao de acuerdo con la dimensión de la emoción centrada en las estrategias que utilizan es la expresión emocional abierta que el 10% (4) utilizan adecuada, el 30% (11) utilizan regular y el 60% (21) utilizan adecuada. Referente a la autofocalización negativa el 11% (4) utilizan adecuada, el 26% (9) utilizan regular y el 63% (23) utilizan adecuada. En caso en evitación el 39% (14) utilizan adecuada, el 28% (10) utilizan regular y el 33% (12) utilizan inadecuada y por último el 21% (8) utilizan adecuada, el 15% (5) utilizan regular y el 64% (23) utilizan inadecuada, es posible inferir que es comparable con el estudio de Teixeira C, Donato E, Pereira S, Reisdorfer E y Cardoso L,¹⁴ Las estrategias de afrontamiento basadas en la importancia que otorgan a cada situación, en este caso, es el importante para su desarrollo profesional y laboral. Los internos de enfermería buscarán formas de resolver una serie de problemas como lo menciona Scarfarelli y García ³⁸. Se podría decir que el interno, a pesar de tener sus propias creencias, seleccionará diferentes tácticas en función de sus estándares o de su entorno. El uso de la estrategia también no es la norma entre los estudiantes de enfermería.

En la dimensión centrada en la emoción se podría decir que los internos de enfermería se da en el ámbito de la religión ya sea que ya sean en acudir a la iglesia, rezar, es importante en el futuro profesional de la salud que no esté ajeno a la religiosidad porque siempre existirán situaciones donde el poder del espíritu o de la fe sea mucho más fuerte para algunos pacientes dado de que es posible hablar con los internos que podrían siempre encomendar a dios antes de entrar a un servicio o simplemente el hecho de rezar antes e ingresar al trabajo es de una gran importancia y una manera de aliviar el estrés.

VI. CONCLUSIONES

Primera: Se concluye que la estrategia solución de problemas y centrada de la emoción la mayoría de los internos de enfermería lo utilizan inadecuadamente como también el sexo femenino es el que predomina en esta investigación y que los adultos jóvenes son los que predominan.

Segunda: Con respecto a la dimensión centrada soluciones a los problemas presento la mayoría de los internos utilizaron adecuadamente la estrategia focalizada en solución de problemas como también la estrategia busca ayuda social lo utilizaron regularmente y por último utilizaron inadecuadamente en la estrategia en la reevaluación positiva.

Tercera: Así mismo en la dimensión centrada en la emoción presento que la mayoría de los internos utilizaron inadecuadamente técnicas negativas para el enfoque en uno mismo y la religión como también la estrategia expresión emocional abierta lo utilizaron regularmente y al final la estrategia la evitación utilizaron adecuadamente.

VII. RECOMENDACIONES

Primera: Que las universidades implementen el estudiante de enfermería debe asistir a un taller sobre los mecanismos de afrontamiento al estrés para aprender cómo lidiar con situaciones estresante y prevenir efectos futuros en su salud física y mental.

Segunda: Realizar estudios similares en los hospitales para la puesta en marcha de planes destinados a los internos de enfermería para que puedan utilizar las estrategias de afrontamiento al estrés adecuadamente.

Tercera: Se recomienda tener en cuenta las técnicas de reducción del estrés en el interno, ya que este será un gran cambio de rutina, y posteriormente formará parte de su vida laboral, por lo que se debe realizar una inducción antes del inicio de sus labores.

VIII. BLIOGRÁFIAS

1. Herrera L., Rivera M. Prevalencia de malestar psicológico en estudiantes de enfermería relacionada con factores sociodemográficos, académicos y familiares. ISSN 0717-2079 [Revista virtual] [Fecha de acceso 11 de Agosto del 2019] Disponible en: http://www.scielo.cl/pdf/cienf/v17n2/art_07.pdf
2. Estrés laboral es una carga para los individuos, los trabajadores y las sociedades. Washington.D.C, OPS [Revista virtual] [fecha de acceso 29 de Agosto del 2019] Disponible en:
https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11973:workplace-stress-takes-a-toll-on-individuals-employers-and-societies&Itemid=135&lang=es
3. Belito D., Fernandez V., Sanchez S., Farro G., Estrategias de afrontamiento utilizadas por los pacientes con tuberculosis de un centro de salud. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2015. Disponible en: <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/1088>
4. Cabanch R, sauto A, Franco V. Escala de estresores académicos para la evaluación de los estresores académicos en los estudiantes universitarios. Revista Iberoamericana de psicología y salud. 2017; 7: 41-50 [Revista virtual] [Fecha de acceso 10 de Septiembre del 2019]. Disponible en:
<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-iberoamericana-psicologia-salud-152-articulo-escala-estresores-academicos-evaluacion-estresores-S2171206916300138>
5. López González Javier, Posadas Tello MH, Gutiérrez Serrano Universidad Veracruzana, Sarmiento Vega M, Salvador E. Estrés y estilos de afrontamiento de las enfermeras de un hospital en Veracruz. Rev Iberoamericana de las Ciencias de la Salud. RICS. 6 (12) 2017. ISSN:2395-8057. [Revista virtual] [Fecha de acceso 10 de Septiembre del 2019]. Disponible en:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6152140>

6. Diaz A, Boca R, Uceda J y Yaringaño L. Afrontamiento ante el estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo, Perú. Revista IIPSI facultad de psicología, 2016; 2: 123-143 [Revista virtual] [Fecha de acceso el 22 de Septiembre del 2019] Disponible en:
<file:///C:/Users/lenovo/Downloads/DialnetAfrontamientoDelEstrésYBienestarPsicologicoEnEstud-6112760.pdf>
7. Pinto J. Factores estrés que afectan al rendimiento escolar, Perú. Revista IIPSI facultad de psicología, 2018; 2: 100-123 [Revista virtual] [Fecha de acceso el 22 de septiembre del 2019] Disponible en:
<file:///C:/Users/lenovo/Downloads/Dialnetfactores-estres-rendimiento-escolar/factores-estres-rendimiento-escolar-shtml>
8. Bonfill E, Lleixa M, Sáez F y Romaguera S. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. España, Index de enfermería .2010;19 (4): [Revista virtual] [Fecha de acceso 25 Setiembre 2019. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010
9. Halgravez L, Salinas J, Martínez G y Rodríguez L. Percepción de estrés en universitarios, su impacto en el desempeño académico, afrontamiento y apoyo familiar. Mexico. Revista Mexicana de Estomatología. 2016; 3(2) [Revista virtual] [Fecha de acceso el 17 de Agosto del 2019]. Disponible en:
<https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/70/115>
10. De la Iglesia G, Castro A, Fernández M. Perfiles de afrontamiento del estrés en adolescentes: su relación con la psicopatología. Revista de Psicología. 2018; 14(27): 77-92. [Revista virtual]. [Fecha de acceso 26 de Julio de 2019] Disponible en:
<http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=3ce0d2d4-a248-40ec-8b44-e6f3b39b6a56%40sdc-v-sessmgr03>

11. Matamoros R. y Paquiya C. Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de la facultad de enfermería. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica, 2016. Disponible en: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1085>
12. CHuquija Y. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas. [Tesis para optar el título de Licenciada en enfermería]. Juliaca: Universidad Alas Peruanas, 2015. Disponible en: <http://repositorio.uap.edu.pe/handle/uap/2414>
13. Valle I. y Villar J. Factores estresores y afrontamiento del estrés en el Interno de Enfermería de la Universidad Nacional de la Santa. [Tesis para optar el título de Licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Nacional del Santa; 2015. Disponible en: <http://repositorio.uns.edu.pe/handle/UNS/1894>
14. Teixeira C., Donato E., Pereira S., Cardoso L. y Reisdorfer E. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento entre los profesionales de enfermería hospitalaria. Enfermería Global.2016. 15(4): 299-309 [Revista virtual] [Fecha de acceso 05 de Octubre del 2019]. Disponible en: <http://revistas.um.es/eglobal/article/view/228761/198201>
15. Domínguez C, Devos E, De Almeida L, Tomas S, Beletti A y Lerch V. Estrategias de afrontamiento de los estudiantes de enfermería estudiante del estrés universitario. Revista brasileira de enfermagem REBEN. 2015.52 68 (5):8 [Revista virtual] [Fecha de acceso 26 de Agosto del 2019]. Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v68n5/0034-7167-reben-68-05-0783.pdf>
16. Montalvo A. Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad pública, Cartagena. Revista Ciencias Biomédicas, 2015; 4 (1): 5-9[Revista virtual] [Fecha de acceso 26 de Agosto del 2019]. Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)

17. Jerez M. y Oyarzo C. Estrés, factores estresantes y estrategias de afrontamiento en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno, Revista Chilena de neuro-psiquiatría, 2015;]. 4 (3): 8 [Revista virtual] [Fecha de acceso el 26 de agosto del 2019]. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002
18. Soria A. y González S. Evaluación del estrés en los estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas: estudio descriptivo [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería] Barcelona: escuela superior de ciencias de la salud, 2017. Disponible en: <https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/32783/Soria%20Urrutia%20Alba%2C%20Gonzalez%20Dominguez%20Sandra-%20Evaluaci%C3%B3n%20del%20estr%C3%A9s%20en%20los%20estudiantes%20de%20enfermer%C3%ADa%20durante%20las%20pr%C3%A1cticas%20cl%C3%ADnicas.pdf?s>
19. Sotomayor G. Estrategias de afrontamiento de estudiantes de enfermería ante el estrés en las prácticas clínicas en una Universidad Privada Lima-2018. [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2018. Disponible en: <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/18070?locale-attribute=es>
20. Elena HM, Sandra CR, Guadalupe LS. Estrategias de afrontamiento ante el estrés laboral en enfermeras. Rev. Enferm inst Mex Soc, 2016; 2(6):162. [Revista virtual]. [Fecha de acceso el 28 de octubre del 2019]; Disponibilidad en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim2007/eim073h.pdf>
21. María PM, Nazareth RCH. Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la cruz roja. Rev. Costarricense de psicología; 2011; 5(17):21. [Revista virtual]. [Fecha de acceso el 28 de octubre del 2019] Disponible en: [file:///C:/Users/Daniel/Downloads/DialnetEstrategiasDeAfrontamiento-4836523%20\(9\).pdf](file:///C:/Users/Daniel/Downloads/DialnetEstrategiasDeAfrontamiento-4836523%20(9).pdf)

22. Morales B, Moysén A. Afrontamiento del estrés en adolescentes estudiantes de nivel medio superior. RIDU. 2015; 9(1). [Revista virtual]. [Fecha de acceso 22 de octubre de 2019] Disponible en: <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/380>
23. Zupiria X, Uranga M, Alberdi M, Barandiaran M. Kezkak: Cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. Departamento Enfermería II. Escuela Universitaria de Enfermería de Donostia-San Sebastián. Universidad del País Vasco. San Sebastián. España.2002; 17(1): 37-51). [Revista virtual]. [Fecha de acceso 25 de octubre de 2019]. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/gsv17n1/orig5.pdf>
24. Machado A, Nivel de estrés de los estudiantes de enfermería del 3ro al 8vo ciclo en las practicas hospitalarias y sus estrategias de afrontamiento universidad privada San Juan Bautista Chorrillos-Lima. Peru. [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería] Lima, Universidad San Juan Bautista; disponible en: <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/2190/TTPLEANANA%20MARIANA%20MACHADO%20GOMEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
25. María PM, Nazareth RCH. Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la cruz roja. Rev.costarricense de psicología; 2011, 5(17):21[Revista virtual][Fecha de acceso el 15 de Abril del 2020]; disponibilidad en: [file:///C:/Users/Daniel/Downloads/DialnetEstrategiasDeAfrontamiento4836523%20\(9\).pdf](file:///C:/Users/Daniel/Downloads/DialnetEstrategiasDeAfrontamiento4836523%20(9).pdf)
26. Borda F. Estrés y estrategias de afrontamiento en prácticas clínicas en estudiantes de la facultad de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano; Puno. [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería] Puno. Universidad del Altiplano: 2016. Disponible en: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/unappuno/522/1/Borda_Pandia_Fuany_Rocio.pdf

27. Cabanch R, sauto A, Franco V. Escala de estresores académicos para la evaluación de los estresores académicos en los estudiantes universitarios. Revista Iberoamericana de psicología y salud. 2017; 7: 41-50. [Revista virtual][Fecha de acceso el 28 de Abril del 2020]; disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-iberoamericana-psicologia-salud-152-articulo-escala-estresores-academicos-evaluacion-estresores-S2171206916300138>
28. Contreras O, Chávez M y Aragón L. Pensamiento constructivo y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. Journal of Behavior, Health & Social Issues; 4 (1):16 [Revista virtual] [Fecha de acceso el 08 de Mayo del 2020]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/2822/282223591003/>
29. Chipana M. Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de un Hospital del Minsa de Chanchamayo, Lima [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería]. Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2016. Disponible en: <https://docplayer.es/77364442-Nivel-de-estres-laboral-y-estrategias-de-afrontamiento-en-enfermeras-de-un-hospital-del-minsa-de-chanchamayo-2016.html>
30. Choque E. Estrategias de afrontamiento y funcionamiento familiar en adolescentes de una institución educativa de Jesús María, Lima. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología]. Lima: Universidad Nacional Federico Villareal; 2018. Disponible en: <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2057/CHOQUE%20PARIONA%20EVELING%20ANDREA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
31. Zúñiga Y y Paravic T. El género en el desarrollo de la enfermería. Revista Cubana de enfermería. 2015. 1(1): 7 [Revista virtual] [Fecha de acceso el 15 de Mayo del 2020]. Disponible en: http://www.bvs.sld.cu/revistas/enf/vol25_1-2_09/enf091_209.htm

32. Lazarus R, Folkman S. Estrés, adaptación y afrontamiento. New York. Springer;1984; 28: 9-38. [Revista virtual] [Fecha de acceso el 17 de Mayo del 2020]. Disponible en: https://www.uma.es/Psicologia/docs/eudemon/analisis/estres_afrontamiento_y_adaptacion.pdf
33. Romero G, Flores E, Cárdenas P, Ostiguín R. Análisis de las bases teóricas del modelo de sistemas de Betty Neuman. ISSN. Revista enfermería Universitaria ENEO-UNAM, 2007; 4(1):44-48. [Revista virtual] [Fecha de acceso el 17 de Mayo del 2020]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358741821005>
34. Iñiguez J. y Llerena L. Valoración del proceso de afrontamiento y adaptación en las prácticas pre profesionales en Internos/as de Enfermería. Ecuador [Tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología]Ecuador: Universidad de Cuenca Facultad de Ciencias Médicas Escuela de Enfermería, 2015. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/23529>
35. Lazarus R, folkman S. estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales y participación social. International Journal of Clinical and Health Psychology México D.F.: trillas; 2003; 3 (1): 141- 157. [Revista virtual] [Fecha de acceso el 20 de Mayo del 2020]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf>
36. Vera M. La Teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y los moldes cognitivos. ULL. 2005. [Revista virtual]. [Fecha de acceso 20 de Mayo de 2019] Disponible en: <http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm>
37. Scarfarelli M, García Pérez. Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. Ciencias psicológicas. 2010;4(2):136[Revista virtual]. [Fecha de acceso 20 de Mayo de 2020]. Disponible en: www.scielo.edu.uy
38. American Psychological Association. Los distintos tipos de estrés. American psychological association Washington; 2018. [Revista virtual]. [Fecha de acceso 20 de Mayo de 2020]. Disponible en: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/tipos.aspx>

39. Iñiguez J. y Llerena L. Valoración del proceso de afrontamiento y adaptación en las prácticas pre profesionales en Internos/as de Enfermería [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería]. Ecuador: Universidad de Cuenca Facultad de Ciencias Médicas Escuela de Enfermería, 2015. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/23529>
40. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Indicadores de educación por departamento. 2017 [Revista virtual]. [Fecha de acceso 10 de Junio de 2020]; Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1529/libro.pdf

IX. ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTO DE LA CAE

Cuestionario de Afrontamiento del Estrés

Nombre..... Edad.....

Sexo.....

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?

1. Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente0 1 2 3 4
2. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal0 1 2 3 4
3. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema0 1 2 3 4
4. Descargué mi mal humor con los demás0 1 2 3 4
5. Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas0 1 2 3 4
6. Le conté a familiares o amigos cómo me sentía0 1 2 3 4
7. Asistí a la Iglesia0 1 2 3 4
8. Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados0 1 2 3 4
9. No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas0 1 2 3 4
10. Intenté sacar algo positivo del problema0 1 2 3 4
11. Insulté a ciertas personas0 1 2 3 4
12. Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema0 1 2 3 4
13. Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema0 1 2 3 4
14. Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)0 1 2 3 4
15. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo0 1 2 3 4

16. Comprendí que yo fui el principal causante del problema0 1 2 3 4
17. Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás0 1 2 3 4
18. Me comporté de forma hostil con los demás0 1 2 3 4
19. Salí al cine, a cenar, a “dar una vuelta”, etc., para olvidarme del problema0 1 2 3 4
20. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema0 1 2 3 4
21. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema0 1 2 3 4
22. Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema0 1 2 3 4
23. Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación0 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 personas0 1 2 3 4
26. Procuré no pensar en el problema0 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 situación0 1 2 3 4
29. Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas0 1 2 3 4
30. Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema0 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 gente0 1 2 3 4
33. Practiqué algún deporte para olvidarme del problema0 1 2 3 4
34. Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir0 1 2 3 4
35. Recé0 1 2 3 4
36. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema0 1 2 3 4
37. Me resigné a aceptar las cosas como eran0 1 2 3 4
38. Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor0 1 2 3 4
39. Luché y me desahogué expresando mis sentimientos0 1 2 3 4
40. Intenté olvidarme de todo0 1 2 3 4
41. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar
mis sentimientos0 1 2 3 4
42. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar0 1 2 3 4

ANEXO 2: FIGURA GENERAL DE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

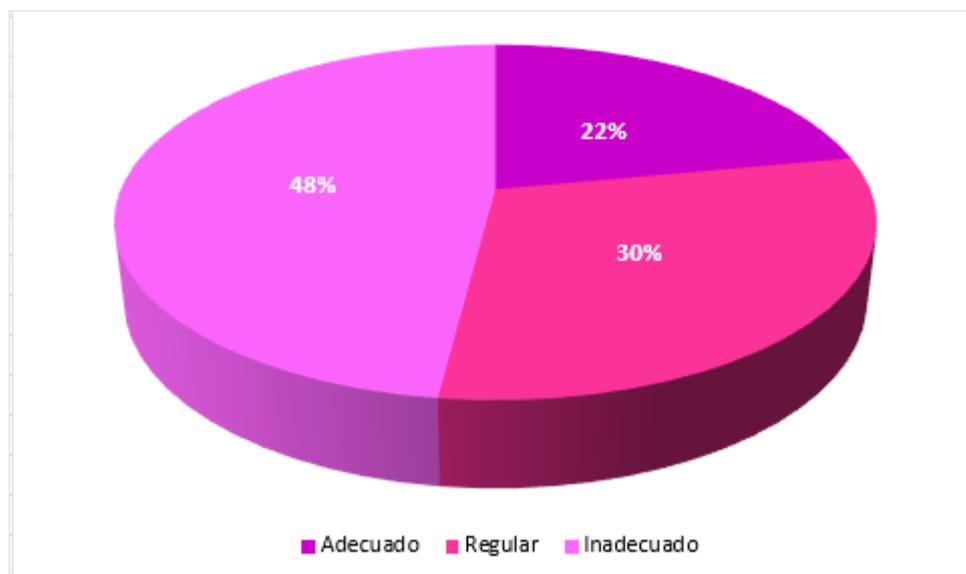


Figura 1. Estrategias de afrontamiento ante el estrés de los internos de enfermería de un Hospital del Callao – Perú 2020

En este gráfico se observa. que el 48% (n=17) de los internos de enfermería tienen un afrontamiento Inadecuado, en segundo lugar, con 30% (n=11) tienen un afrontamiento Regular y por último 22% (n=8) tienen un afrontamiento Adecuado

ANEXO 3: AUTORIZACIÓN DEL INSTRUMENTO

RE: Estimado sr. Bonifacio Sandin Recibidos x

 **Bonifacio Sandín** <bsandin@psi.uned.es> lun., 12 ago. 12:51   

para mí, PALOMA ▾

Estimada Dalia,

Tiene nuestro permiso para aplicar en sus investigaciones el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE). Adjunto copia en Word del instrumento para su mayor comodidad.
Saludos cordiales,

Prof. Bonifacio Sandín
Catedrático de Psicología Clínica
Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED)
Facultad de Psicología, Juan del Rosal 10
28040 Madrid, España



De: Dalia Rojas Guillermo [mailto:daliarg48@gmail.com]
Enviado el: lunes, 12 de agosto de 2019 17:55
Para: bsandin@psi.uned.es
Asunto: Estimado sr. Bonifacio Sandin

ANEXO 4: MATRIZ DE CONSECUENCIA

TITULO: Estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de Enfermería de un Hospital del Callao-Perú 2020							
AUTORA: Dalia Rojas Guillermo							
FORMULACIÓN	OBJETIVOS	VARIABLE	DEFINICIÓN DE OPERACIONALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIA	ASPECTOS ÉTICOS
¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento ante el estrés de los internos de enfermería de un Hospital del Callao – Perú 2020?	<p>Objetivo General:</p> <p>Determinar las estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de un Hospital del Callao - Perú 2020</p> <p>Objetivos Específicos:</p> <p>Identificar las características sociodemográficas de los internos de enfermería de un Hospital de un Hospital.</p>	Estrategias de afrontamiento ante el estrés en los internos de enfermería	<p>La variable Estrategias de Afrontamiento ante el estrés será medida con el instrumento Cuestionario de afrontamiento creado por Sandín y Chorot que consta de 42 ítems y 2 dimensiones, -tipo escala de Likert, cuyo valor final será:</p> <p>Inadecuado: 0-42</p>	<p>Centrada en la solución de problemas.</p> <p>Centrada en la emoción.</p>	<p>-Focalizado en solución de problemas</p> <p>-Reevaluación positiva</p> <p>-Búsqueda de apoyo social</p> <p>-Expresión emocional abierta</p> <p>-Auto focalización negativa</p> <p>-Evitación</p> <p>-Religión</p>	<p>La investigación fue:</p> <p>-Diseño no Experimental</p> <p>-Enfoque Cuantitativo</p> <p>-Tipo Descriptivo</p> <p>-Corte Transversal</p> <p>-La población es de 36 internos de enfermería</p>	<p>No Maleficencia</p> <p>Beneficencia</p> <p>Justicia</p> <p>Autonomía</p>

	<p>Identificar las estrategias de afrontamiento ante el estrés según la dimensión centrada en la solución de problemas de los internos de enfermería.</p> <p>Identificar las estrategias de afrontamiento ante el estrés según dimensión centrada en la emoción de los internos de enfermería.</p>		<p>Regular: 43-85</p> <p>Adecuada: 86-126</p>				
--	--	--	---	--	--	--	--

ANEXO 5: TABLA DE VARIABLE

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES/ INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrategias de afrontamiento ante el estrés	Según Lazarus y Folkman refieren que son procesos cognitivos y conductuales que responden y que se desarrollan para manejar, dominar, tolerar, reducir y minimizar las demandas internas y externas que son evaluadas como desbordantes en los estudiantes de Enfermería y pueden centradas en el problema o en la emoción	La variable Estrategias de Afrontamiento ante el estrés será medida con el instrumento Cuestionario de afrontamiento creado por Sandín y Chorot que consta de 42 ítems y 2 dimensiones, -tipo escala de Likert, cuyo valor final será: Inadecuado: 0-42 Regular: 43-85 Adecuada: 86-126	<p>Centrada en la solución de problemas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Focalizado en solución de problemas ● Reevaluación positiva ● Búsqueda de apoyo social <p>Centrada en la emoción.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Expresión emocional abierta ● Auto focalización negativa ● Evitación ● Religión 	Nominal



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

YO;.....identificada(o) con
DNI:.....por este medio expreso participar en el estudio de investigación
donde se aplicara el presente cuestionario con el objetivo de Determinar las estrategias de
enfrentamiento ante el estrés en internos de enfermería del Hospital Perú- 2019.

Habiendo dado el consentimiento informado me comprometo con usted a guardar la máxima
confidencialidad y respeto de la información que usted me brindará, donde le aseguré que
los hallazgos serán utilizados solo con fines de investigación y no le perjudicaran, así mismo
se asegura que su participación colaborará a que se desarrolle el presente estudio donde
servirá para aclarar dudas acerca en el estudio. Así mismo, se le recuerda que no hay
obligación para dicha participación del presente estudio; y no hay ningún inconveniente si
decide no aceptar.

Por mi libre voluntad firmo este documento de autorización después ya informado en la
presente fecha

.....mes.....año.....lugar.....
.....

.....
Firma del participante

.....
Firma de la investigadora

