

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Salud Pública



**Ansiedad, depresión, actividad física como predictores de la  
calidad de vida en enfermeras peruanas**

Trabajo de Investigación para obtener el Grado Académico de  
Maestro(a) en Salud Pública con Mención en Salud Colectiva y  
Promoción de la Salud

**Autor:**

Roque Tueros Tania Nelly  
Noblecilla Renteria Sheila Cecilia  
Tito Villena Cecilia Mercedes

**Asesor:**

Dr. Wilter Charming Morales García

Lima, diciembre del 2025

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Yo Wilter Charming Morales García, docente de la Unidad de Posgrado de Salud Pública, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: Ansiedad, depresión, actividad física como predictores de la calidad de vida en enfermeras peruanas de , Roque Tueros Tania Nelly, Noblecilla Renteria Sheila Cecilia y Tito Villena Cecilia Mercedes tiene un índice de similitud de 12% 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 23 días del mes de diciembre del año 2025.



Dr. Wilter Charming Morales García

## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 10 día(s) del mes de octubre del año 2025 siendo las 11:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Dr. Rafael Calla Mercado el (la) secretario(a): Mtro. Wilter Eyvi Mardel Morales Garcia y los demás miembros: Dr. Daniel William Richard Pérez y la Mg. Edda Evnet Newball Noriega y el (la) asesor(a) Dr. Wilter Charming Morales Garcia, con el propósito de administrar el acto académico de sustentación del trabajo de investigación titulado: "Ansiedad, depresión, actividad física como predictores de la calidad de vida en enfermeras peruanas" del (de la) /((los)(las) candidato(a)/s a) Tania Nelly Roque Tueros; b) Sheila Cecilia Noblecilla Renteria; c) Cecilia Mercedes Tito Villena; conducente a la obtención del Grado Académico de Maestro(a) en: Salud Pública.

### Salud Colectiva y Promoción de la Salud (Denominación del Grado Académico)

El presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato/a (a) Tania Nelly Roque Tueros; b) Sheila Cecilia Noblecilla Renteria; c) Cecilia Mercedes Tito Villena

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	18	A-	Con nominación de Muy Bueno	Sobresaliente

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

\_\_\_\_\_  
Presidente/a

  
\_\_\_\_\_  
Secretario/a

\_\_\_\_\_  
Asesor/a

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Candidato/a (a)

\_\_\_\_\_  
Candidato/a (b)

\_\_\_\_\_  
Candidato/a (c)

## Índice

<b>Resumen</b> .....	5
<b>Introducción</b> .....	7
<b>Metodología</b> .....	11
<b>Resultados</b> .....	13
<b>Referencias Bibliográficas</b> .....	19

# **Ansiedad, depresión, actividad física como predictores de la calidad de vida en enfermeras peruanas**

## **Anxiety, Depression, and Physical Activity as Predictors of Quality of Life in Peruvian Nurses**

### **Resumen**

*Antecedentes:* La inteligencia emocional (IE) ha emergido como un factor crucial en la *Background:* La formación médica representa un ámbito de estudio complejo, influenciado por una serie de factores psicológicos, demográficos y contextuales. La motivación académica, esencial para el éxito educativo, se ha relacionado con decisiones críticas en la carrera médica y puede ser modulada por elementos contextuales como el entorno socioeconómico y geográfico. La teoría de la autodeterminación ha proporcionado un marco sólido para comprender la naturaleza multidimensional de la motivación.

*Objetivo:* Evaluar las propiedades psicométricas de una versión en español de la Escala corta de Motivación Académica en estudiantes de medicina peruanos.

*Métodos:* Utilizando un diseño instrumental, se evaluó la estructura factorial, confiabilidad e invariancia de género de la SAMS-S. Se realizó un Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) para validar la estructura de la escala basada en 7 dimensiones. Además, se evaluó la confiabilidad mediante el coeficiente alfa de Cronbach y el coeficiente omega, y se determinó la invariancia de género mediante análisis factorial confirmatorio multigrupo.

*Resultados:* La versión peruana de la SAMS-S mostró un buen ajuste en el AFC con índices de bondad de ajuste satisfactorios ( $\chi^2 = 144.930$ ,  $gl = 56$ ,  $p < .00$ ,  $CFI = 0.95$ ,  $TLI = 0.92$ ,  $RMSEA = 0.06$  [90% CI: 0.05 - 0.08],  $SRMR = 0.05$ ). Las cargas factoriales de todos los ítems superaron el criterio establecido ( $\lambda > 0.50$ ), indicando una fuerte contribución a sus factores respectivos. La confiabilidad de la escala y sus subescalas estuvo en rangos aceptables. Además, se confirmó la invariancia de género de la SAMS-S en todos los niveles, desde configuracional hasta estricto.

*Conclusiones:* La SAMS-S se presenta como una herramienta válida y confiable para medir la motivación académica en estudiantes de medicina en Perú. Su robustez y adaptabilidad hacen que sea relevante para investigaciones futuras en contextos educativos similares y puede servir como base para intervenciones dirigidas a mejorar la motivación académica en este grupo específico.

### **Summary**

*Background:* Nurses' quality of life is a critical component of health care because it influences their professional performance and the quality of care delivered to patients. Factors such as anxiety and depression negatively affect well-being, whereas physical activity may serve as a protective factor. However, the interaction of these variables among Peruvian nurses has been understudied.

*Objective:* To analyze the effects of anxiety, depression, and physical activity on quality of life in Peruvian nurses.

*Methods*

An explanatory cross-sectional study was conducted with a sample of 305 Peruvian nurses ( $M = 41$ ,  $SD = 12.14$ ). Standardized scales were used to measure quality of life, anxiety, depression, and physical activity. Data analysis included descriptive statistics, correlations, and structural equation modeling (SEM).

Results: Findings showed that anxiety ( $\beta = -0.17$ ,  $p < .001$ ) and depression ( $\beta = -0.37$ ,  $p < .001$ ) had a significant negative impact on nurses' quality of life, whereas physical activity had a significant positive effect ( $\beta = 0.33$ ,  $p < .001$ ). A moderate correlation was found between anxiety and depression ( $r = 0.65$ ,  $p < .01$ ), along with negative correlations between physical activity and both emotional variables ( $r = -0.16$  with anxiety and  $r = -0.15$  with depression,  $p < .01$ ).

Conclusion: Anxiety and depression negatively affect quality of life among Peruvian nurses, while physical activity functions as a protective factor. Implementing occupational health programs that include stress-management strategies and promote physical activity is recommended to improve nurses' well-being and, consequently, the quality of health services.

**Palabras clave:** Calidad de vida, ansiedad, depresión, actividad física, enfermeras

**Keywords:** Quality of life, anxiety, depression, physical activity, nurses