

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Ciencias de la Salud



Relación entre lumbalgia ocupacional y años de servicio en personal de enfermería del área de hospitalización medicina de un Hospital MINSA, 2025

Trabajo Académico para obtener el Título de Segunda Especialidad profesional de enfermería:
Salud Ocupacional

Autores:

Alma Patricia De La Peña Huanuire

Julissa Romanella Gutiérrez Ccama

Asesor:

Mg. Junior Israel Pacheco Espinoza

Lima, 29 de octubre de 2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo, Junior Israel Pacheco Espinoza, docente de la Unidad de Posgrado de Ciencias de la Salud, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“RELACIÓN ENTRE LUMBALGIA OCUPACIONAL Y AÑOS DE SERVICIO EN PERSONAL DE ENFERMERÍA DEL ÁREA DE HOSPITALIZACIÓN MEDICINA DE UN HOSPITAL MINSA, 2025”** de las autoras De La Peña Huanuire Alma Patricia y Gutiérrez Ccama Julissa Romanella tiene un índice de similitud de 19% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 29 días del mes de octubre del año 2025.

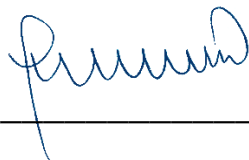


Mg. Junior Israel Pacheco Espinoza

**Relación entre lumbalgia ocupacional y años de servicio en personal
de enfermería del área de hospitalización medicina de un Hospital
MINSA, 2025**

Trabajo Académico

Presentado para obtener el Título de Segunda Especialidad profesional
de enfermería: Salud Ocupacional



Dr. Jose Valle Ballona

Dictaminador

Lima, 29 de octubre de 2025

Índice

Índice.....	iv
Resumen.....	1
Planteamiento del Problema	2
Identificación del Problema.....	2
Problema General	4
Problemas Específicos	4
Objetivos de la Investigación	4
Objetivo General.....	4
Objetivos Específicos	4
Justificación.....	5
Justificación Práctica y Social	5
Desarrollo de las Perspectivas Teóricas.....	6
Antecedentes de la Investigación	6
Antecedentes Nacionales	7
Regionales y Locales	10
Marco Conceptual	14
Lumbalgia	14
Antecedente Laboral.....	16
Bases Teóricas	19
Teoría del Autocuidado	19
Metodología	21
Descripción del Lugar de Ejecución.....	21

Población y Muestra	21
Población	21
Muestra	22
Tipo y Diseño de Investigación	23
Tipo.....	23
Diseño de Investigación	23
Formulación de Hipótesis.....	23
Hipótesis General.....	23
Identificación de Variables.....	23
Operacionalización de Variables	25
Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos	27
Técnicas.....	27
Instrumentos	27
Proceso de Recolección de Datos.....	27
Procesamiento y Análisis de Datos	28
Consideraciones Éticas	28
Autonomía	28
Justicia	28
Beneficencia.....	28
No Maleficencia.....	28
Administración del Proyecto de Investigación	29
Cronograma de Ejecución	29
Referencias bibliográficas.....	31

Apéndices..... 39

Resumen

El objetivo general de la presente investigación es establecer la relación entre la lumbalgia ocupacional y los años de servicio en el personal de enfermería que labora en el área de hospitalización de medicina de un Hospital MINSA en el año 2025. Se aplicará un estudio cuantitativo, descriptivo y de corte transversal, la muestra será censal y se limitará a los 42 profesionales que se encuentren en planta. Los datos se recogerán a través de un cuestionario validado, compuesto por 34 ítems distribuidos en tres dimensiones; dicho instrumento fue diseñado originalmente por Homez Salata Betzabeth y luego adaptado por Prieto Jaimes Rosa.

Palabras clave: Lumbalgia ocupacional, personal de enfermería.

Planteamiento del Problema

Identificación del Problema

La Organización Mundial de la Salud calcula que al menos el 85 % de la población global experimentará episodios de lumbalgia en el transcurso de su vida, y que en cerca del 60 % de esos casos el dolor resulta incapacitante. Si bien la dolencia puede aparecer a cualquier edad, la mayoría de los informes clínicos indican que su incidencia se dispara a partir de los 30 años, circunstancia que llena consultorios y hospitales cada año. En consecuencia, el problema ha pasado a ser una asunto central de salud pública, tanto en naciones industrializadas como en países en vías de desarrollo, entre los cuales se incluye el nuestro. El reto no se limita a la esfera del movimiento físico; la lumbalgia reverbera también en el terreno psicológico, el bienestar emocional y la dinámica social de quienes la padecen, lo que la convierte en un foco de atención multidisciplinario y abreviado para profesionales de la medicina, la rehabilitación y la psicología (Bleda & Meseguer, 2020).

La Organización Mundial de la Salud clasifica los trastornos musculoesqueléticos como una de las dolencias laborales más frecuentes, de las que la lumbalgia mecánica guarda el récord de antigüedad. Casi el noventa por ciento de la población, señala la OMS, siente ese dolor en la espalda baja en algún instante de su vida; en el mismo lapso, el padecimiento ocupa el segundo lugar entre las causas de baja laboral. Ocho de cada diez personas, a su vez, terminarán lidiando con el síntoma en algún año, y estos números se mantienen vigentes (Champín, 2024).

El segundo tipo de dolor más frecuente en el mundo es la lumbalgia. Para los menores de 45 años, es la afección de restricción funcional benigna más prevalente; para los mayores de 40 años, es la tercera causa más frecuente (Braddom, 2000).

El hecho de que ocupe el primer lugar en cuanto a visitas al médico y el quinto en cuanto a hospitalizaciones indica lo frecuente que es esta dolencia. Además, ocupa el tercer lugar, después de los traumatismos y los trastornos respiratorios, como causa de restricción funcional persistente. Las investigaciones han demostrado que el dolor lumbar es bastante frecuente en personas de todos los estratos socioeconómicos (Omokhodion, 2002, pp. 87-90).

Las investigaciones realizadas en Chile demuestran que el dolor crónico es la principal causa de baja laboral entre las mujeres trabajadoras. Este problema afecta a más del 30% de la población y suele estar causado por dolencias como el dolor lumbar. Entre las mujeres trabajadoras chilenas, el 27,3% de las paramédicas de urgencia, el 25% de las paramédicas jubiladas, el 16,7% de las trabajadoras de packing y el 14,3% de las asistentes quirúrgicas reportan dolor lumbar como indicación de licencia por enfermedad e incapacidad temporal (Miranda & Quezada, 2013).

Un tercio de los trabajadores de América Latina padece dolor lumbar como consecuencia de su trabajo, según estudios científicos (Inga, Rubina & Mejía, 2021). Esto los pone en alto riesgo de desarrollar complicaciones o al menos experimentar un empeoramiento de su condición con el paso del tiempo.

Un millón de trabajadores experimentan esta afección como consecuencia de sus actividades laborales, y representa el 35% de las ausencias en los ámbitos administrativo y operativo, según la Sociedad Peruana de Salud Ocupacional (Champín D., 2004).

Un experto en ergonomía de la Sociedad Peruana de Salud Ocupacional llamado Hermoza A fue citado en un artículo publicado en 2010 por el diario La República afirmando que cerca de un millón de personas en Perú sufren dolor lumbar como consecuencia de su trabajo. Se trata de una cuestión preocupante porque el dolor lumbar representa el 35% de los

días de baja por enfermedad, lo que conlleva mayores gastos sanitarios y tiempos de recuperación más largos (La República, 2010).

Actualmente, los hospitales del MINSA carecen de información actualizada respecto a la prevalencia de lumbalgia en sus trabajadores.

Formulación del Problema

El objetivo general de la presente investigación será establecer la relación entre la lumbalgia ocupacional y los años de servicio en el personal de enfermería del área de hospitalización medicina de un Hospital MINSA en el año 2025.

Problema General

¿Cuál es la relación entre la lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería del área de hospitalización medicina de un Hospital MINSA en el año 2025?

Problemas Específicos

¿Cuál es la frecuencia de la lumbalgia ocupacional del personal de enfermería del área de hospitalización medicina de un Hospital MINSA en el año 2025?

¿Cuántos son los años de servicio del personal de enfermería del área de hospitalización medicina de un hospital MINSA en el año 2025?

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Establecer la relación entre la lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería del área de hospitalización medicina del hospital MINSA en el año 2025.

Objetivos Específicos

Determinar la frecuencia de la lumbalgia ocupacional del personal de enfermería del área de hospitalización medicina de un Hospital MINSA en el año 2025.

Determinar los años de servicio del personal de enfermería del área de hospitalización medicina de un hospital MINSA en el año 2025.

Justificación

Justificación Teórica

Creemos que es necesario actualizar la información relativa a la lumbalgia laboral, ya que es una de las enfermedades musculoesqueléticas más frecuentemente reconocidas entre el personal de enfermería de los hospitales, y es un motivo frecuente de consulta médica y de baja laboral.

Justificación Práctica y Social

Gracias a los datos fidedignos aportados por este estudio, los habitantes de esta región podrán tomar medidas, como la práctica del autocuidado, para protegerse y proteger su salud. También fomentará la realización de nuevos estudios en este ámbito.

Desarrollo de las Perspectivas Teóricas

Antecedentes de la Investigación

Antecedentes Internacionales

Jeong et al. (2021) en su artículo científico sobre “Lumbalgia ocupacional en médicos residentes del hospital Ángeles Mocol, México” comparó a los residentes de medicina interna del citado hospital con los residentes de traumatología y cirugía para caracterizar la incidencia de lumbalgia entre el personal médico. En el estudio se utilizaron métodos de investigación observacionales, transversales y prospectivos. Ocho varones y catorce mujeres constituyeron la muestra de 22 pacientes. Los médicos residentes que trabajaban en quirófano y los que no lo hacían constituían sectores separados de la muestra. La comparación reveló disparidades notables en términos de peso, altura e índice de masa corporal (IMC). Los de 2018 se compararon mediante la prueba de Oswestry, y los de 2019 se compararon mediante la prueba de Roland Morris, antes de administrar la prueba de Wilcoxon. Los residentes de la región quirúrgica tenían un valor más alto que los del segundo sector, donde la prueba de Oswestry no encontró variación en los valores. Al utilizar la prueba de Roland Morris, no se encontró una diferencia estadísticamente significativa entre los dos sectores; sin embargo, sí se encontró una tendencia más fuerte entre los residentes del área quirúrgica. La investigación descubrió que, en comparación con los residentes de medicina interna, los residentes de cirugía tenían una mayor incidencia de lumbalgia ocupacional ($p = 0,007$) (Jeong et al., 2021).

Girón et al. (2020) en su artículo de investigación “Lumbalgia ocupacional en instrumentadores quirúrgicos y auxiliares de enfermería de una institución de salud, Barranquilla”; se llevó a cabo una investigación exploratoria, descriptiva y transversal con el fin de determinar la prevalencia de la lumbalgia ocupacional en el grupo indicado. De la muestra de

82 profesionales sanitarios se obtuvieron los siguientes resultados: Se presentan las siguientes estadísticas para la población: El 76,8% había tenido molestias de espalda en los últimos seis meses, el 46,3% tenía sobrepeso, el 16% era obeso, el 68,3% llevaba un estilo de vida sedentario, el 96,3% de sus trabajos les obligaban a levantar objetos pesados, y el 76,8% nunca se tomaba un descanso durante la jornada laboral. Por último, pero no por ello menos importante, su estudio reveló que tanto el personal quirúrgico como el instrumental auxiliar sufren molestias lumbares.

Ibrahim et al. (2019) en su artículo titulado “Low Back Pain and Its Associated Factors among Nurses in Public Hospitals of Penang, Malaysia”. en este estudio transversal, 1292 enfermeras (de edades comprendidas entre los 25 y los 60 años) de hospitales públicos de Malasia rellenaron un cuestionario para ayudar a los investigadores a conocer mejor la frecuencia de las lumbalgias y las variables que podrían estar contribuyendo a ellas. La encuesta reveló que 989 enfermeras (76,5%) tenían molestias lumbares en alguna ocasión. Esta recopilación reveló que las molestias lumbares eran frecuentes entre las enfermeras que trabajaban en hospitales públicos de ese país. Entre los factores que contribuían a ese dolor estaban trabajar turnos más largos (más de siete horas), agacharse por la cintura, levantar objetos pesados y el agotamiento general.

Antecedentes Nacionales

Figueroa (2019), en su estudio titulado “Ergonomía biomecánica asociado a la lumbalgia en profesionales de enfermería del Hospital II-1 Ilave Puno 2019”, tuvo el propósito de esta investigación cuantitativa, descriptiva, analítica, transversal y correlacional fue determinar si las enfermeras que laboran en el Hospital II-1 Ilave de Puno, Perú, presentaron o no molestias lumbares como consecuencia de la ergonomía biomecánica en el año 2019. De los servicios hospitalizados, 27 expertos en enfermería conformaron la muestra. Los resultados mostraron que

el 92,59% de las enfermeras siempre mueven el cuerpo al trasladar a los pacientes de un lugar a otro, el 88,59% mueve el cuerpo al movilizar a los pacientes, el 85,19% trabaja de pie, el 44,44% dice que siempre trata de empujar o deslizar objetos, el 44,44% tiene dolor lumbar crónico, el 37,04% tiene dolor agudo y el 18,52% no tiene dolor lumbar. El análisis estadístico reveló una fuerte correlación ($p < 0,05$) entre el dolor lumbar de los profesionales de enfermería y factores como la movilidad corporal, la postura y la fuerza.

Del Águila y Pérez (2019), en su investigación “Factores clínicos y lumbalgia en el Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión, Lima-Perú 2019” de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, tuvieron el propósito de identificar las variables demográficas y clínicas que se asociaron con el dolor lumbar en pacientes de 2019 atendidos por el servicio de neurología y neurocirugía del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión. Enfoque de la Investigación: Esta investigación es de corte transversal y de naturaleza cuantitativa. Utilizando una base de datos Excel 2016, los investigadores revisaron 274 historias clínicas de individuos diagnosticados con lumbalgia que tenían 19 años o más. Los aspectos clínicos del dolor lumbar y los datos sociodemográficos de los participantes se analizaron mediante estadísticas descriptivas. Se utilizó la prueba de Chi-cuadrado para hallar el grado de independencia y la prueba exacta de Fisher para valores inferiores a cinco para comparar el grado de correlación entre las variables en un análisis bivalente de cada característica sociodemográfica y las características clínicas del dolor lumbar. Resultados: En cuanto a las comorbilidades, se encontró hernia de núcleo pulposo en el 27,01% de los casos. La lumbalgia afectaba al 58,39% de los adultos, y el 65,69% de esas personas eran mujeres. De las personas con lumbalgia, el 62,41% eran físicamente activas y el 44,53% tenían sobrepeso. En cuanto a las características clínicas de la lumbalgia, el 79,56% de los participantes declararon experimentar al menos dos episodios de la dolencia, el 52,55%

declararon experimentar episodios frecuentes, el 59,85% indicaron una tendencia a la cronicidad y el 68,98% declararon una gravedad moderada. La edad mostró tener una asociación dependiente significativa en el análisis bivariante de la forma de presentación.

Quispe y Risco (2020), en su tesis titulada “Factores de riesgo de lumbalgia ocupacional en el personal de enfermería del hospital San Juan de Dios, 2020”, tuvo el propósito de identificar las posibles causas de lumbalgia entre el personal de enfermería del Hospital San Juan de Dios. En la investigación se utilizó un estudio no experimental, transversal y de enfoque cuantitativo. Utilizando una muestra censal, 73 miembros del personal de enfermería constituyeron la población. Los datos se recogieron mediante una encuesta que utilizó un cuestionario con 34 preguntas organizadas en tres categorías. Prieto Jaimes Rosa revisó el cuestionario que Homez Salata Betzabeth había creado originalmente. Los resultados indicaron que, entre el personal de enfermería, el 8,2% presentaba un nivel de riesgo bajo de lumbalgia ocupacional, el 37% un nivel de riesgo alto y el 54,8% un nivel de riesgo moderado (Quispe & Risco, 2020).

Cancho y López (2022), en su tesis titulada “Factores de riesgo de la lumbalgia ocupacional en el personal del servicio de pediatría del hospital Sergio E. Bernales en Lima, 2022”, tuvieron como objetivo identificar las causas de las molestias lumbares en el trabajo entre los trabajadores del servicio de pediatría del Hospital Sergio E. Bernales de Lima. Según los resultados, el rango de edad era de 18 a 29 años. El sexo femenino constituyó la mayoría. El internado médico tuvo una alta frecuencia en relación al puesto de trabajo ocupado. Casi la mitad de los empleados (48%) declararon molestias durante la jornada laboral como consecuencia de su postura. El 24% declaró tener sobrepeso. A la pregunta de si realizaban algún tipo de actividad física, el 62% respondió que no. El 88,75% de los trabajadores

declararon sufrir estrés debido al trabajo. El 46,25% de los trabajadores declararon tener problemas mecánicos. Resultados: Entre los empleados del servicio de pediatría del Hospital Sergio E. Bernales de Lima en 2022, no se encontró correlación entre las variables de riesgo de lumbalgia ocupacional ($p = 0,778 > 0,05$).

Martines y Paredes (2019), en su tesis titulada “Riesgos ergonómicos relacionados a la lumbalgia ocupacional en enfermeros que laboran en centro quirúrgico del hospital militar”, se propuso identificar posibles riesgos ergonómicos que pudieran provocar molestias lumbares entre el personal de enfermería de los centros quirúrgicos. Esta investigación utilizó una metodología no experimental, transversal, cuantitativa y basada en correlaciones simples. Un total de 34 colaboradores constituyeron la población, y un cuestionario sirvió de instrumento para la encuesta. Los resultados muestran que la proporción de riesgos ergonómicos es baja (38,2%), media (23,5%) y alta (38,2%). Lo mismo ocurre con las molestias lumbares: sólo el 35,3% las declararon, con un 23,5% de dolor ordinario y un 41,2% de dolor intenso. Se identificó un bajo porcentaje de repetición (26,5%), seguido de un 38,2% de repetición media, y un 35,3% de repetición alta, en lo que se refiere a las posturas incómodas y la variable dolor lumbar, lo que sugiere una relación entre ambas. En conclusión, el Hospital Militar Central presenta una elevada tasa de lumbalgia asociada a riesgos ergonómicos (Martines & Paredes, 2019).

Regionales y Locales

Revilla y Suárez (2016), en su investigación titulada “Factores físicos ergonómicos y el dolor musculoesquelético en enfermeras, servicio Gineco-Obstetricia, cirugía y unidad de quemados. Hospital regional Honorio Delgado-Arequipa 2016”, tuvieron el objetivo de averiguar cómo se relacionan las variables ergonómicas con el dolor musculoesquelético en esta población

concreta fue el principal objetivo de esta investigación. Se ideó una metodología transversal, correlacional, cuantitativa y descriptiva utilizando una muestra de setenta y siete enfermeras. Al final, se demostró que la movilización del paciente era el componente ergonómico más importante en relación con las molestias musculoesqueléticas.

Quispe y Risco (2019), en su tesis titulada “Estilos de afrontamiento y consecuencias de los riesgos ergonómicos en enfermeras. UCI – UCIM. Hospital nacional Carlos Alberto Seguin Escobedo Arequipa, 2019”, tuvieron como objetivo determinar el impacto de los riesgos ergonómicos en las enfermeras de la UCIM que laboran en la unidad de cuidados intensivos del H.N.C.A.S.E. de Arequipa en el año 2019 y cómo sus estrategias de afrontamiento se relacionan con dichos riesgos. Utilizando una metodología correlacional transversal, la investigación proporcionó datos descriptivos. Se utilizó el instrumento de encuesta y el enfoque de entrevista. En total, 29 enfermeras de la unidad de cuidados intensivos del H.N.C.A.S.E. y de la UCIM que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión conformaron la población de estudio. Los resultados mostraron que el 24,1% de la población tiene entre 30 y 34 años, el 62,1% está casado, el 79,3% trabaja por cuenta ajena y el 34,5% de los enfermeros tiene entre 1 y 5 años de experiencia. El turno de mañana planteaba el mayor riesgo ergonómico con un 44,8%, y los riesgos ergonómicos estaban presentes en el 100% de la población. Al examinar los efectos de los riesgos ergonómicos, los problemas musculoesqueléticos representaron el 96,6% del total. Igualmente común, con un 17,2%, era una estrategia de afrontamiento centrada en problemas y emociones entre el 48,3% de las enfermeras que declararon repercusiones musculoesqueléticas significativas. Los resultados mostraron una modesta asociación entre los métodos de afrontamiento y los resultados de los riesgos ergonómicos cuando se utilizó el coeficiente de contingencia.

Mango y Mendocilla (2019), en su tesis titulada “Factores demográficos y laborales relacionados con el riesgo ergonómico. Personal de Enfermería servicio centro quirúrgico, hospital regional Honorio Delgado, Arequipa – 2018”, tuvieron el objetivo del estudio fue identificar a los trabajadores de enfermería del centro quirúrgico del hospital comarcal Honorio Delgado con riesgo de sufrir lesiones ergonómicas en función de sus características demográficas y profesionales. Arcapitla en 2018. Se optó por un estudio cuantitativo relacional con un diseño transversal acorde con la naturaleza del problema y los objetivos. El método de investigación fue la observación, la técnica fue la entrevista con encuesta y el instrumento fue un cuestionario con medición en escala Likert. Se incluyó en la muestra a un total de 55 personas, entre ellas 36 enfermeras diplomadas y 19 auxiliares de enfermería. Sin embargo, al considerar los criterios de inclusión y exclusión? Nuestra población estaba compuesta por 44 individuos seleccionados al azar. Según el informe, los rasgos demográficos más significativos son tener entre 41 y 60 años (45,5% del total), ser mujer (90,9%) y estar casada (54,5%).

En cuanto a las características del puesto de trabajo, tenemos un nivel profesional del 72,2% de la plantilla, una plantilla con más de 21 años de experiencia (36,4%), y una plantilla con un tipo de contrato determinado (86,4%). En consecuencia, el 75% de la población presenta un riesgo ergonómico medio debido al puesto de trabajo, y el 68,2% debido a la mecánica corporal. Existe una relación significativa entre la edad del personal (el mayor porcentaje se sitúa entre los 61 y los 68 años, es decir, el 90,0%), lo que sugiere que cuanto mayor es una persona, mayor es el riesgo ergonómico, según la relación de significación aplicada con el método de Chi cuadrado (χ^2) en relación con los datos demográficos y el riesgo ergonómico. Además, se descubrió que todos los especialistas, concretamente los enfermeros instrumentistas, presentan un riesgo medio. Esto podría atribuirse a la naturaleza de su trabajo. Por último, al analizar los

años de experiencia, cabe destacar que el 84,6% de la población lleva trabajando entre 11 y 20 años, y el 81,3% más de 21 años. Esto sugiere que el riesgo ergonómico aumenta con el número de años dedicados al trabajo (Mango & Mendocilla, 2019).

Cabezas y Consa (2018), en su tesis titulada “Influencia de la disergonomía en la calidad de vida laboral de los trabajadores administrativos de la Municipalidad Distrital de Yanahuara, Arequipa-2018”, tuvo el objetivo de conocer cómo la disergonomía afecta la calidad de vida laboral del personal administrativo de la Municipalidad Distrital de Yanahuara de Arequipa en el año 2018 fue el objetivo principal del estudio. Del mismo modo, se espera que los hallazgos de este estudio sienten las bases para futuras investigaciones en el campo del trabajo social que puedan aportar otras respuestas. En el 2018, la Municipalidad Distrital de Yanahuara realizó este estudio con una muestra de 90 trabajadores administrativos. El estudio encontró que los trabajadores administrativos de la Municipalidad Distrital de Yanahuara experimentan disergonomía, lo que impacta negativamente en su calidad de vida en el trabajo. Esto se debe a que las funciones inherentes de los trabajadores no se desarrollan en todo su potencial en sus entornos actuales, lo que provoca problemas como dolores de espalda, cuello y extremidades. Los colaboradores se ven sometidos a comportamientos físicos incorrectos en el lugar de trabajo porque no están informados sobre ergonomía, y los resultados sugieren que el 60,0% presenta un grado moderado de disergonomía.

Del mismo modo, los problemas de postura disergonómica, los movimientos repetitivos, el sobreesfuerzo de las manos y los implementos inadecuados para el correcto desempeño de sus funciones contribuyen a que el 76,7% del personal administrativo tenga un nivel mediocre de calidad de vida laboral. Esto se debe a la falta de un equilibrio adecuado entre las dimensiones de

la calidad de vida laboral, como la sobrecarga de trabajo, la falta de iniciativa personal y la percepción de insatisfacción con su calidad de vida.

Nates (2018) realizaron la tesis titulada “Nivel de riesgo ocupacional en las enfermeras que laboran en centro quirúrgico del hospital Goyeneche III. Arequipa 2017” con el objetivo general de determinar el grado de peligro al que se enfrentan los enfermeros de los centros quirúrgicos en su trabajo. Esta investigación es un estudio cuantitativo descriptivo transversal. Un total de veinticuatro enfermeras del centro quirúrgico del hospital Goyeneche III conformaron la población de estudio. Canchú 2017. El método utilizado fue una encuesta y el instrumento fue una versión modificada de una escala de Likert desarrollada por Coa Taipe. La herramienta tiene una gran validez y fiabilidad, con una fiabilidad de 0,67 medida por el α de Crombach y validada por un coeficiente de correlación de Pearson con un valor de $r > 0,20$. Los resultados muestran que existe un alto grado de peligro biológico (96%), un bajo grado de riesgo psicosocial (83%) y un bajo grado de riesgo ergonómico (57%). De esta manera, se puede inferir que el nivel de riesgo ocupacional para las enfermeras empleadas en el hospital Goyeneche III del centro quirúrgico de Arequipa en el año 2017 es medio, con un 61% (Nates, 2018).

Marco Conceptual

Lumbalgia

La lumbalgia no es una enfermedad ni una entidad diagnóstica, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), sino una molestia en un lugar concreto del cuerpo que puede durar distintos periodos de tiempo y es tan común que sirve de modelo de cómo reacciona el organismo a factores tanto internos como externos. La lumbalgia es frecuente y afecta a un gran porcentaje de la población de todo el mundo. También es una de las principales causas de bajas laborales, disminución de la calidad de vida y visitas al médico (Néstor, 2018).

Las lesiones musculoesqueléticas del personal de enfermería, incluidas las de espalda, cuello y hombros, son causadas con mayor frecuencia por los movimientos de los pacientes en las camas de los hospitales. (Ministerio de Salud del Perú, 2006).

Además, los elementos intrínsecos a su trabajo y estilo de vida hacen que estos empleados sean más susceptibles (Ministerio de Salud del Perú, 2005).

La lumbalgia crónica ocupa el primer lugar entre las dolencias musculoesqueléticas y está cada vez más extendida entre la población activa. El cambio de trabajo, el trabajo por turnos y el malestar continuo son todos resultados de este predicamento. (Ministerio De Salud del Perú, 2006).

La lumbalgia puede afectar negativamente la salud física, mental y sociolaboral de las personas, ya que se localiza en la zona lumbar, justo debajo del borde costal y por encima de las líneas glúteas inferiores, pudiendo irradiarse hacia las extremidades inferiores. Esta condición provoca un descenso significativo en la calidad de vida del paciente y, cuando se origina en el ámbito laboral, se denomina lumbalgia ocupacional (Pataro & Fernandes, 2014; Petit & Roquelaure, 2015; Kayihan, 2014).

Las exigencias físicas del cuidado de los pacientes —como lavarlos, vestirlos, curar heridas, colocarlos en camas o sillas, trasladarlos o movilizarlos— implican un esfuerzo considerable para el personal de enfermería. Estas actividades incluyen deslizar o transportar objetos pesados, agacharse, inclinarse y girar el tronco, lo que genera posturas incómodas que afectan principalmente las regiones dorsal y lumbar, involucradas en el movimiento y la producción de fuerza. Dichas condiciones se consideran un importante factor de riesgo laboral (Vahdati, Khiavi, & Ghafouri, 2014; Yassi & Lockhart, 2013; Cilliers & Maart, 2013).

Antecedente Laboral

Accidentes o Incidentes Laborales. Cualquier incidente que provoque un daño físico, una alteración de las funciones, una discapacidad o la muerte de un trabajador se considera un accidente laboral, derivado de la exposición a múltiples peligros en el entorno de trabajo (Universidad de La Rioja, 2015).

Evaluación de Infraestructura en la Institución. Cuando se trata de reducir la probabilidad de accidentes y lesiones en el trabajo, los centros sanitarios son cruciales. La revista Enfermería Global afirma que así es como la acreditación o evaluación de una institución contribuye al programa de garantía de calidad de la organización. Además, da credibilidad a las normas de seguridad establecidas por las infraestructuras sanitarias y los hospitales.

Factores Ambientales.

Condiciones de Trabajo. Según el Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS), las condiciones de trabajo comprenden todos los elementos del entorno laboral, la tecnología, la organización o la ausencia de ella que puedan afectar de manera negativa a los empleados.

Asimismo, el Portal de Riesgos Laborales para Trabajadores de la Enseñanza (2015) señala que los espacios de trabajo deben mantenerse limpios, ordenados, bien iluminados y en buen estado, considerando factores como la amplitud, la calidad del suelo, las aberturas, desniveles y barandillas.

Carencia de Recursos Humanos. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) señaló que la escasez de personal sanitario constituye uno de los principales obstáculos para garantizar una atención eficaz a los pacientes. Entre las consecuencias destacan el exceso de

trabajo, el estrés, el agotamiento, el absentismo y diversos problemas de salud, como el dolor de espalda.

Apoyos Mecánicos. Según Hidalgo (2013), los apoyos mecánicos son fundamentales tanto para los trabajadores como para los pacientes, ya que previenen el dolor de espalda y otras lesiones ocasionadas por movimientos bruscos o levantamientos pesados, además de favorecer patrones de trabajo menos exigentes en el plano físico.

Demanda de Pacientes. Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) advirtió que la creciente demanda de pacientes con enfermedades crónicas y mayor dependencia aumenta la necesidad de tratamiento, recuperación y rehabilitación, lo cual repercute en una sobrecarga laboral y en mayores niveles de estrés para el personal sanitario.

Exigencia Física. Palma et al. (2015) señalan que las enfermeras se exponen a riesgos al cargar y movilizar pacientes, así como al permanecer de pie durante largos periodos de tiempo. Estas exigencias físicas generan no solo sufrimiento corporal, sino también psicológico, lo que se manifiesta en enfermedades musculoesqueléticas, agotamiento y cansancio. Por ello, las demandas físicas impuestas al personal de enfermería constituyen un factor de riesgo relevante en la aparición de lumbalgia ocupacional.

Pausas Activas. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017) destacó la importancia de mejorar las condiciones de trabajo, incorporar pausas breves y fomentar el ejercicio físico de los trabajadores con el fin de promover su salud, reducir el estrés derivado de la sobrecarga, prevenir enfermedades profesionales y aumentar el rendimiento laboral. Esto responde al hecho de que los trabajadores pasan cada vez más tiempo en sus entornos de trabajo. Asimismo, se subraya la necesidad de que las empresas participen activamente en las iniciativas de salud laboral.

Riesgo Disergonómico.

Cargas Pesadas. La enfermería constituye una de las ocupaciones con mayor exigencia del aparato locomotor, debido al levantamiento y colocación frecuente de pacientes y objetos en posiciones adecuadas. Además, actividades indirectas como empujar, traccionar, desplazar, sujetar o incluso lanzar objetos implican un esfuerzo adicional de la espalda, brazos y manos. Este conjunto de acciones genera un riesgo disergonómico que contribuye a la aparición de dolor lumbar, con complicaciones posteriores que afectan la salud musculoesquelética del personal sanitario (Bernal & Campos, 2018; Freimann et al., 2016).

Movimientos Bruscos. El personal de enfermería también se expone a movimientos bruscos, en especial durante la atención a pacientes que pueden reaccionar de manera inesperada. Tales situaciones obligan a esfuerzos repentinos que aumentan el riesgo de lesiones, como desgarros musculares o de ligamentos en la región lumbar, ocasionando dolor y limitación funcional. Diversas investigaciones han señalado que la manipulación manual no planificada de pacientes es uno de los factores de riesgo más relevantes en la aparición de lumbalgia ocupacional (Carugno et al., 2019; Trinkoff et al., 2017).

Traslado de Pacientes. El traslado manual de pacientes ya sea de la cama a la camilla o a la silla de ruedas, constituye otro factor de riesgo laboral en enfermería. Estos movimientos implican tensión directa sobre la columna vertebral, provocando tracción y sobrecarga en la zona lumbar. La literatura ha documentado que el cambio repetido de posición de pacientes es uno de los principales desencadenantes de dolor lumbar crónico en personal de enfermería (Clari et al., 2020; Yang et al., 2019).

Actividad de Confort del Paciente. La comodidad y el confort del paciente forman parte de las actividades cotidianas de la enfermería, que implican movimientos repetitivos y esfuerzos

físicos importantes. Estas tareas, sumadas a la sobrecarga laboral por la escasez de personal en los turnos, provocan cansancio y tensión en la zona lumbar del personal sanitario. Diversos estudios evidencian que el trabajo físico relacionado con el cuidado básico del paciente incrementa el riesgo de lumbalgia ocupacional en el personal de enfermería (Clari et al., 2020; Freimann et al., 2016).

Posturas y Posiciones Inadecuadas. Las posturas inadecuadas, mantenidas de forma prolongada o repetitiva, constituyen un factor central en la aparición del dolor lumbar. Estas suelen observarse en el traslado, levantamiento y manipulación manual de pacientes, generando un cuadro que puede ir desde molestias leves hasta incapacitantes. Sin la aplicación de medidas preventivas ergonómicas, los efectos tienden a agravarse, con consecuencias en la calidad de vida y el desempeño laboral (Bernal & Campos, 2018; Trinkoff et al., 2017).

Bases Teóricas

Teoría del Autocuidado

La Teoría del Autocuidado de Dorothea Orem plantea que el autocuidado es una conducta aprendida y orientada hacia la consecución de objetivos, que las personas realizan sobre sí mismas, los demás o el entorno, con el propósito de regular factores que afectan su desarrollo y funcionamiento, en beneficio de su vida, salud y bienestar (Orem, 2001).

Autocuidado Universal. Es esencial asegurarse de que siempre haya suficiente comida, bebida y aire.

Autocuidado el desarrollo: Proporcionar entornos que fomenten el crecimiento es un ejemplo de autocuidado del desarrollo.

Desviación de la salud: ser consciente y reaccionar ante los síntomas de trastornos patológicos; buscar y recibir el tratamiento médico adecuado.

Definición De Términos

Lumbalgia: Molestia que se siente en la parte baja de la espalda, las costillas y las nalgas. Su duración puede variar de breve (agudo) a prolongado (crónico).

Musculo esqueléticos especie de célula alargada, polinucleada, con el núcleo situado en la periferia, constituye el músculo esquelético, que se estira y se une al esqueleto.

Salud ocupacional: La Organización Mundial de la Salud define la salud laboral como un campo interdisciplinario que trata de mejorar y salvaguardar la salud de los trabajadores mediante la eliminación de los riesgos para su seguridad en el trabajo, el control y la prevención de las enfermedades y accidentes laborales, y otras cuestiones conexas.

Autocuidado: Cuidar de uno mismo implica hacer cualquier cosa que controle el propio funcionamiento, hacerlo conscientemente y por voluntad propia.

Personal de enfermería: consiste en proporcionar cuidados a individuos, familias, grupos y comunidades tanto en entornos individuales como de grupo; esto incluye tanto a los que están enfermos como a los que no, así como a los que se encuentran en distintas fases de recuperación. En la atención centrada en la persona, las enfermeras desempeñan un papel fundamental y a menudo son el primer punto de contacto para los pacientes.

Metodología

Descripción del Lugar de Ejecución

La presente investigación se realizará en un Hospital que pertenece al MINSA de la ciudad de Arequipa. El estudio se desarrollará exclusivamente en el área de hospitalización del servicio de medicina general, que cuenta con el personal de 22 enfermeras y 20 técnicas de enfermería, dicho servicio está dividido en medicina varones y medicina mujeres.

Población y Muestra

Población

Según Sampieri et al. (27), la población está compuesta por todos los casos que serán objeto de estudio, los cuales comparten las mismas características o, en su mayoría, presentan rasgos comunes.

Serán tomados en cuenta para este estudio todos los miembros del personal de enfermería, incluyendo licenciados y técnicos de enfermería, que trabajen en el sector de internación del servicio médico del hospital. En total, son 42 personas. Los datos proceden de la base de datos de RRHH del centro médico.

Muestra

En esta investigación, se analizará a toda la población para la recolección de datos, la cual estará integrada por 42 personas del área de enfermería, entre licenciados y técnicos. Este enfoque se considera de tipo censal, tal como lo define Ramírez, quien lo describe como un estudio que abarca a toda la población disponible.

Criterios de Inclusión y Exclusión.

Criterio de Inclusión.

- ✓ Personal de enfermería, tanto licenciados como técnicos, de ambos sexos.
- ✓ Personal de enfermería, licenciados y técnicos, que trabajen de manera permanente en el área de hospitalización de medicina.
- ✓ Personal de enfermería que acepte de manera voluntaria participar en la investigación.

Criterios de Exclusión.

- ✓ Enfermeras que padecen dolor lumbar debido a un accidente no relacionado con el trabajo.
- ✓ Internos de enfermería.
- ✓ Personal de enfermería de apoyo.
- ✓ Personal de enfermería que no acepte participar en la investigación.
- ✓ Equipo de enfermería que no esté trabajando el día de la aplicación de la encuesta debido a licencia, vacaciones o reposo médico.
- ✓ Equipo de enfermería que desempeña funciones en el ámbito administrativo.

Tipo y Diseño de Investigación

Tipo

La indagación en cuestión se clasifica como básica. Su motor es la recopilación de información contextual, entendida como un esfuerzo por enriquecer el acervo teórico y científico y, eventualmente, por destilar leyes o principios.

Diseño de Investigación

El diseño elegido es no experimental, pues no se interfiere con la variable en juego; simplemente se observa una situación ya instalada. También se describe como transversal, dado que los datos se cosechan en un único punto temporal.

Formulación de Hipótesis

Hipótesis General

Existe relación entre lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de hospitalización del servicio de medicina de un hospital MINSA en el año 2025.

H0: No existe relación entre lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de hospitalización del servicio de un hospital MINSA en el año 2025.

Identificación de Variables

La variable de estudio es la lumbalgia ocupacional, la cual se define como cualquier característica, cualidad o exposición que aumente la probabilidad de sufrir una lesión o daño que afecte la salud. En otras palabras, la lumbalgia ocupacional hace referencia a un conjunto de factores presentes en el entorno laboral que incrementan la vulnerabilidad de sufrir un daño en la zona lumbar.

Por otro lado, la variable "años de servicio" se define como el tiempo transcurrido desde el inicio de la actividad laboral en el hospital.

Operacionalización de Variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Items	Escalas de medición
Lumbalgia ocupacional	La OMS señala que el dolor en la parte baja de la espalda no debe considerarse como una enfermedad o entidad diagnóstica, sino como un dolor de duración variable que se presenta en una zona específica de la anatomía. Dado su alta frecuencia, se ha convertido en un paradigma de respuestas tanto a estímulos externos como internos.	Se define como un síndrome doloroso localizado en la región inferior de la espalda, que se manifiesta como un estado en el cual el bienestar físico, mental y social-laboral se ve alterado. Estos aspectos serán evaluados mediante la técnica de encuesta, utilizando un cuestionario compuesto por 34 preguntas.	<ul style="list-style-type: none"> -Antecedente laboral -Condiciones ambientales -Riesgo disergonómico 	<ul style="list-style-type: none"> -Accidentes o incidentes laborales. -Patologías lumbares. -Evaluación de la infraestructura de la institución -Capacitaciones en seguridad y protección del trabajador -Protocolo institucionales -Actividades extra laborales. -Dotación de personal adecuada -Apoyos mecánicos -Agarraderas -Demanda de pacientes -Exigencia física -Pausas activas -Trabajo bajo presión -Cargas pesadas -Movimientos bruscos -Traslado de pacientes -Actividad de confort del paciente -Posturas inadecuadas 	<ul style="list-style-type: none"> 1-8 9-20 21-34 	Ordinal Alto Moderado Bajo

Años de servicio	Tiempo transcurrido desde que inició su trabajo en el hospital	Años de trabajo en el hospital.	Años	Fecha de ingreso a la institución		0 – 5 5 – 10 10 – 15 15 – 20 Mayor a 20
------------------	--	---------------------------------	------	-----------------------------------	--	---

Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos

Técnicas

La técnica aplicada será la encuesta, la cual se realizará al personal de enfermería licenciados y técnicos de enfermería que labora en el servicio de medicina hospitalización.

Instrumentos

El instrumento que se utilizará para la recolección de datos será el cuestionario, que está constituido por 34 preguntas cerradas, Asimismo, está compuesto por 3 dimensiones: Antecedentes laborales asociados a lumbalgia ocupacional; Medioambiente, actividad y exigencias desfavorables; Manipulación incorrecta o levantamiento inadecuado de pacientes; y Posición y posturas forzadas.

Validez y Confiabilidad.

Validez. El instrumento que se empleará en esta investigación fue diseñado por los investigadores y validado por expertos en la materia. Este instrumento se basa en una adaptación realizada por Prieto Jaimes, Rosa Mercedes, quien a su vez utilizó el instrumento original de Homez Salata Betzabeth. El cuestionario fue sometido a una validación de contenido mediante juicio de expertos, obteniendo un valor de 0,14 en la prueba binomial. Además, se realizó una validación de constructo utilizando un análisis factorial, que arrojó un valor KMO de 0,6. La prueba de esfericidad de Bartlett mostró un P-Value de 0.000, lo que indica que el instrumento es válido.

Proceso de Recolección de Datos

La investigación comenzará seleccionando un cuestionario sobre lumbalgia ocupacional, el cual se utilizará para recopilar los datos necesarios y analizar posteriormente la incidencia de lumbalgia ocupacional en el personal de enfermería de un hospital MINSA en el año 2025. Debido a las circunstancias actuales, se contará con el apoyo del área de capacitación del hospital para realizar la encuesta al personal de enfermería.

Procesamiento y Análisis de Datos

Se empleará estadística descriptiva para el análisis de los datos.

Para determinar la relación entre las dos variables de estudio, se utilizará la prueba de Chi cuadrado mediante el programa SPSS 25.

Consideraciones Éticas

Autonomía

Se proporcionará información clara y comprensible sobre la investigación, destacando el consentimiento voluntario como un aspecto fundamental del estudio. Además, se solicitará autorización al comité de investigación del hospital.

Justicia

Se garantizará un trato equitativo para todos los participantes, respetando los derechos fundamentales de cada uno de ellos.

Beneficencia

El objetivo de la investigación será generar beneficios para todo el personal de enfermería, anticipando posibles daños futuros y tomando medidas preventivas a partir de los hallazgos.

No Maleficencia

Antes de comenzar la investigación, se solicitará el permiso correspondiente al comité de investigación del hospital MINSA para asegurar que el estudio se realice de manera ética y responsable.

Administración del Proyecto de Investigación

Cronograma de Ejecución

ACTIVIDADES	2024		2025											
	N	D	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Plantear idea de investigación														
Revisión de la bibliografía y gestión de la información														
Análisis de la información bibliográfica														
Planteamiento del problema y Antecedentes														
Diseño del instrumento de recolección de datos														
Metodología, Administración y presupuesto														
Elaboración final del proyecto														
Dictaminación del proyecto														
Aprobación del proyecto e inscripción														
Aplicación del instrumento														
Tabulación de la información recogida														
Análisis de resultados														
Desarrollo de la discusión														
Elaboración del informe final														
Sustentación del trabajo de investigación														

Presupuesto

Recurso humano	
Pago por concepto de investigación para tesis de post grado	s./900.00
Recursos materiales	
42 lapiceros para la encuesta	s./42.00
02 lapiceros para uso personal	s./2.00
01 cuaderno de anotaciones	s./5.00
129 impresiones	s./25.00
Pasajes de movilidad	s./15.00
01 caja de grapas	s./3.00
Instalación del SPSS	s./50.00
Recursos de servicio básico	
Internet	s./60.00
Luz	s./50.00
Celular	s./35.00
Total en gastos	s./1.187

Referencias bibliográficas

- Abad, H. (2017). *Programa de capacitación en seguridad y salud en el trabajo* [Material académico]. Universidad de Antioquia.
https://saludpublicavirtual.udea.edu.co/eva/pluginfile.php/8080/mod_resource
- Bernal, D., & Campos, A. (2018). Riesgos ergonómicos en profesionales de enfermería: revisión de literatura. *Enfermería Global*, 17(2), 482–497.
<https://doi.org/10.6018/eglobal.17.2.288171>
- Bleda Andrés, J., & Meseguer Henarejos, A. B. (2020). Facilitación neuromuscular propioceptiva en personas con lumbalgia crónica: Revisión sistemática. *Fisioterapia*, 42(2), 85–97. <https://doi.org/10.1016/j.ft.2019.11.002>
- Braddom, R. L. (2000). Dolor lumbar y trastornos de la columna lumbar. En R. L. Braddom (Ed.), *Medicina física y rehabilitación* (pp. xxx–xxx). Saunders.
- Cabezas, G., & Consa, R. (2018). *Influencia de la disergonomía en la calidad de vida laboral de los trabajadores administrativos de la Municipalidad Distrital de Yanahuara, Arequipa – 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Alicia.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNSA_c543fdd240b01f0dd363df7c97e9322e
- Cancho, Y., & López, R. (2022). *Factores de riesgo de la lumbalgia ocupacional en el personal del servicio de pediatría del Hospital Sergio E. Bernales en Lima, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Continental. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/12850>
- Carugno, M., Pesatori, A. C., Ferrario, M. M., & Cattaneo, A. (2019). Low back pain and occupational risk factors among hospital nurses: A cross-sectional study. *International*

Journal of Environmental Research and Public Health, 16(23), 4911.

<https://doi.org/10.3390/ijerph16234911>

Champín, D. (2024). *Lumbalgia* [Tesis, Universidad Norbert Wiener]. Edu.Pe.

https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/6440/T061_41546148_T.pdf?sequence=1

Cilliers, L., & Maart, S. (2013). Attitudes towards back pain and back care knowledge of undergraduate physiotherapy students. *African Journal of Primary Health Care & Family Medicine*, 5(1), 5–7. <https://doi.org/10.4102/phcfm.v5i1.459>

Clari, M., Garzaro, G., Di Maso, M., Donato, F., Godono, A., Paleologo, M., Dimonte, V., & Protti, M. (2020). Upper and lower back pain in Italian nurses: prevalence and occupational risk factors. *Applied Nursing Research*, 54, 151277.

<https://doi.org/10.1016/j.apnr.2020.151277>

Del Águila, L., & Pérez, A. (2019). *Factores clínicos y lumbalgia en el Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión, Lima – Perú 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Cybertesis UNMSM.

<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/item/31711dc8-8e01-44a4-97c0-937199a5af38>

Duque, I., Zuluaga, D., & Pinilla, A. (2011). Prevalencia de lumbalgia y factores de riesgo en enfermeros y auxiliares de la ciudad de Manizales. *Hacia la Promoción de la Salud*, 16(1), 13–28. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a02.pdf>

Enfermería Global. (2015). Rendimiento en el proceso de acreditación de hospitales públicos de Minas Gerais/Brasil: Influencias para la calidad asistencial. *Enfermería Global*, 14(37), 232–244. <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v14n37/administracion2.pdf>

Figueroa, V. (2019). *Ergonomía biomecánica asociada a la lumbalgia en profesionales de enfermería del Hospital II-1 Ilave Puno 2019* [Tesis de maestría, Universidad

- Nacional del Altiplano de Puno]. Revista de la Carrera de Ingeniería Ambiental – UANCV. <https://revistas.uancv.edu.pe/index.php/RCIA/article/view/843>
- Freimann, T., Coggon, D., Merisalu, E., Animägi, L., & Pääsuke, M. (2016). Risk factors for musculoskeletal pain amongst nurses in Estonia: A cross-sectional study. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 17, 20. <https://doi.org/10.1186/s12891-016-0858-4>
- Girón Domínguez, K., Molina Romero, J., & Borré Ortiz, Y. (2020). Lumbalgia ocupacional en instrumentadores quirúrgicos y auxiliares de enfermería de una institución de salud de Barranquilla. *Identidad Bolivariana*, 4(1), 16–38. <https://doi.org/10.37611/ib4o1116-38>
- Hermoza, A. (2010, marzo 3). La lumbalgia en Perú. *La República*. <https://larepublica.pe/sociedad/495417-cerca-de-un-millon-de-trabajadores-en-peru-sufre-lumbalgia>
- Hidalgo, I., Martínez, A., Martínez, F., Puerta, I., Pujante, M., & Sánchez, M. (2017). *La formación como herramienta de prevención de riesgos laborales en enfermería*. Editorial Síntesis. https://books.google.com.pe/books?id=0oE_DwAAQBAJ
- Hidalgo, L. (2013). Prevención del dolor de espalda en el ámbito laboral. *Revista Enfermería CyL*, 5(1), 15–22. <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/viewFile/107/85>
- Ibrahim, M. I., Zubair, I. U., Yaacob, N. M., Ahmad, M. I., Shafei, M. N., Yaacob, N. A., & Abdullah, S. (2019). Low back pain and its associated factors among nurses in public hospitals of Penang, Malaysia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(21), 4254. <https://doi.org/10.3390/ijerph16214254>

- Importancia y función de las instalaciones de la salud. (2020, marzo 2). *Disaster Info México*.
<http://www.disasterinfo.net/lideres/spanish/mexico/biblio/spa/doc3675/doc3675-03.PDF>
- Inga, S., Rubina, K., & Mejía, C. R. (2021). Factores asociados al desarrollo de dolor lumbar en nueve ocupaciones de riesgo en la serranía peruana. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 30(1), 48–57. <https://scielo.isciii.es/pdf/medtra/v30n1/1132-6255-medtra-30-01-48.pdf>
- Instituto de Biomecánica de Valencia. (2020). *Posturas forzadas: Riesgos y recomendaciones generales*. Ergodep. <http://ergodep.ibv.org/documentos-de-formacion/2-riesgos-y-recomendaciones-generales/478-posturas-forzadas.html>
- Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud. (s. f.). *Condiciones de trabajo y salud*. ISTAS. <https://istas.net/salud-laboral/danos-la-salud/condiciones-de-trabajo-y-salud>
- Jeong, M., García, R., Saucedo, E., & Fernández, A. (2021). Lumbalgia ocupacional en médicos residentes del Hospital Ángeles Mocel. *Acta Médica Grupo Ángeles*, 19(3), 145–152. Nursing Hero. <https://www.nursinghero.com/study-files/20072426>
- Kayihan, G. (2014). The relationship between daily physical activity level and low back pain in young office-working women. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 27(5), 863–870. <https://doi.org/10.2478/s13382-014-0315-3>
- Mango, Q., & Mendocilla, M. (2019). *Factores demográficos y laborales relacionados con el riesgo ergonómico en personal de enfermería, servicio centro quirúrgico, Hospital Regional Honorio Delgado, Arequipa – 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Alicia.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNSA_74ca822e22a737f00b44d981a6daf3a5

- Martines, A., & Paredes, L. (2019). *Riesgos ergonómicos relacionados a la lumbalgia ocupacional en enfermeros que laboran en el centro quirúrgico del hospital militar* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Alicia.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/AUIC_8b2fdcc6d1915aa5561afb7c80a0c1e5/Details
- Ministerio de Salud del Perú. (2005). *Informe sobre salud pública en Perú*. Ministerio de Salud.
https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/6879/garcia_odgf.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Ministerio de Salud del Perú. (2006). *Informe sobre salud pública en Perú*. Ministerio de Salud.
https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/6879/garcia_odgf.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Miranda, M. (2014). *Curso básico de prevención de riesgos laborales*. Universidad Complutense de Madrid. <https://www.ucm.es/data/cont/docs/3-2014-12-17-Temas%2020,21%20y%2022.Riesgos%20posturales%20y%20estr%C3%A9s%20t%C3%A9rmico.pdf>
- Miranda, Q. (2013). *Yoga como tratamiento para disminuir los niveles de dolor lumbar inespecífico: Revisión bibliográfica* [Tesis de licenciatura, Universidad de Santiago de Chile]. Repositorio UCSH.
<http://repositorio.ucsh.cl/bitstream/handle/ucsh/1261/121162.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Nates Vilca, C. H. (2018). *Nivel de riesgo ocupacional en las enfermeras que laboran en el centro quirúrgico del Hospital Goyeneche III, Arequipa, 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio UNSA.

http://bibliotecavirtual.unsa.edu.pe:8009/cgi-bin/koha/opac-search.pl?q=ccl=su%3A%22RIESGO%22%20and%20su-to%3A%20RIESGO%20and%20itype%3ATES%20and%20au%3ANates%20Vilca%2C%20Cynthia%20Heidy&sort_by=relevance_dsc&limit=su-to:RIESGO%20PSICOSOCIAL

Néstor, G. E. L. (2018). Lumbalgia o dolor de espalda baja. *Revista Mexicana de Ortopedia y Traumatología*, 32(1), 45–52.

http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id_articulo=43071&id_seccion=1364&id_ejemplar=4381&id_revista=101

Omokhodion, F. O. (2002). Low back pain in a rural community in southwestern Nigeria. *West African Journal of Medicine*, 21(2), 87–90.

Orem, D. E. (2001). *Nursing: Concepts of practice* (6th ed.). Mosby.

Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. OMS.

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1

Organización Mundial de la Salud. (2017). *Protección de la salud de los trabajadores*. OMS.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/protecting-workers-health>

Palma, F., Suazo, S., & Alvarado, O. (2015). El trabajo del profesional de enfermería: Revisión de la literatura. *Enfermería: Cuidados Humanizados*, 4(2), 9–22. SciELO Chile. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532015000200002

Pataro, S. M. S., & Fernandes, R. de C. P. (2014). Trabajo físico pesado y lumbalgia: La realidad en la limpieza urbana. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 17(1), 17–30.

<https://doi.org/10.1590/1809-4503201400010003>

- Peña, J., & Solano, A. (2009). Factores relacionados con la aparición de lumbalgia en las enfermeras. *Revista Unisanitas*, 12(2), 45–56.
<http://www.unisanitas.edu.co/Revista/13/enfermeria.pdf>
- Petit, A., & Roquelaure, Y. (2015). Low back pain, intervertebral disc and occupational diseases. *Journal of Occupational Safety and Ergonomics (JOSE)*, 21(1), 15–19.
<https://doi.org/10.1080/10803548.2015.1017940>
- Portal de los Riesgos Laborales de los Trabajadores de la Enseñanza. (2015). *Riesgos laborales según los lugares de trabajo*. Federación de Enseñanza de CCOO.
<https://riesgoslaborales.saludlaboral.org/portal-preventivo/riesgoslaborales/riesgos-laborales-segun-los-lugares-de-trabajo/>
- Quispe, C., & Risco, C. M. P. (2019). *Estilos de afrontamiento y consecuencias de los riesgos ergonómicos en enfermeras*. UCI – UCIM. Hospital Nacional Carlos Alberto Seguin Escobedo Arequipa, 2019 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Alicia.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNSA_e72cfa7030fad31f3ea7b34f615b5f73
- Quispe, E. G. K., & Risco, C. M. P. (2020). *Factores de riesgo de lumbalgia ocupacional en el personal de enfermería del hospital San Juan de Dios, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78203/Quispe_EGK_Risco_CMP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Revilla, L., & Suárez, K. (2016). *Factores físicos ergonómicos y el dolor musculoesquelético en enfermeras, servicio Gineco-Obstetricia, cirugía y unidad de quemados*. Hospital Regional Honorio Delgado, Arequipa 2016 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio UNSA.

[http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/1806/ENretela.pdf?sequence=1
&isAllowed=y](http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/1806/ENretela.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Trinkoff, A. M., Johantgen, M., Storr, C. L., & Gurses, A. P. (2017). Musculoskeletal problems of the neck, shoulder, and back and functional consequences in nurses. *American Journal of Industrial Medicine*, 50(3), 245–251.

<https://doi.org/10.1002/ajim.20422>

Universidad de La Rioja. (2015). *Manipulación manual de cargas: Servicio de prevención de riesgos laborales*. Universidad de La Rioja.

<https://www.unirioja.es/servicios/sprl/pdf/cargas.pdf>

Vahdati, S., Khiavi, R., & Ghafouri, R. (2014). Evaluation of the prevalence of low back pain in residents of Tabriz University of Medical Sciences in relation to their workplace. *Turkish Journal of Emergency Medicine*, 14(3), 125–129.

<https://doi.org/10.5505/1304.7361.2014.37592>

Yang, S., Lu, J., Zeng, J., Wang, L., Li, Y., & Li, J. (2019). Risk factors for work-related musculoskeletal disorders in Chinese nurses: A cross-sectional study. *BMJ Open*, 9(9), e031579. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-031579>

Yassi, A., & Lockhart, K. (2013). Work-related musculoskeletal disorders in nursing: A systematic review. *International Journal of Occupational and Environmental Health*, 19(3), 223–244. <https://doi.org/10.1179/2049396713Y.0000000004>

Apéndices

Apéndice A: Instrumentos de recolección de datos

Instrumento

Edad: _____

Sexo: _____

Peso: _____

Talla: _____

Tiempo de servicio: __

Instrucciones:

Estimados enfermeros, por favor, marque con un aspa (X) la opción elegida y/o

Complete los espacios en blanco en cada uno de los siguientes ítems.

Opciones de respuesta:

Nº	PREGUNTAS	SI	NO
1.	¿Ha sufrido un accidente o lesión con ocasión del trabajo?		
2.	¿Ha padecido patologías lumbares con ocasión del trabajo?		
3.	¿Tiene conocimiento de algún incidente, accidente, lesión o patología lumbar ocurridos a algún otro trabajador de su mismo centro de labores, con ocasión del trabajo?		
4.	¿Han sido evaluados los factores de riesgo en su centro o en su puesto de trabajo?		
5.	¿Ha recibido formación adecuada para realizar levantamiento seguro de pacientes y de cargas?		
6.	¿Existen protocolos para la administración de medicamentos o para otra actividad?		
7.	¿En los protocolos se describen las posturas adecuadas para realizar prácticas seguras de trabajo?		
8.	¿Realiza alguna actividad extra laboral que exija levantamiento de cargas, adoptar posturas forzadas o repetitividad?		
9.	¿El espacio resulta suficiente para realizar los movimientos que exija el trabajo en formacómoda, sin tropezar con lo que haya alrededor?		
10.	¿El suelo es irregular o resbaladizo en las áreas que frecuenta durante la jornada laboral?		
11.	¿Existen desniveles en el suelo, en las áreas que frecuenta durante la jornada laboral, que pudieran generar accidentes por caídas?		
12.	¿Existe falta de iluminación en las áreas en las que ejecuta las tareas durante la jornada?		
13.	¿Realiza largos desplazamientos en la búsqueda o en la recolección de los insumos necesarios para realizar sus tareas o atender pacientes?		

14.	¿Carece de apoyo de personal (auxiliares de enfermería, camilleros o familiares) paramanipular o levantar Pacientes en las camas o fuera de ellas?		
15.	¿Carece de apoyo mecánico para la manipulación o para el levantamiento de pacientes?		
16.	¿Carece de apoyos, tales como agarraderas en duchas o en camas, que faciliten el aseo de los pacientes?		
17.	¿Es elevado el número de pacientes que debe atender?		
18.	¿Las actividades que realiza durante la jornada laboral la(o) dejan extenuada(o) al final del día?		
19.	¿Durante la jornada se estipulan pausas o descansos?		
20.	¿Las actividades se realizan bajo presión, aumentando la velocidad?		
21.	¿Manipula cargas u objetos con volúmenes aproximados de 100 x 60 x 40 cm (altura de los brazos en posición de extensión)?		
	En caso de ser afirmativo: La manipulación de cargas se realiza de forma: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
22.	¿Realiza levantamiento de pacientes?		
	En caso de ser afirmativo: Especifique la frecuencia o el número de veces, durante la jornada diaria, que debe realizar levantamientos de pacientes o de cargas: Menores o iguales a 3 kg, _____ veces. Entre 20 y 25 kg, _____ veces. Entre 10 y 20 kg, _____ veces. Mayores a 25 kg, _____ veces.		
23.	¿Manipula o levanta pacientes con exceso de peso?		
	En caso de ser afirmativo: La manipulación o el levantamiento de pacientes se realiza de forma: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
24.	El peso promedio de los pacientes manipulados o levantados está entre _____ kg y _____ kg.		
25.	¿Realiza movimientos bruscos al manipular o al levantar pacientes?		
26.	¿Realiza levantamientos o descenso de pacientes con poco equilibrio o poca base de sustentación?		
	En caso de ser afirmativo: El levantamiento o el descenso de pacientes es: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
27.	¿Empuja camas o camillas con pacientes?		
	En caso de ser afirmativo: Este movimiento se realiza de forma: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
28.	¿Realiza movimientos de flexión (inclinarse hacia adelante o hacia atrás) durante la manipulación o el levantamiento de pacientes?		

	En caso de ser afirmativo: Esta posición se adopta de manera: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
29.	¿Realiza movimientos de torsión del tronco (hacia la derecha o hacia la izquierda) durante la manipulación o el levantamiento de pacientes?		
	En caso de ser afirmativo: Esta posición se adopta de manera: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
30.	¿Realiza movimientos de flexión combinados con torsión durante la manipulación o el levantamiento de pacientes?		
	En caso de ser afirmativo: Esta posición se adopta de manera: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
31.	¿Realiza tareas con apoyo de un solo pie?		
	En caso de ser afirmativo: Esta posición se adopta de manera: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
32.	¿Realiza movimientos de flexión de las rodillas durante la manipulación o el levantamiento de pacientes?		
	En caso de ser afirmativo: Esta posición se adopta de manera: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
33.	¿Se mantiene durante largos períodos en posición sentada?		
	En caso de ser afirmativo: Esta posición se adopta de manera: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		
34.	¿Realiza actividades donde los brazos permanezcan por encima de los hombros?		
	En caso de ser afirmativo: Esta posición se adopta de manera: Poco frecuente () Muy frecuente () Frecuentemente () Siempre ()		

Apéndice B: Validez de los instrumentos

Nombre	Lumbalgia Ocupacional
Autora original	La autora original: Homez Salazar Betzabeth(2005) adaptación: Prieto Jaimes, Rosa Mercedes. (Universidad Norbert-2011)
Objetivo	Determinar la relación de la lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de hospitalización del servicio de medicina del hospital MINSA en el año 2025.
Lugar de aplicación	Área de hospitalización
Forma de aplicación	Colectiva
Duración de aplicación	30 minutos aproximadamente
Dimensiones que evaluara	Antecedente laboral condiciones ambientales Riesgo disergonómico
Escala y valores	Si No
Rango	Alto:103-146 Moderado:69-102 Bajo: 34-68

Apéndice C: Consentimiento informado

Yo.....identificado con DNI.....declaro que he sido informado acerca de la realización del proyecto de investigación titulado: “**Relación entre lumbalgia ocupacional y años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de hospitalización del servicio de medicina de un Hospital MINSA 2025.**” Por tanto, haciendo uso de mis facultades mentales y después que he sido debidamente informado sobre la investigación para la cual se pide mi participación, expongo.

Que al firmar este documento doy mi consentimiento y aceptación voluntaria para participar en el estudio. Por tanto, me comprometo a responder de manera veraz a los cuestionarios que se me apliquen.

Por tanto, DOY MI CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN LA INVESTIGACION.

Para que conste firmo este documento:

Participante

Arequipa.....de.....2025

Apéndice D: Matriz de consistencia

Título:

Problema	Objetivos	Variables	Hipótesis	Metodología
Problema general	Objetivo general	Variable 1	Hipótesis general	Enfoque: investigación aplicada Diseño: asociativo Tipo: básico Corte: transversal Población: 42 trabajadores Muestra: toda la población Técnica: encuesta Instrumento: cuestionario
¿Cuál es la relación de la lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de hospitalización del servicio de medicina de un hospital MINSA 2025?	Determinar la relación de la lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de hospitalización de un hospital MINSA 2025	Lumbalgia ocupacional	Existe relación entre lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de hospitalización de un hospital MINSA 2025	
Problemas específicos	Objetivos específicos	Variable 2	Hipótesis específicas	
1¿Cuál es la frecuencia de la lumbalgia ocupacional del personal de enfermería que labora en el área de hospitalización de un hospital MINSA 2025 2¿Cuáles son los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de	1.Determinar la frecuencia de la lumbalgia ocupacional del personal de enfermería que labora en el área de hospitalización de un hospital MINSA 2025 2.Determinar los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de	Años de servicio	H0 No existe relación entre lumbalgia ocupacional y los años de servicio del personal de enfermería que laboran en el área de hospitalización de un hospital MINSA 2025	

hospitalización de un hospital MINSA 2025	hospitalización de un hospital MINSA 2025			
---	---	--	--	--

Apéndice E: Autorización institucional.

El Comité de Investigación del Hospital MINSA visto la solicitud de realización del trabajo de investigación titulado: “RELACION ENTRE LUMBALGIA OCUPACIONAL Y AÑOS DE SERVICIO EN PERSONAL DE ENFERMERIA DEL ÁREA DE HOSPITALIZACION DE UN HOSPITAL MINSA 2025” de las autoras Licenciados, De La Peña Huanuire Alma Patricia y Gutiérrez Ccama Julissa Romanella, resuelve autorizar la realización del trabajo de investigación titulado “RELACION ENTRE LUMBALGIA OCUPACIONAL Y AÑOS DE SERVICIO EN PERSONAL DE ENFERMERIA DEL ÁREA DE HOSPITALIZACIÓN DE UN HOSPITAL MINSA, 2025” de las autoras Licenciados, De La Peña Huanuire Alma Patricia y Gutiérrez Ccama Julissa Romanella.

Dr. Hernán Castillo Tejada

Presidente del Comité de Investigación

Hospital III Goyeneche