

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Ciencias de la Salud



Nivel de conocimientos y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de neurología de un hospital público de Huancayo, 2025

Trabajo Académico

Presentado para obtener el Título de Segunda Especialidad profesional de enfermería: Neurología y Neurocirugía

Autoras:

Gabriela Katherine Perez Borromeo

Sara Stefany Salvador Vílchez

Asesora:

Mg. Yanela Karoly Ricalde Castillo

Lima, 13 de enero del 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo, Yanela Karoly Ricalde Castillo, 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: **“NIVEL DE CONOCIMIENTOS Y APLICACIÓN DE LA MECÁNICA CORPORAL EN EL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DEL SERVICIO DE NEUROLOGÍA DE UN HOSPITAL PÚBLICO DE HUANCAYO, 2025”** de las autoras Perez Borromeo Gabriela Katherine y Salvador Vílchez Sara Stefany tiene un índice de similitud de 18% 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 13 días del mes de enero del año 2026.



Mg. Yanela Karoly Ricalde Castillo

Nivel de conocimientos y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de neurología de un hospital público de Huancayo, 2025

Trabajo Académico

Presentado para obtener el Título de Segunda Especialidad profesional de enfermería: Neurología y Neurocirugía



Mg. Elizabeth Gonzales Cardenas

Dictaminador

Lima, 13 de enero del 2026

Tabla de Contenido

Resumen.....	1
Planteamiento del Problema	2
Formulación del Problema	4
Objetivos de la Investigación	4
Justificación.....	5
Línea de Investigación	6
Presunción Filosófica	6
Desarrollo de las Perspectivas Teóricas.....	8
Antecedentes de la Investigación	8
Marco Conceptual	14
Bases Legales	18
Bases Teóricas.....	21
Definición de Términos.....	22
Metodología	23
Descripción del Lugar de Ejecución	23
Población y Muestra.....	23

Tipo y Diseño de Investigación.....	23
Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos.....	30
Proceso de Recolección de Datos.....	31
Procesamiento y Análisis de Datos.....	32
Consideraciones Éticas.....	32
Administración del Proyecto de Investigación.....	33
Referencias Bibliográficas.....	35
Apéndices.....	39

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo: Determinar cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo; el estudio es de enfoque cuantitativo diseño no experimental tipo correlacional de corte transversal, la población está conformada por 24 enfermeras del servicio de neurocirugía donde se aplicarán dos cuestionarios uno de conocimiento sobre mecánica corporal y una guía de observación sobre la práctica de la mecánica corporal por las enfermeras. Para definir el vínculo entre las variables se calculará el coeficiente r de Pearson, también se recurrirá al análisis del “p value”.

Palabras clave: Conocimiento, mecánica corporal, aplicabilidad, profesional de enfermería.

Planteamiento del Problema

Desde hace unos años atrás las estadísticas según la OMS, nos menciona que una multitud de personas han padecido alguna lesión osteomuscular, produciendo dolencias, limitaciones en la movilidad, afectando las capacidades funcionales comprometiendo el desempeño laboral y el bienestar de quienes la padecen (OMS 2021).

La OPS rechaza que el bienestar de los trabajadores se vea comprometido por sus actividades laborales. Los eventos y padecimientos relacionados al trabajo generan angustia para el trabajador y su grupo familiar, el esfuerzo físico es fundamental en cualquier actividad laboral, no sólo es un mecanismo del trabajo. A veces el mantenimiento de una misma postura por tiempo prolongado puede ser el origen de lesiones musculoesqueléticas (OPS, 2021).

En América Latina, los hospitales son considerados áreas de trabajo con riesgos elevados, debido a las exigencias físicas inherentes a la atención directa que realiza la enfermera al usuario. Esta labor requiere rapidez, precisión, continuidad donde implica una elevada demanda física que expone a las enfermeras a un desgaste corporal significativo (Yumisaca & Campos, 2025).

Las actividades físicas desempeñadas durante los turnos incluyen estar de pie por periodos extensos, transitar y acelerarse en situaciones de emergencia, levantar cargas, mover equipos u objetos pesados, movilizar y realizar cambios posturales a los enfermos. Estas tareas se ejecutan de manera repetitiva, por ello la omisión de principios de mecánica corporal contribuyen directamente al desarrollo de lesiones musculo esqueléticas causando fatiga crónica y trastornos ergonómicos. (Yumisaca & Campos, 2025).

El Colegio de Enfermeros del Perú (CEP) revela que las enfermeras padecen daños musculoesqueléticos en la zona lumbar. Asimismo, existen factores de riesgo ergonómico como: posturas inadecuadas, esfuerzo físico y manipulación de carga manual en la movilización del

paciente, exposición con sustancias biológicas, tóxicas, radiación, exposición de baja temperatura, tareas altamente repetitivas con uso de fuerza, uso frecuente de instrumentos que vibran y manipulación manual de carga entre otros (CEP, 2023).

En múltiples ocasiones el personal de enfermería opta posturas incorrectas como periodos prolongados de pie, actividades repetitivas, posturas ergonómicas inapropiadas en la atención y traslado del usuario. Según Olalla menciona: el hábito adecuado de mecánica corporal conservará fuerza, reducirá ansiedad y disminuirá tensión en estructuras corporales, reduciendo la posibilidad de lesiones, de ahí la importancia de seleccionar y aplicar técnicas correctas que reduzcan los efectos adversos de la gravedad o la fricción mejorando los efectos positivos de estas dos fuerzas para reducir el consumo de energía, evitar el estrés o la tensión en los sistemas corporales (Olalla et al., 2020).

Los profesionales de enfermería deben de tener un conjunto de saberes teóricos, prácticos, habilidades y capacidades sobre mecánica corporal que requieren para desempeñar eficazmente su trabajo al momento de movilizar a los pacientes o transportar materiales y equipos clínicos. La experticia sobre mecánica corporal en los profesionales de enfermería se va construyendo y enriqueciendo con la práctica profesional, el análisis de movimientos corporales sumados a equipos y materiales pueden hacer que las maniobras físicas sean más eficientes; la innovación de nuevas formas de movilizar objetos pesados, hacen que el conocimiento profesional se perfeccione (Soliman et al., 2023).

La mecánica corporal es un término que indica un esfuerzo coordinado de los sistemas muscular esquelético y nervioso para mantener el equilibrio, la postura y la alineación corporal en la vida diaria, lo cual el profesional de enfermería debe conocer y practicar la mecánica corporal adecuada para prevenir lesiones (Dewasi & Khan, 2020).

En el servicio de neurocirugía el trabajo que ejecutan los profesionales de salud en el área de enfermería demanda exigencia física, por usuarios que permanecen bajo los efectos de los calmantes, con dependencia III - IV. Cabe mencionar que el transporte, traslado de pacientes, cambios posturales, baño en cama a pacientes, estar de pie, caminar, correr, levantar pesas, mover objetos son actividades físicas realizadas por las enfermeras ya que están directamente relacionadas con la atención directa al paciente (Khalil Abd-Elhameed, 2018).

Por tal motivo consideramos fundamental efectuar esta investigación para poder determinar el vínculo entre los conocimientos de los profesionales en enfermería sobre la mecánica corporal en el desempeño profesional cotidiano.

Formulación del Problema

Problema General

¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de neurocirugía de un Hospital público de Huancayo en el 2025?

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Determinar cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de neurocirugía de un hospital público de Huancayo, 2025.

Objetivos Específicos

Determinar el nivel de conocimiento sobre la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de neurocirugía de un hospital público de Huancayo, 2025.

Identificar la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de neurocirugía de un hospital público de Huancayo, 2025.

Determinar la relación de los datos sociodemográficos con la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de neurocirugía de un hospital público de Huancayo, 2025.

Justificación

Justificación Teórica

El presente estudio tendrá relevancia porque permitirá al personal de salud en enfermería obtener conocimientos sobre un tema vital e importante como la mecánica corporal y su aplicación; el cual permitirá tomar conciencia al profesional en sus acciones, implementando medidas correctivas al realizar sus diversas actividades, con el objetivo según Dorotea Orem con su teoría del déficit del autocuidado quien nos menciona que la protección es la capacidad del ser humano para actuar, prevenir y tratar diversas patologías por sí mismos con la finalidad de preservar la vida y su bienestar emocional, de ahí el interés de estudiar el grado de conocimiento de mecánica corporal; se basa en prevención de lesiones musculoesqueléticas.

Justificación Metodológica

La presente investigación brindará un aporte válido y confiable utilizando instrumentos verídicos con el propósito de medir el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal y la práctica de los profesionales en enfermería, los cuales estarán dispuestos para todos los profesionales de la salud en futuros estudios.

Justificación Práctica y Social

La aplicación de forma adecuada en mecánica corporal contribuirá a la toma de conciencia del profesional en salud fomentando su autocuidado con la prevención de traumatismos musculoesqueléticos a futuro, producto al trabajo duro que desempeña en sus jornadas de trabajo en las diversas áreas.

Línea de Investigación

Conocimiento y mecánica corporal.

Presunción Filosófica

En el Salmos 103, versículo 3 nos menciona: “Él perdona todas tus iniquidades, el que sana todas tus dolencias”. Esta frase bíblica rescata la bondad y poder que emite Dios, quien enfatiza la misericordia y poder para perdonar y sanar nuestras dolencias producidas con enfermedades en el ser humano; no obstante, a pesar de poseer esta bendición es muy imprescindible que el ser humano tome conciencia de su autocuidado, pues nuestro cuerpo saludable le brinda honor y gloria a Dios. Esta afirmación es muy útil en el profesional de enfermería ya que permitirá tengan brindar un servicio adecuado, sin necesidad de alterar su estado de salud. Recordemos que nuestro señor misericordioso ha prometido sanar enfermedades por ello la importancia de cuidar nuestra salud y del prójimo (Naranjo et al., 2021).

En Corintios 6, versículo 19–20 Pablo menciona que el cuerpo de un ser humano debe ser cuidado por ser templo del Espíritu Santo por ser imagen de Dios, por ello nuestro Padre Celestial nos permite experimentar la mortalidad enfatizando la necesidad de vivir en forma que lo honre. Este conocimiento influye en el autocuidado de nuestro ser, por lo tanto, la vida de un cristiano

debe reflejar la gloria de Dios en todo su ser, así obtendrá bendiciones físicas, emocionales y espirituales (Naranjo et al., 2021).

Desarrollo de las Perspectivas Teóricas

Antecedentes de la Investigación

Chávez et al. (2023) realizó un estudio titulado “Lesiones osteomusculares en personal de enfermería y su relación con la incorrecta aplicación de la mecánica corporal” cuyo objetivo fue Describir las lesiones musculoesqueléticas más frecuentes en el personal de enfermería debidas a la incorrecta aplicación de los principios de la mecánica corporal, método Revisión de artículos científicos consultando las bases de datos Scielo. Concluyeron que los daños musculoesqueléticos en el profesional de enfermería se encuentran vinculadas a su desempeño, por el desarrollo de malas posturas, desplazamientos forzados y reiterativos, que requieren un alto nivel de desgaste energético, presión mecánica directa sobre los tejidos corporales.

Pozo et al. (2022) realizó un estudio titulado “Valoración de las medidas educativas en la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos-Ecuador” cuyo objetivo fue implementar estrategias educativas para el adecuado manejo de la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos, el método utilizado fue de tipo cuantitativo diseño transversal no experimental, la muestra estuvo conformada por 20 licenciados de enfermería, el instrumento que se utilizó fue el cuestionario cuyo Resultados fueron: existe poco nivel de aplicación de las medidas para prevenir las posturas inadecuadas de la cual solo el 20% las aplica de forma sistemática; mientras que el 80%, no las aplica. También enfatiza que el 40% de esta muestra si conoce la definición de mecánica corporal, mientras el 90% manifiesta dolores músculo-esqueléticos. Por ello se concluyó que en la actualidad si existen daño musculoesqueléticas en los profesionales de enfermería que labora en la UCI, permitiendo implementar estrategias educativas viables ayudan disminuir el problema identificada.

Vaca (2023) realizó un estudio titulado “Factores de la mecánica corporal que inciden en el cuidado de enfermería en pacientes críticos, Ecuador” cuyo objetivo fue identificar los factores que inciden en el uso de la mecánica corporal en cuidados a pacientes de Unidad de Cuidados Intensivos Metodología: tipo cualitativo de diseño narrativo descriptivo, método fue la revisión sistemática de artículos científicos. La técnica utilizada fue de análisis y revisión documental donde incluyeron 19 estudios, cuyos resultados mencionan que el 70 % de los enfermeros no aplican la mecánica corporal. Esta investigación demuestra que, de 19 principios simples de mecánica corporal, 13 parámetros no se cumplen; por ello la importancia de estas alteraciones fueron relacionados con el entorno laboral representando un 80 %. Así mismo se detectó que el 50 % padecen de dolores a nivel de los miembros inferiores. Concluyeron que los elementos que influyen en no utilizar la mecánica corporal es el desconocimiento de una herramienta útil.

Mamani (2021) realizó su estudio titulado “Competencias cognitivas de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de enfermería en la Unidad de Terapia Intensiva Adultos, Hospital de la Mujer La Paz- Bolivia, cuyo objetivo fue “determinar las competencias cognitivas de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de enfermería en la Unidad de Terapia Intensiva adultos, el método utilizado fue de tipo descriptivo, prospectivo, cuantitativo y transversal como muestra 45 profesionales de enfermería como resultado se obtuvo que el 50%, del personal de Enfermería conoce sobre la mecánica corporal (principios y elementos) y el 86% no tenía formación en técnicas de movilización al paciente. En Conclusión, determinaron que el nivel de conocimiento sobre manejo de la mecánica corporal fue regular, en cuanto a la movilización de pacientes no poseen formación en técnicas correctas e indican la ausencia de un protocolo de técnicas de movilización de pacientes. Asimismo, el

personal de enfermería manifiesta que al movilizar a los pacientes sufrieron lesiones en la región lumbar.

Zanzz (2020) realizó un estudio titulado “Fundamentos teóricos de la mecánica corporal en la movilización de pacientes en el ámbito de enfermería, Ecuador” con el objetivo de escribir los fundamentos teóricos de la mecánica corporal en la movilización de pacientes, en el ámbito de la enfermería. El método utilizado fue documental descriptivo de corte transversal no experimental. En este sentido trabajaron de manera directa e indirecta en documentos, el cual ocasionó la vinculación con la investigación archivística, abarcaron bases de datos como textos y fichas. Sus resultados demuestran que las lesiones musculoesqueléticas en los enfermeros son de un porcentaje alto y son producidas por una aplicación inadecuada de la mecánica corporal durante la movilización en el cuidado de pacientes. Concluyeron que dentro del área de enfermería se refleja desconocimiento en mecánica corporal, movilización de pacientes, antes, durante o después de la ejecución de algún procedimiento, causando lesiones musculoesqueléticas en el personal de salud de enfermería.

León (2018) realizó un estudio titulado conocimiento y aplicación de la mecánica corporal del personal de salud en enfermería que labora en el Hospital Moreno Vázquez en Ecuador, tuvo por objetivo determinar el nivel de conocimiento de mecánica corporal y observar la aplicabilidad de los principios. el método que se utilizó fue descriptivo, cuantitativo, de corte transversal y correlacional, por observación y cuestionario el cual obtuvo como resultado que el 91,1% si conocen sobre la mecánica corporal, mientras que 33.3 % no conocen. Por ello concluyen que el personal de enfermería demostró poseer un mayor porcentaje en conocimiento que en aplicar la práctica sobre la mecánica corporal.

Antecedentes Nacionales, Regionales y Locales

Godoy (2024) realizó una investigación titulada “Aplicación de la mecánica corporal por el personal de enfermería durante la atención de pacientes en el Hospital Hermilio Valdizán” cuyo objetivo fue identificar la aplicación de mecánica corporal por el personal de enfermería durante la atención de pacientes, el método que utilizó fue descriptivo, comparativo, diseño no experimental de corte transversal. Su muestra estuvo conformada por 190 enfermeros, el instrumento utilizado fue una guía de observación donde los resultados fueron que el 66.3% del personal tienen una inadecuada aplicación de la mecánica corporal.

Gutiérrez (2024) realizó un estudio titulado “Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal del enfermero en la Unidad de Cuidados Intensivos Hospital Belén de Trujillo” tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del enfermero en la Unidad de Cuidados Intensivos. Método fue de tipo básico, diseño descriptivo correlacional de corte transversal. Su muestra fue censal, estuvo conformada por 30 enfermeros. Donde para la variable de conocimiento la técnica utilizada que se utilizó fue la encuesta y su instrumento un cuestionario y para la variable de aplicación de la mecánica corporal fue observacional a través de una guía de observación. Sus resultados demuestran que 100% de las enfermeras poseen un alto nivel de conocimiento sobre el tema de mecánica corporal, mientras que el 67% de ellos poseen un dominio correcto en la utilización de mecánica corporal y que un 33% realiza de manera incorrecta.

Quinde (2023) realizó un estudio titulado “Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal de profesional de enfermería del servicio de hospitalización, Hospital Nuestra Señora de las Mercedes de Paita, Piura” tuvo como objetivo determinar la relación entre el conocimiento y la aplicación de la mecánica corporal del profesional de enfermería en el Servicio de Hospitalización

el método utilizado fue: descriptivo correlacional, trabajando con un enfoque cuantitativo, en un corte transversal, la muestra se trabajó con 89 personal de enfermería, el instrumento fue un cuestionario y una guía de observación, sus resultados fueron que el 60.7% presento un conocimiento medio acerca de la mecánica corporal, el 25.8% un conocimiento alto y el 13.5% bajo, por otro lado se halló que la mecánica corporal aplicada en un 49.4% fue regular, en el 33.7% fue optima y en el 16.9% fue deficiente. Concluyeron que el grado de conocimiento de enfermería tiene relación directa y real.

Blancas y Espiritu (2021) realizó un estudio titulado “Conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en las prácticas de enfermería en el servicio de emergencia del hospital nacional Hipólito Unanue- Lima 2021”. Su objetivo fue determinar la relación que existe entre el conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería en el servicio de emergencia. La metodología que utilizaron fue analítica, descriptivo y correlacional. Su población conformada por 30 enfermeros, su instrumento de estudio fue una encuesta del nivel conocimiento y la utilización de una guía de observación para mecánica corporal. Sus resultados obtenidos en la variable de nivel de conocimiento obtuvieron que un 46.7 % poseen conocimiento alto, mientras que un 36.7% tienen un conocimiento medio, mientras que un 16.6 % obtuvieron un nivel de conocimiento bajo, en cuanto a la aplicación de mecánica corporal en los enfermeros se obtuvieron que el 63.3% de profesionales en enfermería aplican de manera correcta, el 36.7% demostró aplicar inadecuadamente la mecánica corporal, concluyendo que nivel de conocimiento tiene relación significativa con la aplicación de la mecánica corporal en el profesional.

Asencios (2021) realizó un estudio titulado “Aplicación de la mecánica corporal del personal de enfermería del servicio de emergencia del Hospital de emergencias Grau- Lima, agosto - octubre 2020”. El objetivo fue determinar la aplicación de la mecánica corporal del

personal de enfermería del servicio de emergencia. La metodología utilizada fue descriptivo, cuantitativo y prospectivo. Su muestra conformada por 96 enfermeros del área de emergencia; el instrumento que utilizaron fue una lista de verificación, donde el análisis de fue descriptivo. Sus resultados obtenidos: el 46,9 % utilizan de manera regular la mecánica corporal; el 32,3 % aplican de manera incorrecta, mientras que el 20,8 % emplean correctamente. En cuanto a la dimensión de elevar objetos el 52,1 % adoptan estar de pie; el 61,50 %, adoptan estar sentados y el 56,3 % mientras trasladan objetos, el 49 %; al movilizar al usuario realizando de forma incorrecta. Concluyeron que el porcentaje mayor de enfermeros del área de emergencia aplican de manera regular su mecánica corporal, evidenciando las carencias de técnicas correctas desempeñadas en sus horarios de trabajo.

Acosta et. al. (2020) realizó un análisis de investigación titulado “Conocimientos sobre mecánica corporal y aplicabilidad en el ejercicio profesional de enfermería en el servicio de emergencia del hospital regional docente de Cajamarca-2020”. Su objetivo fue determinar la relación que existe entre los conocimientos sobre mecánica corporal y aplicabilidad en el ejercicio profesional de enfermería del servicio de emergencia. El método de estudio fue descriptivo, correlacional y de corte transversal. Su población estuvo conformada por 24 licenciados en enfermería quienes optaron por rellenar datos del cuestionario y ficha de observación. Según los resultados obtenidos: el 88% presenta nivel de conocimiento alto, el 12% muestra nivel bajo de conocimiento respecto al tema de mecánica corporal, respecto a la aplicabilidad el 92% desempeña de forma incorrecta, el 8% práctica correctamente la mecánica corporal. Concluyeron que el grado de conocimiento en los enfermeros del servicio de emergencia (88%) representado por 21 profesionales poseen niveles de conocimientos altos, mientras que 12% representado por 3 profesionales muestran niveles de conocimientos bajos respecto al tema de mecánica corporal. En

su aplicabilidad determinaron que el 92% (22) aplican de forma incorrecta, el 8% (2) aplican de forma apropiada la mecánica corporal.

Marco Conceptual

Conocimiento

Es la habilidad que adquiere las personas para reconocer, visualizar y estudiar lo que acontece en nuestro entorno utilizado para su propio beneficio, el cual está conformado por la adquisición de datos e información. Desde esta perspectiva se puede concebir al conocimiento como el conjunto de informaciones y representaciones abstractas interrelacionadas que se han acumulado a través de las observaciones y las experiencias (Gómez & Macedo 2018).

Según Acosta y Huamán (2020): “el conocimiento es la acción y efecto de conocer”, es decir, la adquisición de una herramienta fundamental e indispensable para los enfermeros por la obtención valiosa de informaciones mediante la razón para mejorar las capacidades cognitivas permitiéndole conocer las posturas correctas y adecuadas de mecánica corporal y así practicarlas durante sus horas de jornada laboral evitando de esa manera un traumatismo físico con la prevención de lesiones musculoesqueléticas manteniendo una buena salud física que va a permitir un buen desempeño laboral.

El concepto de conocimiento tiene origen multifacético y complejo que se puede rastrear a través de la filosofía y la historia, el cual se encuentra evolucionando. El saber general “a priori”, es alcanzado de forma independiente, por ello, es indispensable la capacidad para lograr. También, el conocimiento puede ser obtenido “a posteriori”; pero para adquirirlo se requiere de la experiencia. Está compuesta por cuatro principios las cuales son: el sujeto, objeto, operación y representación interna (Ariza et al., 2018).

Conocimiento Natural. Acosta y Huamán (2020) se refiere al conjunto de conocimientos y comprensión de fenómenos de manera natural a través de la observación, no es estructurado, busca entender los fenómenos de manera fácil a través de las experiencias vividas.

Conocimiento Científico. Patricio (2024) es el conocimiento generado que se obtiene mediante el método de observación, visualización y estudio, distinguido por ser universal, concreto, consecuente y objetivo sustentados a partir de evidencias científicas adquiridas, el cual ayuda al entendimiento de hechos reales que suceden en nuestro entorno.

Conocimiento Extracientífico. Patricio (2024) es el conocimiento compuesto por un grupo que no están basados en la ciencia, son temporales provenientes de los sucesos que evitan el razonamiento.

Mecánica Corporal

La mecánica corporal estudia el equilibrio y movimiento de los cuerpos; aplicado a los seres humanos, se denomina mecánica corporal a la disciplina que trata del funcionamiento correcto y armónico del aparato músculo esquelético en coordinación con el sistema nervioso. (Patricio, 2024).

Objetivos de la Mecánica Corporal.

- ✓ Disminuir el gasto de energía muscular.
- ✓ Mantener una actitud funcional y nerviosa
- ✓ Prevenir anomalías músculo esqueléticas.
- ✓ Dimensiones de la mecánica corporal
- ✓ Dimensiones directrices de la mecánica corporal
- ✓ Principios de la Mecánica Corporal

Según Acosta y Huamán (2020) los músculos tienden a funcionar en grupos, más bien que individualmente, Los grandes músculos se fatigan menos que los pequeños, el movimiento activo produce contracción de músculos, los músculos se encuentran siempre en ligera contracción, la permanencia de un objeto es mayor cuando presenta una base sustentada y ancha en el centro de gravedad. El empeño que se necesita para movilizar un cuerpo depende de la fuerza de la gravedad, la fortaleza que se requiere para el equilibrio del cuerpo es el aumento de la línea de gravedad.

El intercambio de actividad contribuye a conservar el tono muscular y a evita la fatiga. El rozamiento de un objeto entre la superficie afecta el trabajo necesario para moverlo. el impulso de un objeto requiere menos esfuerzo al levantarlo, porque implica un movimiento contrario a la gravedad. Algunos dispositivos mecánicos disminuyen el trabajo necesario en el movimiento. (Zanzzì, 2020).

Normas Fundamentales de Mecánica Corporal. Retirar los objetos que pueden estorbar o entorpecer, ubicar los objetos al movilizar en posición adecuada, Incrementar la estabilidad corporal, ampliando la base de sustentación y descendiendo el centro de gravedad, llevar materiales pesados cerca al cuerpo, si fuese posible empujar ya que requiere menos fuerza al levantar, emplear la fuerza de nuestro cuerpo para facilitar el empuje de un objeto. el cuerpo debe mantener un equilibrio adecuado mientras realiza un esfuerzo, solicitar la ayuda de otro profesional o recurrir a ayudas técnicas (Patiño y Rojas 2017).

Pautas de una Mecánica Corporal Apropiaada. En la zona lumbar, doblar las caderas y rodillas ayuda a disminuir el peso imparcial, Separar los miembros inferiores para producir soporte el cual ayudara a conservar el equilibrio, Cuidar la zona lumbar, cervical, pelvis y durante un movimiento Zanzzì (2020).

Aplicación. Este concepto deriva de la palabra latina "aplicativo" y alude al proceso y resultado que surge al aplicar algo. Asimismo, la idea de aplicación se emplea para designar el esmero o dedicación con el cual se ejecuta una actividad determinada (Araujo, 2023).

Aplicación de la Mecánica Corporal. Constituye la capacidad de emplear el organismo de manera efectiva, armónica y protegida con el objetivo de generar desplazamientos corporales y preservar la estabilidad durante el desempeño de tareas físicas (Carrillo, 2019).

Dimensiones de la Aplicación de la Mecánica Corporal.

Dimensión Alineación Corporal (Postura). La condición corporal óptima surge cuando existe una distribución armoniosa de los segmentos anatómicos, permitiendo que el organismo mantenga su estabilidad sin generar estrés adicional sobre las estructuras articulares, la musculatura, los tendones o los ligamentos. Esta configuración espacial representa la disposición geométrica ideal entre los diferentes componentes corporales. Un organismo saludable y correctamente distribuido logra sustentar su estabilidad evitando sobrecargas innecesarias en articulaciones, músculos, tendones o ligamentos (Gómez & Macedo 2018).

En estas circunstancias favorables de salud y distribución corporal adecuada, la musculatura típicamente presenta un estado de contracción suave (tono muscular). Tal condición demanda un gasto energético muscular reducido, mientras simultáneamente resulta suficiente para mantener la integridad estructural completa y brindar soporte a los órganos internos (Gómez & Macedo 2018).

Dimensión Equilibrio (Estabilidad). Es el resultado de una alineación adecuada". Se define como un estado donde diferentes fuerzas encuentran contraposición mutua, generando estabilidad. El mantenimiento del equilibrio humano ocurre cuando la línea de gravedad, concepto que describe una proyección vertical imaginaria atravesando el centro de gravedad de cualquier

cuerpo coincide tanto con el centro de gravedad y punto donde converge la totalidad de la masa corporal como con la base de apoyo y superficie que sustenta al objeto en cuestión. La amplitud de la base de apoyo, combinada con la ubicación inferior del centro de gravedad, determina directamente los niveles de estabilidad y equilibrio alcanzados; dicha condición mejora considerablemente mediante la separación de las extremidades inferiores (Gómez & Macedo 2018).

Dimensión Movimiento Corporal Coordinado. Según Godoy (2024) la mecánica corporal requiere la coordinación armónica entre el aparato músculo-esquelético y el sistema nervioso, incorporando además la capacidad de movimiento articular. Este proceso demanda la integración completa de ambos sistemas para su correcto desempeño. diversos componentes resultan fundamentales para lograr movimientos equilibrados, fluidos y con propósito específico.

Bases Legales

Según la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo Principio De Protección

Los empleados poseen la prerrogativa de exigir que tanto el Estado como los empleadores garanticen ambientes laborales dignos, asegurando así un estilo de vida saludable desde las perspectivas física, mental y social. Las autoridades y organizaciones deberán orientarse hacia:

Artículo 36. Cada empleador asume la obligación concerniente a la salud y la seguridad de quienes forman parte de su plantilla laboral. Los trabajadores deberán involucrarse activamente en temas relacionados con salud y seguridad en el trabajo, mientras que los servicios de salud verificarán que las actividades desarrolladas resulten idóneas y pertinentes según los riesgos inherentes a cada empresa (Rubio & Chegne, 2024).

Artículo 60. Los empleadores suministrarán a su personal equipos de protección personal apropiados, considerando la naturaleza de las tareas y los riesgos específicos existentes durante el ejercicio de sus actividades laborales. Esta medida se implementará cuando resulte imposible erradicar las fuentes de los riesgos laborales o neutralizar sus consecuencias nocivas para la salud, debiendo supervisar la utilización efectiva de dichos elementos protectores (Rubio y Chegne ,2024)

Según la Ley N° 27669, Ley del Trabajo del Enfermero

Capítulo III, Artículo 9. Los trabajadores tienen derecho a desempeñar sus labores en un entorno laboral que garantice condiciones óptimas para preservar su bienestar físico, psicológico y su seguridad personal. Asimismo, deben disponer de los insumos, herramientas y equipos apropiados que les faciliten realizar sus tareas de forma protegida y efectiva, posibilitando así la prestación de servicios de excelencia. (CEP, 2021).

Profesional de Enfermería

Según OMS (2018) los profesionales sanitarios requieren formación universitaria especializada que les proporcione competencias científicas y técnicas sólidas. Esta disciplina abarca el cuidado integral brindado tanto de manera independiente como colaborativa hacia personas de cualquier edad, ya sean individuos, núcleos familiares, colectivos o comunidades enteras, independientemente de su estado de salud actual. Su alcance incluye actividades preventivas, promoción del bienestar, manejo de patologías, así como el acompañamiento a personas con limitaciones funcionales y aquellas que atraviesan procesos terminales.

Se trata de una disciplina profesional centrada en el cuidado integral, donde los especialistas ejercen tanto de forma autónoma como en equipos multidisciplinarios para

salvaguardar la salud poblacional. Los profesionales de la salud se dedican fundamentalmente a identificar y resolver problemáticas sanitarias tanto manifiestas como potenciales que experimenta la población. Enfermería desarrolla su práctica mediante cuatro áreas principales de desempeño: la función asistencial, gestión administrativa, formación educativa y desarrollo de investigación científica OMS (2018),

La enfermera y la Mecánica Corporal

La función primordial de la enfermera consiste en aplicar correctamente la mecánica corporal, fundamentándose principalmente en adoptar posturas adecuadas que faciliten la movilización y el traslado de objetos, equipamiento y pacientes, evitando comprometer su bienestar físico (Chávez et al., 2023).

Durante el ejercicio profesional, el personal de enfermería ejecuta múltiples actividades que demandan esfuerzo físico, Cuando estas maniobras se realizan de manera inadecuada, poseen la capacidad de generar tensión muscular, agotamiento o traumatismos en la enfermera, constituyendo además un riesgo potencial tanto para la integridad del paciente como del profesional sanitario.

El área de Neurocirugía representa uno de los servicios hospitalarios más desafiantes, debido tanto a la complejidad de los procedimientos ejecutados como a los peligros ocupacionales inherentes. El malestar dorsal surge como consecuencia de las extensas jornadas laborales, la permanencia en bipedestación durante intervalos prolongados y la adopción frecuente de posturas ergonómicamente desfavorables, constituyendo un factor recurrente de dolor lumbar. Esta situación se agrava cuando se mantiene la posición erecta con ambos pies unidos, generando tensión constante en la musculatura del muslo.

Bases Teóricas

El estudio fundamenta su base conceptual en la Teoría del autocuidado de Dorotea Orem, quien conceptualiza esta práctica como una conducta inherente al ser humano que mantiene patrones y secuencias determinadas. Cuando dicha conducta se ejecuta de manera efectiva, aporta de modo particular a la preservación de la integridad estructural, al desempeño funcional y al crecimiento de las personas. Según Orem, existe una correlación directa entre salud y la normalidad tanto estructural como funcional, dado que "toda alteración en la estructura o en el funcionamiento constituye apropiadamente una carencia de salud desde la perspectiva de unidad o integridad." (Guevara Alban, 2020).

Según Nursing (2003) es importante fomentar el autocuidado, destacando que el proveedor de salud (el profesional de enfermería) debe estar en óptimas condiciones para poder ofrecer una buena atención a los usuarios, a través del sistema educativo y de apoyo. Además, define tres requisitos de autocuidado:

Los requisitos de autocuidado universal comprenden acciones destinadas a conservar funciones esenciales como la respiración, la hidratación y la nutrición, así como la adecuada eliminación de desechos corporales y la regulación del ritmo entre actividad física y descanso.

Por su parte, los Requisitos de autocuidado del desarrollo implican facilitar entornos o factores que favorezcan tanto la existencia como el crecimiento personal, al tiempo que buscan impedir o reducir el impacto de posibles situaciones perjudiciales.

Finalmente, los requisitos de autocuidado de desviación de la salud hacen referencia a aquellas demandas que aparecen en respuesta a alteraciones o condiciones relacionadas con el estado de salud.

Definición de Términos

Conocimiento: Esta capacidad fundamental distingue al ser humano por brindarle la posibilidad de comprender la esencia de los elementos circundantes, incluyendo sus vínculos y características inherentes (Flores, 2024).

Mecánica Corporal: Campo disciplinario dedicado al análisis del balance y la movilidad corporal; cuando se aplica específicamente a los individuos, constituye el área de estudio enfocada en el desempeño óptimo y coordinado del sistema musculoesquelético Asencios (2021).

Aplicación de la mecánica corporal: Implementación efectiva, sincronizada y protegida de las estructuras corporales con el fin de generar desplazamientos y preservar la estabilidad durante el desarrollo de actividades Mamani (2021).

Metodología

Descripción del Lugar de Ejecución

El estudio se ejecutará dentro de un Hospital Público situado en Huancayo, perteneciente al departamento de Junín, constituyendo una institución de Nivel III. Esta entidad hospitalaria dispone actualmente de múltiples servicios especializados que incluyen cardiología, otorrinolaringología, traumatología, urología, Reumatología, Neurología, Neumología y oftalmología. Adicionalmente, brinda atención en las especialidades de Gastroenterología, cirugía plástica, cirugía laparoscópica, endocrinología, ecografía, Oncología, Neurocirugía, electrocardiograma, odontostomatología, medicina física y rehabilitación, psicología, psiquiatría, reumatología y servicios de emergencia.

Población y Muestra

Población

La población estará compuesta por 24 profesionales de enfermería que labora en el servicio de neurocirugía del hospital.

Muestra

Dado que la población es pequeña y manejable se optó por incluir al total de enfermeras como muestra la cual será censal.

Tipo y Diseño de Investigación

El presente estudio es de enfoque cuantitativo, transversal y correlacional (Arias, 2021).

Formulación de Hipótesis

Ha: Existe relación significativa entre El conocimiento sobre mecánica corporal y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025.

Ho: No existe relación significativa entre El conocimiento sobre mecánica corporal y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025.

Formulación de Hipótesis Específicas

Ha: Existe relación significativa entre el nivel del conocimiento sobre la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo,2025.

Ho: No existe relación significativa entre el nivel del conocimiento sobre la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo,2025.

Ha: Existe relación significativa entre la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025.

Ho: No existe relación significativa entre la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025.

Ha: Existe relación significativa entre los datos sociodemográficos con la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025.

Ho: No existe relación significativa entre los datos sociodemográficos con la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025.

Identificación de Variables

Variable 1: Nivel Conocimiento sobre mecánica corporal

Variable 2: Aplicación de la mecánica corporal

Operacionalización de Variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escalas de medición
Conocimientos sobre Mecánica Corporal	La mecánica corporal es el equilibrio de movimiento de los cuerpos aplicado a los seres humanos, es el funcionamiento correcto y armónico del aparato músculo esquelético en coordinación con el sistema nervioso. (Valdivia Cabrera, 2023)	Engloba información que tiene el profesional de enfermería que labora en el servicio de neurocirugía acerca del manejo adecuado y armónico del sistema musculoesquelético coordinado con el sistema nervioso durante sus actividades diarias y así poder evitar consecuencias. Alto :(10-15) puntos Medio:(5-9) Puntos Bajo:(0-4) puntos	Aspectos generales	<ol style="list-style-type: none"> 1. La mecánica corporal estudia 2. La mecánica corporal consiste en 3. Es uno de los objetivos de la mecánica corporal 4. Una mecánica corporal correcta disminuye 	ordinal
			Elementos	<ol style="list-style-type: none"> 5. Los elementos de la mecánica corporal son 6. Una buena alineación corporal es esencial para: 7. Entendemos por equilibrio 8. La capacidad del equilibrio puede verse afectada por 9. Un movimiento corporal coordinado engloba 	

			<p>Directrices</p>	<ol style="list-style-type: none">10. Uno de los principios de la mecánica corporal es11. los músculos tienden a funcionar en grupos mejor que individualmente, pertenece a12. Es norma fundamental de mecánica corporal13. Utilizar el peso de nuestro cuerpo para facilitar la maniobra de empujar un objeto; corresponde a14. Al pararse correctamente la posición será15. Al levantar y cargar un objeto; cual es el primer paso	
--	--	--	--------------------	---	--

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Aplicación de la mecánica corporal	Es el uso adecuado del cuerpo, donde se deben seguir ciertas reglas en el momento de transportar empujar o movilizar objetos o personas utilizando de manera correcta el sistema musculoesquelético y evitar fatigas y lesiones innecesarias. El abuso de la mecánica corporal expone a los profesionales a accidentes y enfermedades profesionales (Asencio2021)	Se define como el empleo eficaz, coordinado y seguro del cuerpo para producir movimientos y conservar el equilibrio durante la actividad. Optima (42-54) Regular (30-41) Deficiente (18-29)	Alineación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Separa las piernas en dirección del movimiento 2. Utiliza los músculos de las, piernas en vez de la espalda 3. Camina con la cabeza y tórax erguidos 4. Se sienta con su espalda recta, pies y piernas en ángulo 90 grados 5. Cuando se agacha flexiona las rodillas primero 	Nominal
			Equilibrio	<ol style="list-style-type: none"> 6. Retira los objetos que impidan movilizar pacientes 7. Utiliza su propio peso para empujar un objeto 8. Prefiere empujar un objeto antes que levantarlo 9. Baja la cabecera de la cama antes de moverlo 10. Para mover un paciente de una camilla a otra se apoya de accesorios 11. Pide ayuda en casos que sean necesarios para movilizar a pacientes 12. Empuja la camilla o equipo al 	

			transportarla	
			13. Mantiene la espalda recta cuando se moviliza	
		Movimiento	<p>14. Separa los pies más o menos 25 a 30 cm. Y adelantando un poco uno de ellos, para ensanchar la base de sostén</p> <p>15. Mantiene los pies paralelos entre sí y separados unos 15 a 20 centímetros distribuyendo el peso por igual en ambos miembros.</p> <p>16. Planta bien los pies sobre el suelo formando un ángulo de 90° con las piernas</p> <p>17. Apoya las manos sobre el objeto y flexiona los codos, inclinándose sobre él, trasladando el peso del miembro inferior colocando atrás al que está adelante y aplicar presión continua y suave.</p> <p>18. Se coloca cerca del objeto, colocando un pie ligeramente adelantado como para caminar</p>	

Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos

Técnica

Para evaluar la dimensión conocimiento se empleará el método del cuestionario estructurado. En cuanto a la dimensión aplicación, se implementó el instrumento de registro observacional sistemático.

Instrumento

Se utilizarán dos cuestionarios estructurados con la finalidad de recolectar información necesaria para responder la problemática definida.

El primer Cuestionario No 1 constituye una herramienta de medición diseñada para evaluar el nivel de conocimiento. Su desarrollo y estructuración estuvieron a cargo de las investigadoras (Gómez y Macedo 2018). La validez del instrumento se estableció mediante la evaluación de juicios de expertos, mientras que su confiabilidad alcanzó un valor de 0.893 según la prueba Kuder Richardson. El instrumento comprende 15 preguntas cerradas organizadas en tres dimensiones principales: la primera abarca las Generalidades de la mecánica corporal con 5 ítems, la segunda incluye los elementos de la mecánica corporal también con 5 ítems, y la tercera se enfoca en las directrices de la mecánica corporal igualmente conformada por 5 ítems. La categorización de la variable se realizará empleando escalas de evaluación específicas que establecen dos niveles: Alto, correspondiente a puntuaciones entre 8-15 puntos, y Bajo, para puntuaciones en el rango de 0-7 puntos.

El segundo instrumento de medición correspondió a un cuestionario que había sido desarrollado y diseñado previamente por las investigadoras (Gómez y Macedo 2018). Este instrumento recibió validación a través de la evaluación de tres especialistas académicos, compuesto por un profesional con grado doctoral y dos con títulos de maestría, obteniendo

como resultado una V de Aiken equivalente a 1.00. En cuanto a su confiabilidad, se determinó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, alcanzando un valor de 0.908.

La estructura del instrumento comprende 18 interrogantes organizadas según tres dimensiones específicas: Alineación (constituida por 5 ítems), Equilibrio (integrada por 8 ítems) y Movimiento (conformada por 5 ítems). Para las respuestas se implementó una escala tipo Likert, donde las opciones de respuesta reciben la siguiente puntuación: "no" equivale a 1 punto, "a veces" corresponde a 2 puntos, y "sí" representa 3 puntos.

La interpretación de los resultados según la medición de las variables se estableció considerando estos rangos de valoración:

Óptima: puntajes entre 42 y 54

Regular: puntajes entre 30 y 41

Deficiente: puntajes entre 18 y 29

Validez y Confiabilidad. Los instrumentos serán sometidos a la validez y confiabilidad.

Proceso de Recolección de Datos

Antes de iniciar el proceso de obtención de información, será necesario conseguir la aprobación institucional correspondiente. Este procedimiento incluirá dirigirse a la administración del Hospital, contactando tanto la oficina de capacitación como el departamento de enfermería. Igualmente, deberá gestionarse el visto bueno de la jefatura del servicio de Neurocirugía. Tras conseguir estas autorizaciones requeridas, ambos instrumentos serán administrados de forma directa, posterior a la obtención del consentimiento informado. La aplicación tendrá lugar durante el turno diurno, destinando 30 minutos para cada instrumento.

Procesamiento y Análisis de Datos

Después de haber recopilado la información necesaria, esta será introducida y analizada mediante el software estadístico SPSS en su versión 26, utilizando los instrumentos de medición previamente especificados. La exposición de los hallazgos se realizará mediante representaciones tabulares que incluirán valores numéricos y expresiones porcentuales, empleando como prueba estadística el test de chi cuadrado.

Consideraciones Éticas

Los datos que proporcionen los profesionales de enfermería recibirán un tratamiento anónimo, requiriéndose su consentimiento informado mientras se les comunica que los datos recopilados mantendrán carácter confidencial y serán destinados exclusivamente para propósitos de estudio, se consideraran los principios bioéticos:

Autonomía: el personal de enfermería contará con el derecho de decidir libremente sobre su deseo de participar en la investigación, habiendo recibido previamente la información adecuada.

Beneficencia: los datos obtenidos se comunicarán al hospital Nacional de Huancayo, constituyendo información valiosa para el desarrollo de planes de mejora.

Justicia: la recolección de datos se ejecutará aplicando criterios uniformes en todas las situaciones, evidenciando consideración y respeto hacia el horario de trabajo y actividad.

No maleficencia: Se mantendrá el respeto y la seguridad física, así como psicológica del personal de enfermería.

Presupuesto

ID	PARTIDAS Y SUBPARTIDAS	CANTIDAD	COSTOS	TOTAL
1	Personal			
	Honorarios De La Investigadoras	02	1000	2000
	Honorarios Del Reviso R De Apa	01	500.	500
2	Bienes			
	Formatos De Solicitud	04	20	80
	Recursos Materiales Y De Escritorio	15	200	200
	Recursos tecnológicos	02	100	200
3	Servicios			
	Pagos de solicitud al asesor	01	1550	1550
	Pagos de dictaminarían			
	Derecho de sustentación, documentación y derecho de graduación	02	2000	4000
4	Transporte			
	Pasaje a la ciudad de lima	04	80	320
	Trasporte local en lima	10	10	100
5	Imprevistos			
			300	300
	TOTAL			

Referencias Bibliográficas

Guevara Alban, G. P., Verdesoto Arguello, A. E., & Castro Molina, N. E. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). Recimundo. <http://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/860>

Ampliación del rol de las enfermeras y enfermeros en la atención primaria de salud. (2018). *Ampliación del rol de las enfermeras y enfermeros en la atención primaria de salud*. <https://doi.org/10.37774/9789275320037>

Araujo, E. D. (2023). *y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de emergencias del Hospital Juan José Rodríguez Lazo, Chorrillos 2023*. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/791dbf15-8175-42c6-a612-d6b7dc19f6d1>

Arias-Gonzales, J. (2021). *DISEÑO Y METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*. <https://www.researchgate.net/publication/352157132>

Asencios Dominguez, I. S. (2021). *Aplicación de la mecánica corporal del personal de Enfermería del Servicio de Emergencia del Hospital III Emergencias Grau. Lima, agosto - octubre 2020*.

Blancas Rafael, M. E., & Espiritu Diestra, Y. (2021). *Conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital Nacional Hipólito Unanue Lima 2021*.

Conocimiento sobre mecánica corporal y aplicabilidad... - Google Académico. (n.d.). Retrieved November 3, 2025, from https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Conocimiento+sobre+mec%C3%A1nica+corporal+y+aplicabilidad+en+el+ejercicio+profesional+de+enfermer%C3%ADa+en+el+servicio+de+emergencia+del+hospital+regional+docente+de+Cajamarca&btnG=

Dewasi, P. K., & Khan, P. (2020). A Descriptive Study to Assess the Knowledge Regarding Proper Body Mechanic Techniques Among Staff Nurses at Selected Hospitals of Jodhpur with A View

- to Develop Self-Instructional Module. *International Journal of Progressive Research in Science and Engineering* , 1(3), 111–113. <https://journal.ijprse.com/index.php/ijprse/article/view/62>
- Eugenia, M., Farez, L., Marianela, M., & Ríos, L. (2018). *Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en el personal de enfermería que labora en el Hospital Moreno Vázquez, Gualaceo, 2017*. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31689>
- Flores Arellano, M. (2024). *Nivel de conocimiento sobre diabetes mellitus tipo 2 relacionado con los factores de riesgo en personas adultas que acuden a la Ipress progreso- San Juan Bautista 2024*.
- Gabriela, L., Ariza, A., & De Freitas, V. (2018). Relaciones entre el conocimiento didáctico del contenido en la formación de educadores ambientales: una interpretación de contextos. *EDU REVIEW. International Education and Learning Review / Revista Internacional de Educación y Aprendizaje*, 6(1), 19–26. <https://doi.org/10.37467/gka-revedu.v6.1444>
- Godoy, M. I. (2024). *Aplicación de la mecánica corporal por el personal de enfermería durante la atención de pacientes en el Hospital Hermilio Valdizán Medrano Huánuco–2023*. <https://repositorio.udh.edu.pe/handle/20.500.14257/5566>
- Gómez Gómez, C., & Macedo Macahuachi, K. R. (2018). *Conocimiento de mecánica corporal y su aplicación en la práctica de enfermería, unidades críticas - Essalud 2018*. Universidad Científica del Perú. <http://repositorio.ucp.edu.pe/handle/20.500.14503/598>
- Gutiérrez Rios, R. E. (2024). *Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal del enfermero en la Unidad de Cuidados Intensivos Hospital Belén de Trujillo, 2023*.
- Khalil Abd-Elhameed, F. (2018). Occupational Health Program for Nurses to Reduce Musculoskeletal Injuries by Using Body Mechanics. *Egyptian Journal of Health Care*, 9(4), 45–63. <https://doi.org/10.21608/EJHC.2018.19871>

- Magdalena Naranjo-Chávez, G. I., Raquel Rojas-González, L. I., & Humbelina Olalla-García III, M. (2021). Knowledge and Application of Body Mechanics: Nurses of a Hospital in Ecuador. *Polo Del Conocimiento: Revista Científico - Profesional, ISSN-e 2550-682X, Vol. 6, N° 7, 2021 (Ejemplar Dedicado a: JULIO), Págs. 295-312, 6(7), 295–312.*
<https://doi.org/10.23857/pc.v6i7.2851>
- Mamani Mamani, J. M. (2021). *Competencias cognitivas de la mecánica corporal en la movilización de pacientes por el personal de enfermería en la Unidad de Terapia Intensiva Adultos, Hospital de la Mujer La Paz- Bolivia, gestión 2021.*
<https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/4048020>
- Melissa Rubio Castañeda Maycoul Michael Angelo Chegne Cueva Asesor, E., & Darwin Dean Duran Janampa, M. (2024). *Diseño e implementación de un sistema de seguridad y salud en el trabajo según la ley N° 29783 para la reducción de riesgos en la empresa de transportes y.*
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/38330>
- Naranjo Chávez, G., Castro Naranjo, G., & Rojas González, L. (n.d.). Lesiones osteomusculares en personal de enfermería y su relación con la incorrecta aplicación de la mecánica corporal. *Dialnet.Unirioja.EsGN Chávez, GC Naranjo, GLR Fernández Journal of Science and Research: Revista Ciencia e Investigación, 2023•dialnet.Unirioja.Es, 8(2), 2023.*
<https://doi.org/10.5281/zenodo.7968681>
- Nursing, A. T.-T. J. of C. E. in, & 2003, undefined. (2003). Learning with cases. *Journals.Healio.Com, 34(1), 34–38.* <https://doi.org/10.3928/0022-0124-20030101-07>
- Olalla, M., Naranjo, G., López, S., Muñoz, M., & Bayas-Morejón, F. (2020). Body Mechanics and Complications in the Nursing Personnel of the Emergency Service of Luis Vernaza General Hospital (Guayaquil-Ecuador). *Electronic Journal of General Medicine, 17(2), em192.*
<https://doi.org/10.29333/ejgm/7809>

Patiño González, S. G., & Rojas Rivera, J. B. (2017). *Aplicación de la mecánica corporal y riesgos ergonómicos en el personal de enfermería, Azogues, 2017.*

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/28326>

Patricio Nicho, E. M. (2024). *Conocimiento de la técnica de mecánica corporal y aplicación del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos de un Hospital de Barranca, Lima, 2024.* Universidad Norbert Wiener. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/11352>

Pozo Hernández, C. E., Villarreal Ger, M. C., & Mázate Chugá, Z. R. (2022). Valoración de las medidas educativas en la mecánica corporal del personal de salud en la unidad de cuidados intensivos. *Revista Conrado*, 18(S1), 425–431. Recuperado a partir de <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2356>

Presidente La República Por Cuanto, E. DE. (n.d.). *LEY DEL TRABAJO DE LA ENFERMERA(O) CONGRESO DE LA REPÚBLICA LEY N° 27669.*

Quinde Chunga, G. J. (2023). *Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal de profesional de enfermería del servicio de hospitalización, Hospital Nuestra Señora de las Mercedes de Paita, Piura 2023.*

Rehabilitación - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. (n.d.). Retrieved November 3, 2025, from <https://www.paho.org/es/temas/rehabilitacion>

Soliman, M. T., Aldhafeeri, F. M., & Alshammari, O. A. (2024). The impact of Wrong Body Mechanics and Musculoskeletal Disorder among Nursing Staff of hafralbatin hospital on the quality of patient care. *International Journal For Multidisciplinary Research*, 6(1). <https://doi.org/10.36948/ijfmr.2024.v06i01.12277>

Tutasig, J. C. (2017). *Plan de capacitación en mecánica corporal para la disminución de trastornos músculo-esqueléticos en enfermeros del Hospital General Docente Ambato.*

<https://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/6056>

Vaca, Á. G. (2023). *Factores de la mecánica corporal que inciden en el cuidado de enfermería en pacientes críticos*. <https://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/15640>

Yumisaca-Quispillo, C. J., & Campos-Murillo, N. del C. (2025). Consecuencias a la salud física por trastornos músculo esqueléticos en teletrabajadores de Latinoamérica. *MQRInvestigar*, 9(2), e520. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.9.2.2025.e520>

Zanzzí Pérez, J. (2020). Fundamentos teóricos de la mecánica corporal en la movilización de pacientes en el ámbito de enfermería. *Más Vita*, 2(1), 8–15. <https://doi.org/10.47606/ACVEN/MV0001>

Apéndices

Índice A Instrumentos de recolección de datos

CONOCIMIENTO SOBRE MECÁNICA CORPORAL Y APLICACIÓN EN EL EJERCICIO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DEL SERVICIO DE NEUROCIRUGÍA DE UN HOSPITAL NACIONAL 2023.

I. PRESENTACIÓN:

El presente instrumento se ha desarrollado con el objetivo; de determinar el nivel de conocimiento sobre mecánica corporal en la aplicabilidad del profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo. Las respuestas emitidas serán utilizadas solamente para fines de investigación.

II. II. INTRODUCCIÓN

El presente instrumento tiene 15 preguntas con respecto a mecánica corporal.

III. III. DATOS GENERALES

Edad: ____ años Sexo: (F) (M) Tiempo de Servicio: _____

IV. IV. INSTRUCCIONES Marque con un aspa (x) la respuesta que Ud. crea correcta.

1. **La mecánica corporal estudia:**

- a) El equilibrio en los seres humanos
- b) El Movimiento y equilibrio de los cuerpos aplicado a los seres humanos.
- c) Movimiento de los cuerpos.
- d) Las estructuras de los movimientos.

2. **La mecánica corporal consiste en:**

- a) Uso eficaz, coordinado y seguro del organismo para producir movimientos y mantener el equilibrio durante sus actividades.
- b) Realización de ejercicios pasivos y activos
- c) tener momentos de relajación durante las horas de trabajo
- d) uso óptimo de los movimientos de los músculos.

3. **Es uno de los objetivos de la mecánica corporal**

- a) tener una buena posición del cuerpo

- b) Aumentar el gasto de energía muscular
- c) Mantener una buena actitud.
- d) Prevenir complicaciones musculo-esqueléticas

4. El uso de una mecánica corporal adecuada reduce:

- a) Riesgo de lesión musculo-esquelético.
- b) El uso de la energía corporal.
- c) Los ejercicios pasivos y activos.
- d) El riesgo del cuerpo en mala postura.

5. Los elementos de la mecánica corporal son:

- a) Posición, alineación y equilibrio
- b) Alineación corporal, equilibrio y movimientos coordinados.
- c) Postura, equilibrio y base de sustentación
- d) Movimientos coordinados, energía y uso de los músculos

6. Una buena alineación corporal es esencial para:

- a) Que las distintas partes del cuerpo no tengan fatiga.
- b) No causar tensiones indebidas
- c) Mantener un adecuado equilibrio del cuerpo.
- d) Estar en una postura correcta durante una actividad.

7. Entendemos por equilibrio:

- a) Es el estado de contrapeso y/o sensación de estabilidad.
- b) Funcionamiento óptimo del cuerpo humano.
- c) Es la adecuada posición del cuerpo cuando está en bipedestación.
- d) Una postura y una alineación corporal correcta.

8. La capacidad del equilibrio puede verse afectada por:

- a) Que el cuerpo se desestabiliza y ocasionar caídas.

- b) Enfermedad, lesión, dolor, medicaciones y la inmovilidad.
- c) Menor trabajo muscular provocando lesiones.
- d) La postura que optada será incómoda.

9. Un movimiento corporal coordinado engloba:

- a) La estabilidad, el tono muscular, y el empleo del cuerpo.
- b) La utilización de músculos de los miembros inferiores.
- c) El funcionamiento integrado del sistema musculoesquelético y nervioso.
- d) La funcionalidad de tendones, huesos y articulaciones.

10. Uno de los principios de la mecánica corporal es:

- a) La inmovilidad puede provocar daños en los músculos.
- b) El movimiento activo genera contracción de los músculos
- c) Los grandes músculos se fatigan más que los pequeños
- d) Los cambios de posición constante ocasionan lesiones

11. El enunciado: Los músculos tienden a funcionar en grupos mejor que individualmente, pertenece a:

- a) Objetivos de la mecánica corporal
- b) Equilibrio
- c) Principios de la mecánica corporal
- d) Alineación corporal

12. Es norma fundamental de mecánica corporal:

- a) Algunos dispositivos mecánicos disminuyen la tensión.
- b) Los músculos tienden a funcionar en grupos.
- c) El desequilibrio provoca miedo a caerse.
- d) Acondicionar el espacio físico donde se desarrollará la actividad.

13. El enunciado: Utilizar el peso de nuestro cuerpo para facilitar la maniobra de empujar un objeto; corresponde a:

- a) Normas fundamentales de la mecánica corporal
- b) Principios de la mecánica corporal
- c) Movimientos coordinados
- d) Alineación corporal

14. Al pararse correctamente la posición será:

- a) Sostener ambos pies en el suelo.
- b) Los pies deben estar separados entre sí y distribuir el peso en ambos lados.
- c) Disminuir la tensión nerviosa de ambos miembros.
- d) Conservar las piernas en ligera tensión.

15. Al levantar y cargar un objeto; cual es el primer paso:

- a) Observar la posición del objeto.
- b) Preservar el dorso recto y equilibrado
- c) Adopte posición encorvada, a fin de disminuir la flexión dorsal.
- d) Ubicarse cerca del objeto o jalarlo con un pie.

Cuestionario de aplicabilidad

I. INTRODUCCIÓN

El presente instrumento tiene como finalidad identificar la aplicabilidad de la mecánica corporal del profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía

II. DATOS GENERALES

Edad: _____ años Sexo: (F) (M)

III. INSTRUCCIONES

Marque con un aspa (x) la opción que usted considere correcta

Nº	ITEMS	SI	NO
	Al levantar objetos		
1	Adopto la posición encorvada en forma directa, cuando levanta un objeto		
2	Mantengo un centro de gravedad fijo. Para conservar derecha la espalda.		
3	Separo los pies más o menos 25 a 30 cm, adelantando un poco uno de ell		
	Al adoptar la posición de pie		
4	Mantengo recto el cuello y la barbilla dirigida algo hacia abajo.		
5	Conservo el dorso recto.		
6	Sostengo los pies paralelos entre sí y apartados unos 15 a 20 centímetros		
	Al adoptar la posición sentado		
7	Mantengo recta la mitad superior del cuerpo sin doblarse por la cintura.		
8	Conservo la espalda rígida y alineada.		
9	Apoyo bien los pies en el suelo estableciendo un ángulo de 90° co miembros inferiores.		
	Al trasladar paciente		
10	Tengo una postura rígida flexionando las rodillas.		
11	Sostengo equilibrado y recto el dorso.		
12	Separo los pies uno delante del otro.		
	Al transporte de paciente		
13	Apoyo las manos, flexiona los codos y se inclina encima del objeto.		
14	Adelanto una pierna hasta una distancia cómoda, inclinando la pelvis un adelante y abajo		
15	Me aproximo al objeto, colocando un pie levemente adelantado		

Apéndice B: Matriz De Consistencia

Título: Nivel de Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería en el servicio de Neurología de un Hospital público de Huancayo, 2025.

Problema	Objetivos	Variables	Hipótesis	Metodología
¿Cuál es el Nivel de Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025?	¿Determinar la relación entre el nivel de Conocimiento y aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025?	Nivel Conocimientos sobre mecánica corporal.	Ha: existe relación significativa entre El conocimiento sobre mecánica corporal que tiene el profesional de enfermería en el servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025 Ho: No existe relación significativa entre El conocimiento sobre mecánica corporal que tiene el profesional de enfermería en el servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025	Tipo: descriptivo - correlacional Diseño: No experimental, Enfoque: cuantitativo Corte: transversal Población: 24 profesionales. De enfermería Técnica: encuesta - observacional Muestra: no probabilístico Instrumento: cuestionario
	<p style="text-align: center;">Objetivos específicos</p> ¿Determinar el nivel de Conocimiento sobre la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025? ¿Identificar la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025? ¿Determinar la relación de los datos sociodemográficos con la aplicación de la mecánica corporal en el profesional de enfermería del servicio de Neurocirugía de un Hospital público de Huancayo, 2025?	Aplicación de la mecánica corporal		

Apéndice C. Validez y confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos