

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

**ESCUELA DE POSGRADO**

Unidad de Posgrado de Ciencias de la Salud



**Estrategia de afrontamiento de los profesionales de Enfermería para  
prevenir el estrés en el área de Unidad de Cuidados Intensivos hospital  
público de Lima, 2024**

Trabajo Académico

Presentado para obtener el Título de segunda Especialidad profesional de  
Enfermería: Cuidados Intensivos

**Autores:**

Karla Valentina Echevarria Infanzon

Joselin Beatriz Rojas Albino

**Asesor**

Dra. Josefina Amanda Suyo Vega

Lima, 13 de diciembre de 2024

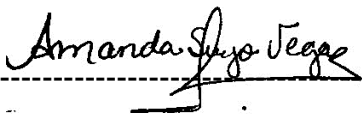
## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo, Josefina Amanda Suyo Vega, 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: **“ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA PARA PREVENIR EL ESTRÉS EN EL ÁREA DE UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS HOSPITAL PÚBLICO DE LIMA, 2024”** de las autoras Karla Valentina Echevarria Infanzon y Joselin Beatriz Rojas Albino tiene un índice de similitud de 20% 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 diciembre del año 2024.



-----  
Dra. Josefina Amanda Suyo Vega

**Estrategia de afrontamiento de los profesionales de  
Enfermería para prevenir el estrés en el área de Unidad de  
Cuidados Intensivos hospital público de Lima, 2024**

Trabajo Académico

Presentado para obtener el Título de Segunda Especialidad  
profesional de enfermería: Cuidados Intensivos



---

Dra. Guima Reinoso Huerta  
Dictaminador

Lima, 13 de diciembre de 2024

## **Agradecimiento**

A Dios por ser nuestro guía, porque nunca nos dejó solas, por darnos tantas cosas maravillosas, mil gracias, Señor.

A la Universidad Peruana Unión, Alma máter, forjadora de profesionales competentes, por brindarnos las facilidades de realizar el trabajo de tesis en esta institución.

A la Escuela Posgrado de Enfermería por la oportunidad de cristalizar este singular anhelo.

A nuestra asesora por ser una excelente maestra y por el apoyo incondicional para poder concluir satisfactoriamente el trabajo de tes

**Dedicatoria**

A nuestros padres por su infinito amor  
y a nuestros queridos abuelos por  
hacer que nuestra infancia sea la más  
maravillosa.

## Tabla de Contenido

Agradecimiento.....	i
Dedicatoria.....	ii
Resumen.....	1
Abstract.....	2
Planteamiento del Problema .....	3
Identificación del Problema.....	3
Formulación del Problema .....	5
Objetivos de la Investigación .....	5
Justificación.....	6
Presuposición Filosófica.....	6
Desarrollo de las Perspectivas Teóricas.....	7
Antecedentes de la Investigación .....	7
Marco Conceptual .....	11
Bases Teóricas.....	16
Definición Conceptual.....	17
Metodología .....	18
Descripción del Lugar de Ejecución.....	18
Población y Muestra .....	18
Tipo y Diseño de Investigación.....	18
Identificación de Variables.....	19
Operacionalización de variables.....	20
Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos .....	21
Proceso de Recolección de Datos.....	23
Procesamiento y Análisis de Datos .....	24

Consideraciones Éticas .....	24
Resultados y Discusión .....	25
Resultados.....	25
Discusión .....	28
Conclusiones y Recomendaciones .....	30
Referencias Bibliográficas .....	31
Apéndices.....	36

## Resumen

La estrategia de afrontamiento está aludida al trabajo cognoscitivo y comportamental para así manejar las solicitudes externas como factores ambientales o internas como los sentimientos que son estimadas como sucesos que superan los medios de un ser con la finalidad de designar la estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de UCI. El estudio es de tipo cuantitativo, descriptivo de corte transversal en donde se trabajó con 30 enfermeras de la UCI de un hospital público de Lima que cumplieron con criterios de inclusión y exclusión; como instrumento se aplicó el Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Rudolf H. Moos, adaptada por la Dra. I. M. Mikulic tipo Likert, donde se obtuvieron resultados en base a las estrategias de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés, fue baja en un 50% (15), fue media en un 27% (8) y alta en 23%(7), en conclusión se determinó que la estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del servicio de UCI se encuentra en un nivel bajo y una minoría de profesionales de enfermería presentan alta.

Palabras clave: Afrontamiento, enfermería, estrés laboral.

### **Abstract**

The coping strategy refers to the cognitive and behavioral work to manage external requests such as environmental or internal factors such as feelings that are estimated as events that exceed the means of a being with the purpose of designating the coping strategy of health professionals. nursing to prevent stress in the hospital public the Lima-ICU area. The study is quantitative, descriptive and cross-sectional where we worked with 30 nurses from the ICU who met the inclusion and exclusion criteria; As an instrument, the Rudolf H. Moos Coping Response Inventory was applied, adapted by Dr. I. M. Mikulic Likert type, where results were obtained based on the coping strategies of nursing professionals to prevent stress, it was low in 50% (15), it was medium in 27% (8) and high in 23% (7), in conclusion it was determined that the coping strategy of nursing professionals to prevent the stress of the ICU service is in a low level and a minority of nursing professionals have a high level.

**Keywords:** Coping, nursing, work stress.

## **Planteamiento del Problema**

### **Identificación del Problema**

A nivel internacional, según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 2017, el estrés laboral puede afectar significativamente a diferentes países (Forbes México, 2017). En Estados Unidos (EE. UU), la tasa de estrés laboral llega a alcanzar el 59%, mientras que en China es aún más preocupante con un 73%. Este fenómeno se atribuye principalmente a la sobrecarga laboral y las presiones ejercidas por los superiores. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) también reconoce este problema como una cuestión de salud pública y ocupacional que impacta negativamente en el rendimiento de los trabajadores y en el funcionamiento de las organizaciones, así mismo refiere que a nivel global, aproximadamente el 30% de la fuerza laboral se ve afectada por el estrés laboral, con una mayor incidencia en los países en desarrollo (Organización Internacional del Trabajo, 2016). Este fenómeno se manifiesta con problemas de salud física y mental, síndrome de burnout, ansiedad, depresión y accidentes laborales.

El estrés laboral puede resultar en la pérdida de hasta el 60% de los días laborables, destacando su alta prevalencia en países en desarrollo, como lo evidenciado en Japón y Taiwán, además, en particular esto se ha observado que los trabajadores del sector de la salud los cuales son muy susceptibles a desarrollar este síndrome debido a la sobrecarga laboral (Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el trabajo & organización de los trabajos americanos ,2018)

Investigaciones llevadas a cabo en Latinoamérica, como las realizadas por Vaamonde et al. (2019), han revelado que Argentina presenta la tasa más alta de estrés laboral; de hecho, aproximadamente el 65% de las personas que trabajan en Buenos Aires reportan experimentar este fenómeno, una situación alarmante que preocupa a las grandes y pequeñas empresas poniendo en riesgo su producción.

Vásquez y Parco (2018), realizaron una investigación en Puno, en el Hospital Regional Manuel Núñez Butrón, donde el 50% de enfermeras del servicio de emergencia tuvieron estrés laboral alto, el 25% muy alto, el 16,7% medio y el 8,3% bajo. De igual manera las enfermeras del área de la UCI que el 40% tienen como resultado una alta tasa de estrés laboral, siendo el 20% muy elevado, medio y bajo correspondientemente.

Dentro del desarrollo del estudio se ha observado entre el personal de salud de la UCI, signos de fatiga y señales de sobrecarga laboral, evidenciándose deficiencias para realizar sus funciones asignadas. Al interactuar con ellos, refirieron frases como: “Me siento agotado (a) por el excesivo trabajo, hay muchos pacientes críticos y poco personal de salud calificado”, “desearía cambiar de trabajo, porque no hay suficiente equipo médico en el servicio y eso no me genera satisfacción personal, al contrario es agotador, pese a que me gusta lo que hago”, “la rutina me cansa, desearía que sea más dinámico, que se nos programen periodos de relajación o descanso físico y mental”, “a veces no tengo ganas de venir a trabajar, porque la carga laboral es mucha”, “el trabajo es agotador, no hay personal calificado, por lo que hacemos turnos más seguidos para compensar”, “siento que no puedo más, pero tengo que seguir”, etc.

Estos casos necesitan utilizar una estrategia de afrontamiento competente para preservar un adecuado equilibrio emocional proporcionado así un cuidado integral, que genere tranquilidad mental y motivación para realizar las funciones de enfermería, que conlleve a sentirse realizados como profesionales del área de UCI.

Frente a lo planteado, surge la siguiente interrogante:

## **Formulación del Problema**

### ***Problema General***

¿Cuál es la estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés en el área de UCI de un hospital público de Lima ,2024?

### ***Problemas Específicos***

¿Cuál es la estrategia de afrontamiento según la dimensión dirigido a la emoción de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés en el área de UCI de un hospital público de Lima ,2024?

¿Cuál es la estrategia de afrontamiento según la dimensión dirigido al problema de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés en el área de UCI de un hospital público de Lima ,2024? un hospital público de Lima ,2024?

## **Objetivos de la Investigación**

### ***Objetivo general***

Determinar la estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés en el área de UCI de un hospital público de Lima ,2024.

### ***Objetivos específicos***

Identificar la estrategia de afrontamiento según la dimensión dirigido a la emoción de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés en el área de un hospital público de Lima ,2024

Determinar la estrategia de afrontamiento según la dimensión dirigido al problema de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés en el área de UCI de un hospital público de Lima ,2024.

## **Justificación**

### ***Justificación teórica***

La presente investigación presenta definiciones y conceptos los cuales sumarán en cuanto a la producción del conocimiento de la variable estudiada, llenando algunos vacíos de información en cuanto a las estrategias de afrontamiento al estrés por parte de los profesionales de enfermería (Sabaj-Meruane & Landea-Balin, 2012).

### ***Justificación Metodológica***

Los resultados de esta investigación tratar diversos estudios sobre la variable y de la misma manera para proporcionar información actualizada sobre estrategia de afrontamiento a los profesionales de la salud.

### ***Justificación Práctica y Social***

Los resultados de este estudio, llegaron a la gerencia del Hospital y a la jefatura del departamento de enfermería, dicha instancia pueda compartir entre todo el equipo profesional, para de lograr establecer la estrategia de afrontamiento al estrés en el área de la UCI.

## **Presuposición Filosófica**

En Marcos 10:52 se menciona: “Puedes irte –le dijo Jesús- tu fe te ha sanado. Al momento recobró la vista y empezó a seguir a Jesús por el camino”.

En Salmos 103:3-4: “El perdona todos tus errores, y sana todos tus dolores. El rescata tu vida del hoyo, y te corona con su amor leal y su misericordia”.

Los profesionales de la Salud sobre todo la carrera de enfermería, pues, es uno de los caminos que Jesús marca como una vía directa de santidad y que debe ser reconocida como una de las principales profesiones que emergen por vocación franca de la propia sociedad, Pues todas las acciones que emprenda el cuidado holístico a favor del paciente, aunque aparezcan dificultades o adversidades, es necesario realizar todo lo posible para garantizar la salud de la persona.

## **Desarrollo de las Perspectivas Teóricas**

### **Antecedentes de la Investigación**

#### *Antecedentes Internacionales*

Moura et al. (2019), en Brasil, llevaron a cabo un estudio titulado: "Estrés, burnout y depresión en los profesionales de enfermería de las Unidades de Cuidados Intensivos" con el objetivo de evaluar el nivel de estrés en los profesionales de enfermería que laboran en UCI. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo y transversal, utilizando la encuesta como técnica y como instrumento al cuestionario, la muestra consistió en 72 enfermeras. Resultados. La mayoría de los participantes eran mujeres (52,8%), técnicos en enfermería (95,8%), con edades comprendidas entre 31 y 35 años (27,8%), y que el 66,7% experimentaba un nivel de estrés leve. Se concluyó que las UCI son entornos laborales con altos niveles de tensión y largas horas de trabajo, lo que conduce al estrés, y que la mayoría de los afectados son mujeres.

Da Silva-Oliveira et al. (2022), en Brasil, realizaron un estudio de investigación titulado: Estrategias de afrontamiento de los trabajadores de enfermería de UCI. El objetivo fue conocer las estrategias de afrontamiento empleados por los trabajadores de enfermería de las UCI para cuidar de la salud mental, el método fue cualitativo, descriptivo, el instrumento la entrevista, la muestra estuvo constituida por 12 enfermeras. Resultados: Se identificaron estrategias de afrontamiento personales evidenciándose situaciones de riesgo al no cumplir sus tiempos de relajación, se observó la seriedad del trabajo, debido a desajustes entre los tiempos de terapia otorgados por la institución y las solicitudes del personal. Finalmente, se propuso practicar la solidaridad en el trabajo para aligerar la carga laboral. Conclusión: Las acciones colectivas de afrontamiento, tales como, ayuda mutua, solidaridad, empatía, son fortalezas para el equipo de enfermería.

Betancourt-Delgado et al. (2020), en Ecuador, ejecutaron un estudio titulado: Estrés laboral en el personal de enfermería del área de UCI durante la pandemia de COVID, 19. El objetivo fue determinar el nivel de estrés de enfermería durante la Pandemia de COVID 19, la metodología fue observacional, transversal, la técnica fue la encuesta y el instrumento el cuestionario “The Nursing Stress Scale”. La muestra estuvo constituida por 14 enfermeras, 2 auxiliares y 8 internas de enfermería. Resultado: Los estresantes fueron, muerte de los pacientes y sufrimiento, y enfatizaron más en la sobrecarga laboral. Conclusión: Hay mayor estrés en el género femenino.

González-Carvajal et al. (2023), en Chile, elaboró un trabajo de investigación titulado “Afrontamiento de enfermeras en Unidades de Cuidados Intensivos durante la pandemia”, con el objetivo de comprender el afrontamiento de enfermeras de una Unidad de Cuidados Intensivos del Adulto de un hospital público de Valparaíso, Chile, la metodología fue de tipo cualitativo, narrativo, la técnica fue la entrevista semiestructurada, la muestra estuvo constituida por 8 enfermeras. Resultados: Los estresores fueron: Ver la muerte de los pacientes, temor al contagio, alteraciones en la organización y la incertidumbre ante lo desconocido de la enfermedad; entre los métodos de afrontamiento, dispusieron de recursos personales y ambientales, centradas en el problema y la emoción, lo cual ayudó a adaptarse. Conclusiones: Enfermería afrontó el cuidar con inteligencia emocional y resiliencia, para brindar un soporte durante la emergencia nacional.

Martínez et al. (2020), en Argentina, elaboró un estudio cuyo título fue: 2Factores que contribuyen al estrés laboral por el personal de enfermería en una UCI Pediátrico de un Hospital público de la provincia de Chaco”, con el objetivo de describir los principales factores que contribuyen al estrés laboral de enfermería en UCI, la metodología fue cuantitativo, descriptivo, transversal, la técnica empleada fue la encuesta y como instrumento el cuestionario, la muestra estuvo constituida por 20 enfermeras (os). Resultados: El 55% de

la fue femenino, el 65% trabajan 44 horas por semana, el 15% tiene una carga horaria de 40 horas, el 20 % 32 horas por semana, según turnos de trabajo, el (30%) tiene turnos y horario establecidos, el (70%) turnos rotativos, respecto a la remuneración, el 50% no está de acuerdo, respecto a riesgos laborales, el 55% refirió riesgos muy frecuentes, respecto a cantidad de personal, el 90% manifestó insuficiente. Concluyendo que los factores estresantes están relacionados con la carga laboral, personal insuficiente y remuneración inadecuada.

### *Antecedentes Nacionales*

Huallpa-Quispe y Ortiz-Mamani (2019) ejecutaron un proyecto titulado: “Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la UCI del hospital Honorio Delgado y Clínica San Juan de Dios, Arequipa 2019”; mantuvieron un lineamiento primordial de determinar la conexión que se halló entre el nivel de estrés laboral y las estrategias de afrontamiento de los enfermeros ; su método que se empleó fue descriptivo, corte transversal, correlacional; la población en estudio estuvo conformada por 26 enfermeras; para la recolección de datos se utilizó la escala “NURSING STRESS SCALE” (N.S.S) y el Inventario de Respuestas de Afrontamiento (CRI). Los resultados obtenidos demostraron, los profesionales de salud que trabajan en dos centros de salud presentaron niveles mínimos de estrés y de acuerdo con la segunda variable mostraron un nivel intermedio del cual indica que se obtuvo estos resultados por utilizar y analizar lógicamente. Por medio de esto llegaron a la conclusión de que existe una relación elocuente entre las variables, Chi cuadrada de (0.013).

Ortiz-Cieza (2023) realizó un estudio titulado: “Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el área de hospitalización de una clínica privada, Lima, 2023”, con la finalidad de determinar la relación entre nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería. Este estudio es de tipo cuantitativo, descriptivo correlacional, la muestra estuvo conformada por 104 participantes; la técnica fue la

encuesta y el instrumento el cuestionario. Los resultados mostraron que el 64,4% tuvo estrés al nivel medio; el 66,3% reflejaron un nivel medio de estrategia de afrontamiento. Se determinó que existe relación entre la dimensión factor individual y las estrategias de afrontamiento, en conclusión, existe relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento; con una significancia estadística de  $p$  igual a 0,000.

Jinez-Mamani (2020), ejecutó un estudio que lleva por nombre: "Nivel de estrés laboral en profesionales de enfermería del Hospital III ESSALUD-Puno, 2019"; teniendo como dirección principal determinar el nivel de estrés laboral en profesionales de enfermería; el método que uso fue descriptivo, no experimental, corte transversal; con una muestra de 31 profesionales; para recolectar los datos aplicó el Inventario de Maslach. Se obtuvo un resultado de (46.24%) donde se observa un nivel intermedio de estrés en el trabajo, con respecto al agotamiento emocional el 64.52% muestran un grado bajo; por último, en la realización personal el 64.52% manifiestan un grado medio y alto. Dando por a concluir que la mayoría de los profesionales de enfermería experimentan un nivel de estrés laboral medio.

Chipana-Chuquicallata y Mamani-Alvarez (2021) efectuaron una investigación descriptiva con la finalidad de determinar la relación que se mantiene entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en las enfermeras del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca 2021. Este estudio aplicó una metodología de tipo básica, con un diseño no experimental, descriptivo correlacional. La población estuvo conformada por 200 enfermeras y la muestra fue de 150; la técnica que usaron fue la encuesta y los instrumentos empleados para recolectar datos fue la escala "Nursing Stress Scale" (N.S.S.). Los resultados arrojaron que el 84.7% mantienen un nivel intermedio de estrés en el trabajo, en tanto el 15.3% menciona tener en un nivel excesivo de estrés; así mismo el 67.3% de acuerdo con el ambiente físico están en un nivel intermedio de estrés, el 79.3% en el ámbito psicológico se encuentra en el nivel medio y el 87.3% en el ámbito social mantiene un nivel intermedio. Por

último, se da a concluir que se mantiene la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en las enfermeras del Hospital Carlos Monge Medrano Juliaca – 2021; donde se obtuvo un valor de correlación de 0.550, con un valor de significancia de  $p=0.000$ .

Villagaray-Fernández (2019) realizó una investigación titulada: “Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en la unidad de cuidados intensivos pediátricos de un hospital nacional de Ayacucho, 2019”; se planteó un objetivo primordial determinar la relación que existió entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento del personal de enfermería; tuvo como metodología un enfoque cuantitativo, correlacional, transversal; la muestra estuvo integrada por 35 miembros del personal de enfermería; la recolección de datos fue a través de la escala de estrés laboral de Siegrist, y del inventario de estrategias de afrontamiento (De Tobin, Holroyd, Reynolds y Kigal). Los resultados concedieron tener un entendimiento entre la relación del nivel laboral y sus respectivas dimensiones como estrategias de afrontamiento, recompensa, esfuerzo, etc. Concluyendo así que se puede evidenciar una conexión entre los objetos de estudio.

Esta investigación servirá como fuente de información y al mismo tiempo posibilitará a fortalecer el proceso administrativo en situaciones difíciles y adquirir más información. Por otro lado, los resultados obtenidos revelan la realidad existente en el desempeño de los profesionales de enfermería del hospital María Auxiliadora del servicio de la UCI y también será de utilidad para modelos de estudios posteriores. Por último, ayudará a guiar y proporcionará una comparación y una idea de cómo se está abordando el problema actualmente.

## **Marco Conceptual**

### ***Estrategias de Afrontamiento***

Estrés laboral. Cavanaugh et al. (2000) expresan como un “modelo de estrés direccionado al área de trabajo que puede ser preciso o crónico, a pesar de ello, la mayoría los

acontecimientos aduce al segundo modelo descrito” (pp. 115-20). Por otro lado, la OIT (2016) complementa diciendo que el “estrés laboral es la coacción que tiene el ser humano ante las obligaciones y exigencias, al no poder adecuarse a competencias y saberes; inicia a poner ingenio en dirección al actuar en oposición del estrés” (p. 2).

Ramos-Campo (1999) indica que se pueden dar efectos donde pueden aparecer como resultado de una técnica continúa, en el que se deciden las estrategias que se emplean natalmente para enfrentar algunas disposiciones siendo así el profesional de enfermería. Por otro lado, es de relevancia mencionar que el síndrome de burnout se puede manifestar como resultado al estrés acumulado a través del tiempo. Las estrategias de afrontamiento se exhiben como flujos mediadores entre los efectos del estrés y el síndrome.

Por otro lado, Piñeiro-Fraga (2013), añade que los signos que se presentan en ciertas condiciones estresantes pueden ser el fumar, la alimentación, tomar. Esta condición conduce a ciertos cambios del estado anímico: Estar irritables, tristes, etc. A nivel orgánico puede darse ciertos síntomas tensión mareos, dolor muscular, arcadas, resequedad de labios, disfagia; estos pueden ser de manera provisional o duraderas.

Asimismo, Míguez-Abad (2018) menciona que el estrés laboral es el principal factor para dar origen al estrés patológico y otros problemas de salud, esto repercute gravemente en la estimulación; produciendo así un ambiente inapropiado de trabajo y con el fin o descanso provisional del trabajador, incita a ciertas pérdidas tanto al empleado como empleador.

Dentro del estrés se distingue ciertas fases:

Fase de alarma: Es la primera respuesta que se obtiene ante un incentivo, en donde nuestro organismo actúa rápidamente.

Fase de resistencia: Es aquí donde prevalece el incentivo y el organismo pasa a la fase dos, para así poder acoplarse a la situación.

Fase de agotamiento: Es cuando el incentivo se mantiene, este conllevará decaimiento de la persona y el organismo realizará su mayor esfuerzo para vencer esta situación (Míguez-Abad, 2018).

No obstante, Ochante-Palomino et al. (2018) mencionan que las fuentes posibles del estrés laboral según Selye (1950), se desarrolla en distintas situaciones como:

**Factores ambientales:** Este se relaciona a las novedades de la economía del país, cambios, malestar o inquietudes económicas.

**Factores organizacionales:** Se refieren a las solicitudes de la tarea y rol, estructura y liderazgo organizacional.

**Factores individuales:** Estos se asocian a los problemas económicos, familiares y de la personalidad

Figueredo (2011) refiere que los factores estresantes se distribuyen en 4 aspectos:

**Aspecto Físico.** El estrés se manifiesta con distintos síntomas, lo que conlleva a padecer de resequedad en labios, pesares musculares, disneas, taquicardia y aumentos de presión, cambios metabólicos y trastornos digestivos.

**Aspecto Psicológico.** Esto puede darse por dificultades psicológicas, como: problemas de distracción, irritabilidad, baja autoestima depresión, apatía, inconvenientes en la toma de decisiones, ansiedad y amnesia.

**Aspecto Conductual.** Este se presenta mediante distintos comportamientos, los cuales puede ser: Problemas en el habla, ansiedad por comer, alcoholismo, drogadicción, inapetencia, intento de suicidio, problemas de concentración, conductas de impulsividad.

**Aspecto Social.** Este se puede dar en los siguientes planos desde cuando se obtiene la satisfacción y la forma en el que la persona termina sus roles sociales (Figueredo, 2011).

### *Afrontamiento*

Lazarus & Folkman (1984) menciona al afrontamiento como un desarrollo de dirección de las demandas que origina una situación y los recursos que se aprestan en el momento, la que implica a una evaluación situacional estresante. El afrontamiento de dificultades puede ser distintos y no forzosamente deberá tener el mismo acuerdo, sino también la persona tiene la habilidad para transformar la sensación ante esta situación y resignarse, eludir o aceptarla.

Amarís-Macías et al. (2013) señalan que las estrategias para enfrentar distintas situaciones son los recursos psicológicos que la persona aviva para desafiar situaciones de estrés. De tal caso si fuera verídico se pone en marcha, no necesariamente nos aseguró el éxito, pero sí pueden aminorar o eludir conflictos, del cual pueden coadyuvar al fortalecimiento y beneficios.

Carver et al. (1989) señalan que se desarrollan a fin de establecer las demandas internas o externas, a partir de dificultades comportamentales y conectivos. Cuando se dan por finalizado los medios propios, se acota tres formas de afrontamiento: apoyado en la evitación, centrado en el problema y en la emoción.

En contraposición, Ramírez-Argumé (2016a) alude que las estrategias, son los sacrificios que ejecuta una persona para aminorar el estrés, por otro lado, también se denominan mecanismos de defensa. La mayoría de veces empleamos habilidades de afrontamiento al estrés de modo irresponsable, cuando el estrés no se emplea a la medida, este se tiende a retornar de tal modo con mayor intensidad y conlleva a acrecentar la exposición de dejar consecuencias graves. Pero existen algunas estrategias para contender al estrés de las calles son: ser organizado, solucionar conflictos, solicitar ayuda profesional, realizar ejercicio, ser optimista y llevar a cabo una vida saludable, etc.

### **Dimensiones del Afrontamiento: Afrontamiento en el Problema.**

**Revaloración Positiva.** En este caso la persona se responsabiliza de valorar la situación positivamente, se designan medidas propicias que van de acorde a la experiencia o medio estresor, por ello se debe rescatar lo bueno de una situación estresante y así poder tener conocimientos a futuro.

**Búsqueda de Orientación y Apoyo.** Este se basa en ver la manera de indagar asistencias, orientación, información y sugerencias de otras personas con el único propósito de dar solución a una situación de estrés.

**Análisis Lógico.** Consisten la determinación que se debe tener frente a una situación de estrés, de acuerdo con las estrategias y organización, seleccionando así una buena estrategia para solucionar un conflicto.

**Resolución de Problemas.** Es aquí donde se atribuyen comportamientos encaminados a dar solución a una situación estresante y se continúa un conducto regular para eludir a exponerse a situaciones estresantes (Ramírez-Argumé, 2016b).

Por otro lado, Pérez-Molina & Rodríguez-Chinchilla (2011) indican que el afrontamiento en la emoción tiene las siguientes categorías:

**Reevaluación positiva:** Establece ciertas dificultades, apariencias positivas de una situación estresante.

**Evitación cognitiva:** Se erradica pensamientos negativos por medio de la negación o distracción.

**Expresión emocional abierta:** Se manifiestan ciertos inconvenientes a modo de enfrentar emociones generadas por el estrés.

**Espera:** Son estrategias conductuales y conductivas que tratan de indagar una resolución al conflicto al pasar el tiempo.

**Búsqueda de apoyo social:** Se incorpora el soporte en la familia, amistades y otros centrados en brindar apoyo psicológico para afrontar los problemas.

Búsqueda de apoyo profesional: Se apoya en personal calificado para dar por terminado los conflictos que se presenten.

Espiritualidad: lo característico de este punto es la cognición y la conducta que se manifiesta a través de la meditación.

Reacción agresiva: Son expresiones impulsivas que van direccionado hacia los demás y hacia uno mismo a modo de aligerar las emociones.

## **Bases Teóricas**

### ***Modelo de Afrontamiento Lazarus***

Los escritores resaltan que los procesos cognitivos desarrollan tensión agobiante de acuerdo con Lazarus & Folkman (1984). Por lo que una práctica agobiante se da como resultado entre los cambios de una persona y su entorno. Estos cambios están sujetos al estrés ambiental, esto se da en primera instancia por las valoraciones que realiza la persona del estresor y por los recursos personales, sociales o culturales útiles para afrontar estados de estrés.

Por otra parte, en distintas situaciones se puede experimentar sentimientos agobiantes, en donde debemos primeramente evaluar dicha cuestión y analizarla para así conceptualizarla como estado estresante, positiva, controlable, cambiante o simplemente irrelevante. En caso de hallarla como agobiante deberemos de cualificar por segunda vez para así establecer los probables recursos y opciones para afrontar dicha situación. Esta evaluación esta direccionada a “que opciones tenemos para afrontar este caso “. Los resultados de la valoración cambian la evaluación primordial y anticipan al progreso de estrategias de afrontamiento, de la siguiente manera:

### **Tabla 1**

#### *Modelo transaccional de estrés y afrontamiento de Lazarus*

Concepto	Definición
----------	------------

---

Evaluación primaria	Valoración del sujeto estresor o del acontecimiento estresante.
Evaluación secundaria	Valoración de agilidad del estresor y de los medios de la persona.
Esfuerzos de afrontamiento	Estrategias aprovechadas para interceder entre las valoraciones primarias y secundarias.
Manejo del problema	Estrategias direccionadas a transformar un estado agobiante.
Regulación emocional	Estrategias enfocadas a variar la forma de pensar o sentir en un estado de estrés.
Afrontamiento basado en significados	Sucesos de afrontamiento que incitan a emociones eficaces, para mantener un buen afrontamiento lo que permitirá replantearse este en problemas o emociones.
Resultados del afrontamiento	Satisfacción personal y estilo de vida saludable.
Estilos disposicionales de afrontamiento	Son actitudes que pueden alterar una respuesta emocional o funcional del sujeto hacia el estresor, un tanto estables al pasar del tiempo.
Optimismo	Tendencia al juzgar y observar las cosas de una manera favorable.
Solicitud de información	Son peticiones que realizan los sujetos para obtener nuevas informaciones (Lazarus & Folkman, 1984).

---

## **Definición Conceptual**

### ***Estrategias de Afrontamiento***

Son métodos de cognición, conductas y comportamientos que emplea la persona para dominar o hacer frente al estrés laboral.

## **Metodología**

### **Descripción del Lugar de Ejecución**

El Hospital de III nivel situado en la Av. Miguel Iglesias 968 de San Juan de Miraflores es un hospital público ubicado en Lima y gestionado por el Ministerio de Salud del Perú. Es un nosocomio de nivel III-I encargado de prevenir los riesgos, proteger del daño, restaurar la salud y restablecer las competencias de los pacientes.

### **Población y Muestra**

#### ***Población***

El universo estuvo establecido por todo el equipo de enfermería que son 30 enfermeras de la UCI de un hospital público de Lima.

Se trabajó con toda la población y es necesario cumplir los criterios de inclusión-exclusión que a continuación se especifica.

#### **Criterios de Inclusión.**

- ✓ Enfermeras que laboran en la UCI.
- ✓ Personal que voluntariamente desearon participar en el estudio.
- ✓ Personal que estuvo presente el día de la aplicación del estudio.

**Criterios de Exclusión.** Personal de salud que ha firmado el consentimiento informado

### **Tipo y Diseño de Investigación**

Es de enfoque cuantitativo porque recolectó la información necesaria acerca de las variables que conforman el problema de la investigación, sin manipularlas para lograr definir las y analizarlas, en forma de datos cuantitativos, todo esto desde el contexto natural. Según Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres (2018) un estudio es cuantitativo porque las variables son vulnerables de cuantificación los resultados se entienden en periodicidad y porcentajes, es de diseño no experimental puesto que nunca al momento de la realizar la

investigación se manipulan las variables, es de corte transversal, pues los datos fueron reunidos en una misma oportunidad y es de tipo descriptivo, debido a que señala y cuantifica la variable de estudio y es susceptible a una medición numérica o estadística.

### **Identificación de Variables**

#### ***Variable: Estrategias de Afrontamiento***

Son las acciones que realiza un individuo para preservar el bienestar y reducir los daños debido a estresores.

### Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escalas de medición
Estrategias de afrontamiento	Las estrategias de afrontamiento están referidas al esfuerzo cognitivo y conductual para manejar las demandas externas (ambientales y estresores) o internas (estado emocional) y que son evaluadas como situaciones que exceden los recursos de la persona. (Moos,1993)	Son las acciones que realizan las enfermeras de la Unidad de Cuidados Intensivos de un Hospital de Nivel III, con relación a las situaciones estresores y el estado emocional, serán evaluados mediante el inventario de respuestas de afrontamiento (CRI) autor: Rudolf h. Moos, PH. D. traducción y adaptación: Dra. Isabel María Mikulic, cada muestra valora con una regularidad de:	Centrados en el problema  Centrados en la emoción	-Resolución de problemas -Reestructuración cognitiva -Evitación de problemas -Pensamiento desiderativo -Apoyo social -Expresión emocional -Autocrítica -Retirada social	Ordinal Likert  1 nunca 2 una o dos veces 3 algunas veces 4 muchas veces  Alta: 60-90 (3 puntos) Media: 40-55 (2 puntos) Baja: 0-35 (1 punto)

## **Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos**

Dentro del método utilizado se aplicó lo siguiente:

Encuesta: Es un método, que permite conseguir datos, asimismo es un interrogatorio a través de escritos o palabras que son ejecutados a las personas, con el propósito de recaudar información necesaria.

Inventario de respuestas de afrontamiento (CRI): El instrumento tuvo como finalidad evaluar las estrategias de afrontamiento en las enfermeras; teniendo un total de 48 ítems ordenado en función de sus dimensiones: Estrategias de afrontamiento dirigido al problema, estrategias de afrontamiento dirigido a la emoción. Se agrega la ficha técnica del mismo:

Ficha técnica del instrumento.

Nombre del instrumento: Inventario de respuestas de afrontamiento de Rudolf H. Moos.

Autor(a): Adaptado: Dra. Isabel María Mikulic Huallpa y Ortiz (2019)

Objetivo del estudio: Estrategias de afrontamiento

Procedencia: Perú Administración: Individual /Colectiva

Duración: 20 a 15 minutos

Población: 30 participantes

Dimensiones:

- Estrategias de afrontamiento dirigido al problema.
- Estrategias de afrontamiento dirigido a la emoción.

Escala valorativa:

- Nunca
- Una o dos veces
- Algunas veces
- Muchas veces

Instrumento

Para establecer el afrontamiento se empleó el Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Rudolf H. Moos, adaptado por la Dra. Mikulic & Crespi (2008), abarca 48 preguntas y estima 8 espacios de tipos de afrontamiento a estrés; cada espacio califica con una continuidad de:

Alto: 60-90 (3 pts.)

Medio: 40-55 (2 pts.)

Bajo: 0-35 (1pts.)

Estas respuestas de afrontamiento son:

Análisis Lógico (AL): 1, 9, 17, 25, 33, 41

Revalorización Positiva (RP): 2, 10, 18, 26, 34, 42

Búsqueda de Apoyo y Orientación (BA): 3, 11, 19, 27, 35, 43

Resolución de Problemas (PS): 4, 12, 20, 28, 36, 44

Evitación Cognitiva (CA): 5, 13, 21, 29, 37, 45

Aceptación o Resignación (AR): 6, 14, 22, 30, 38, 46

Gratificaciones Alternativas (SR): 7, 15, 23, 31, 39, 47

Descarga Emocional (DE) 12: 8, 16, 24, 32, 40, 48

Los valores de las respuestas son:

No o tiende a no (N): 0 Puntos

Sí, una o dos veces (U): 1 Puntos 9

Sí, algunas veces (A): 2 Puntos

Frecuentemente (F): 3 Puntos

El afrontamiento que se centra en el problema se determina por la dimensión de aproximación y denota perseverancia de manejo, determinar y dominar los agentes estresantes. El afrontamiento centrado en la emoción se cuantifica por los ítems e indica eludir razonar o hacer frente a la situación estresante.

Emplear esta encuesta requiere un tiempo de 5 minutos, para hallar el valor total se añade los valores alcanzados en cada columna, dividiéndose por el número de ítems contestados. Se coloca los resultados al lado de la dimensión 12 correspondiente

### ***Validez y Confiabilidad***

La validez se consiguió al relacionar el instrumento con el indicador de estrategia de afrontamiento (CSI), logrando las dos escalas sean comparables y adecuadas. La validez predictiva se implantó al relacionar el CRI-A con un inventario para evaluar somatización, obsesión, compulsión, depresión, ansiedad, 12 ideación paranoide y psicoticismo. Los autores de la encuesta o inventario, alcanzaron la confiabilidad a través del test por el coeficiente inter clase con valores entre 71 a 88 para hombres y 53 a 81 en damas. La validez de contenido V de Aiken de los 48 ítems que tiene el presente cuestionario a partir de la evaluación de los 5 jueces, se obtuvo un resultado

Resultados menores de 0.50 el valor de significancia de 0.000 con un valor de  $P < 0.05$ , por lo tanto, el instrumento es válido. (Medina, 2018), por lo que se considera que existe una fuerte consistencia y congruencia entre las opiniones de los expertos. La confiabilidad por la alfa de Crombach fue de 0.86.

### **Proceso de Recolección de Datos**

Para la utilización del instrumento se ejecutaron los trámites correspondientes con la institución, el comité de investigación y el departamento de enfermería, coordinado con las jefas de cada servicio los días probables de la toma del inventario. El tiempo de recopilación de los datos duró 1 mes, cada encuestado firmó el consentimiento informado, y se le indicó la forma de llenar la encuesta a través de instrucciones.

## **Procesamiento y Análisis de Datos**

Una vez adquirida toda la información y ejecutada la codificación se incorporó al programa SPSS 23.0; con el que se edificaron tablas y figuras estadísticas de acuerdo a las variables.

## **Consideraciones Éticas**

La investigación tuvo las subsecuentes consideraciones éticas: Libertad de poder participar en la investigación, la seguridad de las identidades de cada participante, al libre derecho a responder las preguntas. Previo a la encuesta se contó con el consentimiento informado en donde el participante optó por participar o no en dicha investigación. Asimismo, esta investigación contó con la aprobación del comité de ética de la Universidad Peruana Unión. Además, con la información recolectada se respetó la dignidad, la autonomía; mediante la solicitud de participación libre y voluntaria, se les hizo firmar el consentimiento informado, se cumplió con la beneficencia porque no se les causó ningún daño físico o moral, se cumplió con la no maleficencia ya que el proceso de recolección de datos no causó daño alguno manteniendo la confidencialidad, se procedió con justicia tratándoles a todos por igual y los resultados beneficiaron a toda la población de este estudio (Vargas-Machado, 2021).

## Resultados y Discusión

### Resultados

En la tabla 1 se evidencian los resultados sociodemográficos de la población de estudio los cuales son imprescindibles para el análisis de las dimensiones desarrolladas en esta investigación.

**Tabla 1**

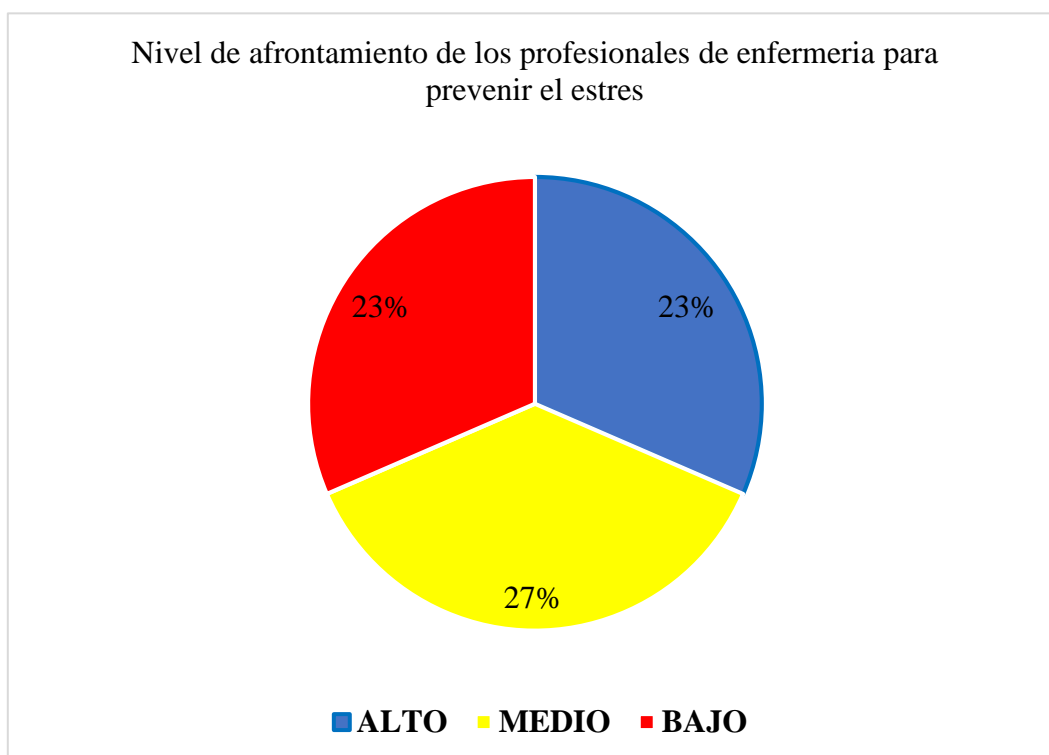
*Datos sociodemográficos*

Datos generales	Rango	N°=30	100%
Edad	20 a 25	10	33.33
	26 a 30	8	26.67
	31 a 35	6	20.00
	36 a +	6	20.00
	Total	30	100%
Sexo	Femenino	25	83.33
	Masculino	5	16.67
	Total	30	100%
Estado civil	Soltero	19	63.33
	Casado	11	36.67
	Total	30	100%
Número de hijos	1 - 2	22	73.34
	3 a mas	8	26.66
	total	30	100%
Situación laboral	Nombrada	16	53.34
	Contratada	14	46.66
	Total	30	100%
Capacitación	Si	1	10.00
	No	29	90.00
	Total	30	100%

La tabla 1, muestra que el 33% (10) tienen edad preponderante entre 20 a 25 años, 83% (25) son del sexo femenino, 36% (11) son casadas, tienen 1 – 2 hijos 73% (22), 53% (16) son nombradas, y el 10% (1) recibieron capacitación sobre afrontamiento al estrés.

### Figura 1

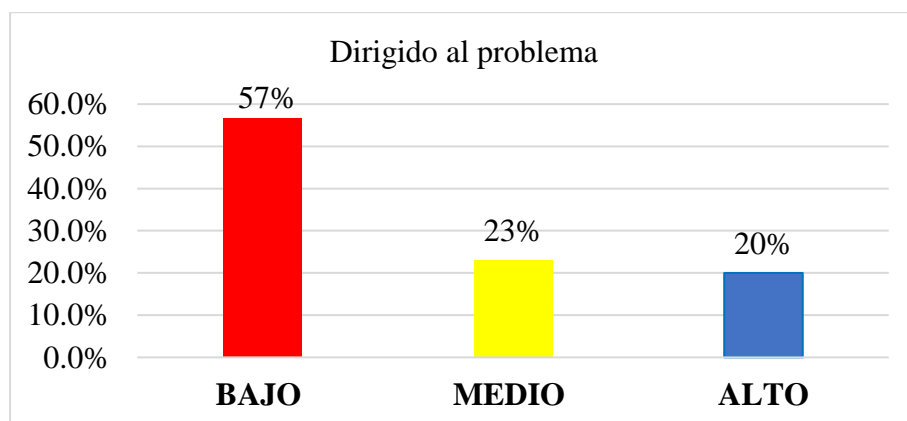
*Estrategias de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés*



La figura 1, muestra que la estrategia de afrontamiento para prevenir el estrés de los profesionales de enfermería del Hospital María Auxiliadora del área de UCI es de nivel bajo en un 50% (15), es de nivel medio en un 27% (8) y de nivel alto en un 23% (7).

## Figura 2

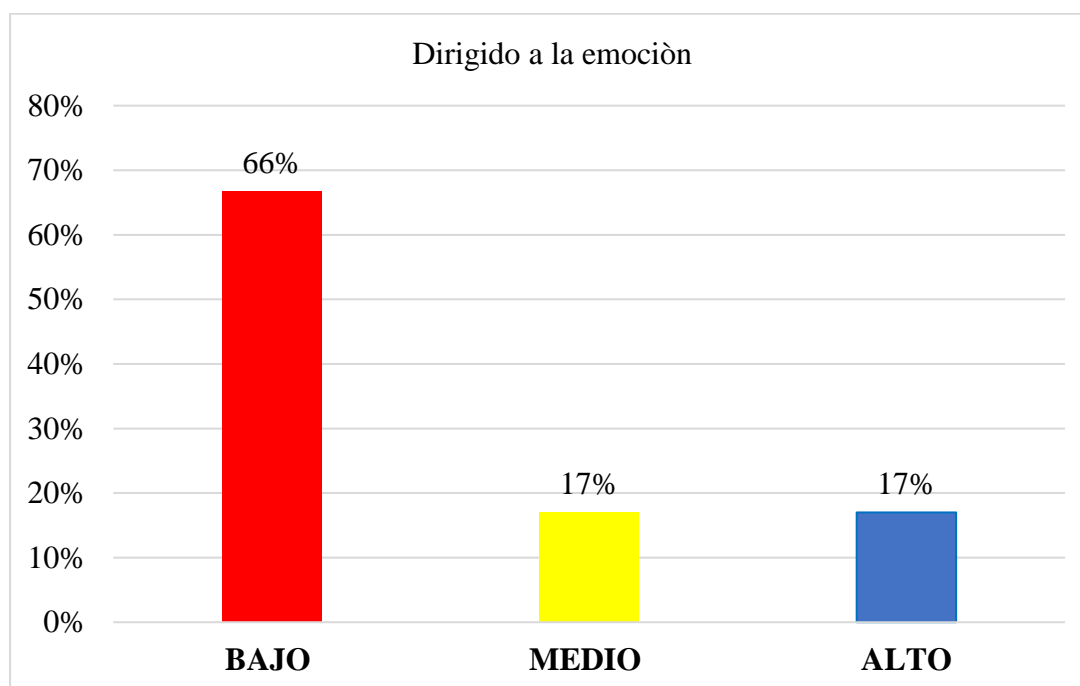
*Estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de UCI según dimensión dirigido al problema Hospital María Auxiliadora 2021*



La figura 2, evidencia que el estilo de afrontamiento en la dimensión dirigido al problema para prevenir el estrés de los profesionales de enfermería del Hospital María Auxiliadora es bajo en el 57% (17), es medio en un 23% (7) y alto en 20% (6).

### Figura 3

*Estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del Área de UCI según dimensión dirigido a la emoción Hospital María Auxiliadora 2021*



La figura 3, muestra que la estrategia de afrontamiento dirigido a la emoción para prevenir el estrés de los profesionales de enfermería del Hospital María Auxiliadora es bajo en un 66% (20), es medio en un 17% (5) y alto en 17% (5).

## Discusión

Los resultados hallados en el presente trabajo de estudio indican que los profesionales un 33% tienen edad predominante entre 20 a 25 años, 83% son del sexo femenino, 63% son casadas, tienen 1 – 2 hijos 73%, 53% son nombradas, y el 90% no recibieron capacitación sobre afrontamiento al estrés, coincidiendo estos resultados encontrados por Moura et al. (2019) donde el 52.8% eran del sexo femenino, el 27% se encontraba en etapa adulta joven, la mayoría son enfermeras contratadas, también concuerda Martínez et al. (2020) donde el 55% fue femenino, el 65 trabajan 44 horas por semana, el 70% turnos rotativos, respecto a la remuneración el 50% no está de acuerdo, respecto a riesgos laborales, el 55% refirió riesgos muy recurrentes. Eugenia (2020), donde 55% fueron femeninos el 65% trabaja 44 horas semanales, el 70% no tienen turnos fijos, el 55% está expuesto a riesgos laborales y el 50% está en desacuerdo con la remuneración que percibe.

Los resultados del presente estudio evidencian que la mitad de los profesionales de enfermería del área de UCI siendo un 50% presentan una estrategia de afrontamiento frente al estrés laboral baja y una minoría de profesionales de enfermería presentan alta, esos hallazgos son congruentes con el estudio Da Silva-Oliveira et al. (2022), donde la mayoría expresó tener situaciones de afrontamiento personal de riesgo por no cumplir con periodos de relajación asignados; es decir no se toman el tiempo ya acordado por la institución para poder recrearse o despejarse.

Respecto estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de UCI según dimensión dirigido al problema el 57% presenta una estrategia baja y el 20% una estrategia alta, estos hallazgos son congruentes con lo encontrado por Betancourt-Delgado et al. (2020), donde la mayoría refirió que tiene un afrontamiento bajo referente al problema causante del estrés, los cuales son, muerte de pacientes, sufrimiento y sobrecarga laboral, sin embargo no es congruente con Chipana-Chuquicallata & Mamani-

Alvarez (2021), donde el 87% tienen un nivel intermedio de afrontamiento dirigido al problema.

Respecto a la estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de UCI según dimensión dirigido a la emoción el 66% presentó una estrategia baja y el 17% una estrategia alta, sin embargo, no hay similitud con Betancourt-Delgado et al. (2020) ya que el nivel de afrontamiento centrado en las emociones fue alto (56%) y el centrado en la evitación (52%), tampoco concuerda con González-Carvajal et al. (2023), donde la mayoría obtuvo un afrontamiento dirigido a la emoción alta, disponiendo recursos personales y ambientales, centrados en el problema para lograr un buen afrontamiento, asimismo no concuerda con Delgado y Morales (2018), ya que el 56% tuvo alto afrontamiento direccionado en la evitación (52%).

Las enfermeras de este estudio tienen un afrontamiento del estrés dirigido a la emoción baja, motivo por el cual las hace vulnerables a sufrir de estrés continuo durante el desarrollo de sus labores, lo cual puede desencadenar consecuencias muy graves, es labor de la enfermera administrativa en implementar estrategias de afrontamiento dirigidos a la emoción para salvaguardar la salud del personal del área de UCI, para optimizar el trabajo en equipo y fortalecer el cuidado tanto de los pacientes como del personal de salud.

## **Conclusiones y Recomendaciones**

### **Conclusiones**

Las estrategias de afrontamiento para prevenir el estrés de los profesionales de enfermería de UCI de un hospital público de Lima, en su mayoría son de nivel bajo.

Las estrategias de afrontamiento para prevenir el estrés según dimensión dirigida a la emoción de los profesionales de enfermería del área de UCI de un hospital público de Lima, es bajo.

Las estrategias de afrontamiento para prevenir el estrés según dimensión dirigida al problema de los profesionales de enfermería del área de UCI de un hospital público de Lima, es bajo.

### **Recomendaciones**

Se recomienda a los directivos del hospital público de Lima implementar mejores estrategias de afrontamiento en el personal de salud; integrando a profesionales de psicología, para la enseñanza de nuevas estrategias sobre el manejo del estrés, también reajustar el número de horas de trabajo y verificar la falta de personal de salud y recursos materiales en el área.

Asimismo, se recomienda realizar estudios con mayor cantidad de población para aquellos profesionales investigadores que traten sobre la variable, para poder tener más estudios que respalden la necesidad de tomar en cuenta y reforzar el afrontamiento al estrés en el personal de enfermería del área de UCI de un hospital público de Lima

Concientizar al equipo de enfermeras incluyendo la parte administrativa del área de UCI de un hospital público de Lima sobre la importancia de mantener un buen clima laboral, sin discrepancias entre colegas o demás compañeros de trabajo, para que todos trabajen por un solo objetivo y apoyándose mutuamente para aligerar el trabajo.

### Referencias Bibliográficas

- Amarís-Macías, M., Madariaga-Orozco, C., Valle-Amarís, M. & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 2013.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>
- Betancourt-Delgado, M. T., Domínguez-Quijije, W. F., Peláez-Flores, B. I. & Herrera-Velázquez, M. del R. (2020). Estrés laboral en el personal de enfermería del área de uci durante la pandemia de COVID 19. *UNESUM-Ciencias: Revista Científica Multidisciplinaria*, 4(3), 41–50. <https://doi.org/https://doi.org/10.47230/unesciencias.v4.n1.2021.308>
- Carver, C. S., Scheier, M. F. & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267>
- Cavanaugh, M. A., Boswell, W. R., Roehling, M.V. & Boudreau, J. W. (2000). An Empirical Examination of Self-Reported Work Stress Among U.S. Managers. *Journal of Applied Psychology*, 85(1), 65–74. <https://doi.org/10.1037/0021-9C10.85.1.65>
- Chipana-Chuquicallata, P. E. & Mamani-Alvarez, Y. V. (2021). *Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en las enfermeras del hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca – 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica].  
<https://hdl.handle.net/20.500.14441/1079>
- Da Silva-Oliveira, E., Flores Coelho-Centenaro, A. P., França-Garcia, C. T., Lovato-Flores, C. M., Pimentel-Franco, G. & Glowacki, J. (2022). De la soledad a la cooperación: Estrategias de afrontamiento de los trabajadores de enfermería de Cuidados Intensivos. *Cogitare Enfermagem*, 27(1), 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.87200>

Figueredo, J. (2011). *Estrés Laboral. Estudio epidemiológico en trabajadores de la empresa* [Tesis de postgrado]. UNEG.

Forbes México (2017). Mexicanos, los más estresados del mundo por su trabajo. Forbes.  
<https://forbes.com.mx/mexicanos-los-mas-estresados-del-mundo-por-su-trabajo/>

González-Carvajal, J. del C., Morella-Arbona, M. M., González-Adonis, F., Gálvez-Carvajal, R. del C., González-Adonis, P. & Rivera-López, D. (2023). Coping of nurses in care units intensive care during the pandemic: An interdisciplinary look. *Cultura de los Cuidados*, 66(27), 49–64. <https://doi.org/10.14198/cuid.2023.66>

Hernández-Sampieri, R. & Mendoza-Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (1st ed., Vol. 1). McGraw-Hill Education.  
<http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/1292>

Huallpa-Quispe, M. I. & Ortiz-Mamani, L. D. (2019). *Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del hospital Honorio Delgado y clínica San Juan de Dios, Arequipa - 2019* [Trabajo académico de segunda especialidad en enfermería, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4b075c2c-86c1-4093-988e-b2773755e146/content>

Jinez-Mamani, R. N. (2020). *Nivel de estrés laboral en profesionales de enfermería del Hospital III EsSalud Puno – 2019* [Tesis, Universidad Nacional Del Altiplano].  
<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/13390>

Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping* (1st ed., Vol. 1). Springer Publishing Company. [https://link.springer.com/doi/10.1007/978-1-4419-1005-9\\_215](https://link.springer.com/doi/10.1007/978-1-4419-1005-9_215)

Martínez, N. S., Torres, E. B. & Urbina, V. E. (2020). *Factores que contribuyen al estrés laboral percibido por el personal de enfermería en una unidad de Cuidados Intensivos*

*Pediátricos de un hospital público de la provincia de Chaco, año 2020* [Tesis de bachillerato, Universidad Nacional del Nordeste].

<https://repositorio.unne.edu.ar/handle/123456789/52044>

Míguez-Abad, S. (2018). *Stress in Nursing and its consequences* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Cantabria].

<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/14137/MiguezAbadS.pdf>

Mikulic, I. M. & Crespi, M. C. (2008). Adaptación y validación del inventario de respuestas de afrontamiento de MOOS (CRI-A) para adultos. *Anuario de Investigaciones*, 15(1), 305–312. <https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139944030.pdf>

Moura, R. dos S., Carvalho-Saraiva, F. J., Lima-Rocha, K. R.S., Dos Santos, R. M., Rodrigues-Da Silva, N. A. & Melo-Albuquerque, W. D. (2019). Stress, burnout and depression in nursing professionals in intensive care units (Español, Trans.). *Enfermería Global*, 18(2), 79–123. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.2.337321>

Ochante-Palomino, F. D. M., Pimentel-Agurto, S. B. & Tello-Salés, M. J. (2018). *Estrés laboral de la enfermera y la calidad de atención percibido por el familiar en el Servicio de Pediatría en un hospital nacional. Lima 2017-2018* [Trabajo académico de especialidad, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/4369>

Organización Internacional del Trabajo (2016). *Estrés en el trabajo: un reto colectivo* (1ra ed., Vol. 1). OIT.

[https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@ed\\_protect/@protrav/@safework/documents/publication/wcms\\_466549.pdf](https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@ed_protect/@protrav/@safework/documents/publication/wcms_466549.pdf)

Ortiz-Cieza, O. (2023). *Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el servicio de hospitalización de una clínica privada, Lima- 2023* [Tesis

de licenciatura, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio institucional.

<https://hdl.handle.net/20.500.13053/9044>

Pérez-Molina, M. J. & Rodríguez-Chinchilla, N. (2011). Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. *Revista Costarricense de Psicología*, 30(46), 17–33. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4836523>

Piñeiro-Fraga, M. (2013). Estrés y factores relacionados en el personal sanitario de hospitalización psiquiátrica: un estudio de prevalencia. *Revista electrónica trimestral de Enfermería*, 1(31), 125–150. <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v12n31/docencia3.pdf>

Ramírez-Argumé, R. L. del P. (2016). *Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento al estrés, en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional Dos de Mayo - 2016* [Trabajo académico de segunda especialidad, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional.

<https://hdl.handle.net/20.500.12672/5762v>

Ramos-Campo, F. (1999). El síndrome de Burnout. En *Universidad Nacional de Educación a distancia* (1st ed., Vol. 1). UNED-FUE.

[https://books.google.com.pe/books/about/El\\_S%C3%ADndrome\\_de\\_burnout.html?id=CVVnzgEACAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.com.pe/books/about/El_S%C3%ADndrome_de_burnout.html?id=CVVnzgEACAAJ&redir_esc=y)

Sabaj-Meruane, O. & Landea-Balin, D. (2012). Descripción de las formas de justificación de los objetivos en artículos de investigación en español de seis áreas científicas.

*Onomázein*, 1(25), 315–344. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134524361015>

Selye, H. (1950). Stress and the general adaptation syndrome. *British Medical Journal*, 1(1), 1384–10392. <https://doi.org/https://doi.org/10.1136/bmj.1.4667.1383>

Vaamonde, J. D., Giacobino, A. & Peretti, O. (2019). Estrés laboral en trabajadores argentinos: análisis factorial confirmatorio de una escala multidimensional. In J.

- Barcenas Alfonso, J. E. Torralba Oslé, A. & Lorenzo Ruiz (Eds.), *Memorias del XXXVII Congreso Interamericano* (1st ed., pp. 756–757). Sociedad Cubana Psicología.
- Vargas-Machado, C. A. (2021). Tendencias y principios en las corrientes bioéticas. *Revista Colombiana de Bioética*, 16(2), 1–2. <https://doi.org/10.18270/rcb.v16i2.3077>
- Vásquez-Gómez, B. & Parco-Carhuapoma, N. (2018). Estrés laboral y satisfacción del personal asistencial del Centro de Salud Tambo-Ayacucho, 2018 [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29249>
- Villagaray-Fernández, V. S. (2019). *Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en la unidad de cuidados intensivos pediátricos de un hospital nacional de Ayacucho, 2019* [Trabajo académico de especialidad, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2702>

## Apéndices

### Apéndice A: Instrumentos de Recolección de Datos

#### *Inventario de respuestas de afrontamiento (CRI)*

Autor: Rudolf H. Moos, Ph. D. traducción y adaptación: Dra. Isabel maría Mikulic

#### *Introducción*

El contenido de esta encuesta es confidencial y será manejado exclusivamente por las Lic. Karla Echevarria y Joselin Beatriz Rojas Albino (responsables del estudio), por lo que el anonimato está garantizado. Lea cuidadosamente las siguientes preguntas y conteste con absoluta sinceridad.

#### **DATOS GENERALES**

1. **EDAD:** .....(años)
2. **SEXO:** a) F ( ) b) M ( )
3. **ESTADO CIVIL:**  
Soltero ( ) b) Casado( )
4. Número de hijos.....
5. Situación laboral: Nombrada ( ) Contratada ( )  
Tiempo de servicio en la institución.....  
Tiempo que labora en su servicio.....
6. Además de laborar en este hospital trabaja en alguna otra institución: SI ( ) NO ( )
7. Ha recibido capacitación relacionada a manejo de estrés, técnicas de relajación, etc.  
SI ( ) NO ( )

**Instrucciones:** Este Inventario contiene preguntas que se refieren a aquellos problemas significativos que han tenido trascendencia en su labor como enfermera Intensivista. Por favor, piense en las situaciones más estresantes que le hayan sucedido,

enfóque estas situaciones y responda con sinceridad las preguntas propuestas. Marque con un aspa (X) en el casillero que Ud. considera como su respuesta:

Nunca		Una o dos veces	Algunas veces	Muchas veces			
1		2	3	4			
Nº	Estilos de afrontamiento dirigido al problema	1	2	3	4		
1	¿Pensó en diferentes formas de solucionar dicha situación estresante?						
2	¿Se motivó a sí mismo para sentirse mejor?						
3	¿Hablo con su esposo/a u otro familiar sobre estas situaciones estresantes?						
4	¿Para enfrentar estas situaciones Hizo un plan de acción y logró cumplirlo?						
5	¿Trató de olvidar estas situaciones estresantes?						
6	¿Sintió que el paso del tiempo mejoraría las cosas y que esperar era lo único que podía hacer?						
7	¿Trató de ayudar a otros a enfrentar situaciones similares?						
8	¿Se descargó con otras personas cuando se sintió enojado, deprimido o triste?						
9	¿Trató de salir de la situación, como para sentirse mejor?						
10	¿Se dijo a Ud. mismo que las cosas podían ser peores?						
11	¿Habló con algún amigo de estas situaciones?						
12	¿Se esforzó tratando de hacer algo para que las cosas funcionaran?						
13	¿Trató de evitar pensar en dicha situación estresante?						
14	¿Se dio cuenta que no tenía control sobre estas situaciones?						
15	¿Se dedicó a nuevas actividades como nuevos trabajos o distracciones?						
16	¿Hizo algo arriesgado tratando de tener una nueva oportunidad?						
17	¿Se imaginó, una y otra vez, ¿qué decir o hacer?						
18	¿Trató de ver el lado positivo de la situación?						
19	¿Habló con algún profesional (médico, psicólogo, etc)?						
20	¿Decidió lo que quería hacer y trató firmemente de conseguirlo?						
	<b>ESTILOS DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDOS A LA EMOCION</b>						
21	¿Se imaginó o soñó un tiempo o un lugar mejor del que Ud. vivía?						
22	¿Pensó que el destino se ocuparía de todo?						
23	¿Trató de hacer nuevos amigos?						
24	¿Se mantuvo alejado de sus colegas?						
25	¿Trató de prever o de anticiparse a cómo resultaría todo?						
26	¿Pensó cuánto mejor estaba Ud. comparándose con otras personas con el mismo problema?						
27	¿Buscó la ayuda de personas o colegas que experimentaron las mismas situaciones?						
28	¿Trató de resolver estas situaciones estresantes, al menos en dos formas diferentes?						
29	¿Evitó pensar en la situación, aun sabiendo que en algún momento debería pensar en él?						
30	¿Aceptó las situaciones estresantes, porque pensó que nada se podía hacer?						

31	¿Leyó, miró televisión, o realizó alguna otra actividad como forma de distracción?				
32	¿Gritó como forma de desahogarse?				
33	¿Trató de encontrarle alguna explicación o significado a esa situación?				
34	¿Trató de decirse a sí mismo que las cosas mejorarían?				
35	¿Trató de averiguar más sobre esa situación?				
36	¿Trató de aprender cómo hacer más cosas por sí mismo?				
37	¿Deseó que esas situaciones hubieran desaparecido o pasado?				
38	¿Esperó que sucediera lo peor?				
39	¿Le dedicó más tiempo a actividades recreativas?				
40	¿Lloró y descargó sus sentimientos?				
41	¿Trató de preveer o de anticiparse a los nuevos pedidos que le harían durante el trabajo?				
42	¿Pensó cómo podrían cambiar estas situaciones en su vida en un sentido positivo?				
43	¿Rezó pidiendo ayuda o fuerza?				
44	¿Trato de enfrentar estas situaciones estresantes con calma?				
45	¿Trató de negar lo serio que eran en realidad estas situaciones?				
46	¿Perdió la esperanza de que alguna vez las cosas volvieran a ser como eran antes?				
47	¿Volvió al trabajo o a otras actividades que lo ayudaran a enfrentar estas situaciones?				
48	¿Intento hacer algo, a pesar de que creía que no iba a funcionar?				

**Apéndice B: Validez del instrumento (Realizado el 15 de noviembre del 2023)**

Ítem	Calificación de los jueces					V de Aiken
	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	
1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1	1
3	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1
7	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1	1
10	1	1	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	1
12	1	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1	1
15	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1
17	1	1	1	1	1	1
18	1	1	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	1
20	1	1	1	1	1	1
21	1	1	1	1	1	1
22	1	1	1	1	1	1
23	1	1	1	1	1	1
24	1	1	1	1	1	1
25	1	1	1	1	1	1
26	1	1	1	1	1	1
27	1	1	1	1	1	1
28	1	1	1	1	1	1
29	1	1	1	1	1	1
30	1	1	1	1	1	1
31	1	1	1	1	1	1
32	1	1	1	1	1	1
33	1	1	1	1	1	1
34	1	1	1	1	1	1
35	1	1	1	1	1	1
36	1	1	1	1	1	1
37	1	1	1	1	1	1
38	1	1	1	1	1	1
39	1	1	1	1	1	1
40	1	1	1	1	1	1
41	1	1	1	1	1	1
42	1	1	1	1	1	1

43	1	1	1	1	1	1
44	1	1	1	1	1	1
45	1	1	1	1	1	1
46	1	1	1	1	1	1
47	1	1	1	1	1	1
48	1	1	1	1	1	1
<b>V DE AIKEN GENERAL</b>						<b>1.00</b>

El coeficiente de validez de contenido V de Aiken permite determinar cuantitativamente la relevancia de cada uno de los 48 ítems que tiene el presente cuestionario a partir de la evaluación de los 5 jueces. Se obtuvo un resultado de 1.00, por lo que se considera que existe una fuerte consistencia y congruencia entre las opiniones de los expertos. De esta manera, se considera VÁLIDO el instrumento para el área de aplicación.

*Apéndice C: Confiabilidad de los instrumentos (Realizado el 15 de febrero del 2023)*

Alfa de Cronbach	N de elementos
1.0	48

## Matriz de datos

N	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO																																		
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35
1	3	3	4	2	3	2	4	3	1	3	3	3	4	2	3	2	4	3	1	3	3	3	4	2	3	2	4	3	1	3	3	3	4	2	3
2	3	3	4	3	1	3	3	2	4	3	3	3	4	3	1	3	3	2	4	3	3	3	4	3	1	3	3	2	4	3	3	3	4	3	1
3	4	5	4	3	1	3	4	2	3	2	4	5	4	3	1	3	4	2	3	2	4	5	4	3	1	3	4	2	3	2	4	5	4	3	1
4	2	3	2	4	3	1	3	4	2	3	2	3	2	4	3	1	3	4	2	3	2	3	2	4	3	1	3	4	2	3	2	3	2	4	3
5	2	3	2	4	3	1	3	4	3	3	2	3	2	2	3	1	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	3	4	3	3	2	3	2	4	3
6	3	5	4	3	1	3	4	2	2	3	3	5	4	3	1	3	4	2	2	3	3	5	4	3	1	3	4	2	2	3	3	5	4	3	1
7	4	5	4	3	1	3	4	2	2	3	4	5	4	3	1	3	4	2	2	3	4	5	4	3	1	3	4	2	2	3	4	5	4	3	1
8	4	5	4	3	1	3	4	2	3	3	4	5	4	3	1	3	4	2	3	3	4	5	4	3	1	3	4	2	3	3	4	5	4	3	1
9	3	5	4	3	1	3	4	2	2	3	3	5	4	3	1	3	4	2	2	3	3	5	4	3	1	3	4	2	2	3	3	5	4	3	1
10	3	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	2	2

---

**Alfa de Cronbach**

---

0.86

---

***Apéndice D: Consentimiento Informado***

Estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de UCI hospital público de Lima 2024

Estimado licenciado, usted ha sido invitado a participar en una investigación sobre estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de uci hospital maría auxiliadora 2021.

Usted fue seleccionada para participar en este estudio, ya que cumple con los criterios de selección establecidos. Si acepta participar en esta investigación tendrá que contestar una serie de preguntas, las cuales deberán ser respondidas con absoluta sinceridad y claridad, además deberá de dar su permiso para usar los datos de forma anónima. El participar en este estudio le tomará un tiempo de 10 minutos.

**Derechos:**

Si ha leído este documento, es necesario que entienda que su participación es completamente voluntaria y que usted tiene derecho a abstenerse de participar o retirarse del estudio en cualquier momento, sin ninguna penalidad. También tiene derecho a no contestar alguna pregunta en particular. Además, tiene derecho a recibir una copia de este documento.

Si tiene alguna pregunta o desea más información sobre esta investigación, por favor comuníquese con la estudiante Karla Valentina Echevarria Infanzón al 932512889 (investigadora responsable). Si firma este documento significa que ha decidido participar después de haber leído y discutido la información presentada en esta hoja de consentimiento.

---

Firma

**Apéndice E: Matriz de consistencia**

**Título:** “Estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de UCI Hospital María Auxiliadora 2021”

Problema	Objetivos	VARIABLES	Metodología
Problema general	Objetivo general	Variable 1	Enfoque: Cuantitativo
¿Cuál es la estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de uci hospital María Auxiliadora?	Determinar la estrategia de afrontamiento de los profesionales de enfermería para prevenir el estrés del área de uci hospital María Auxiliadora	Estrategias de afrontamiento: Son las acciones que realiza un individuo para preservar el bienestar y reducir los daños debido a estresores.	Diseño: No experimental Tipo: Descriptivo Corte: Transversal Población:30 Muestra: Censal Técnica: Likert Instrumento: Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Rudolf H. Moos

*Apéndice F: Autorización institucional*

**Lima, 15 de Febrero del 2024**

**Sr. MC. Luis Enrique Vizcarra Jara.**

Director

Hospital María Auxiliadora

LIMA

Estimado Sr. director:

Es grato dirigirme a usted con la finalidad de poner de su conocimiento, que soy estudiante de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión de la segunda especialidad en Unidad de Cuidados Intensivos, quien ha formulado el proyecto de investigación titulado “ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA PARA PREVENIR EL ESTRES DEL AREA DE UCI HOSPITAL MARIA AUXILIADORA 2021”

, la Ejecución de Proyectos de Investigación Científica, en su componente amerita la aplicación de instrumentos y la sistematización de información. Por esta razón, recurro a su despacho para que tenga a bien brindarme las facilidades para la aplicación de dicho instrumento. Agradeciéndole su atención a la presente, reitero a usted los sentimientos de mi consideración más distinguida.

Atentamente.

---

Lic. Enf. Karla V. Echevarria Infanzón

CEP 94780

## Administración del proyecto de investigación

### Cronograma de ejecución

Actividad	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Planteamiento del problema				
Marco teórico				
Instrumentos				
Revisión de los instrumentos				
Aplicación de la prueba piloto				
Análisis de la fiabilidad				
Presentación inicial				
Corrección de los dictaminadores				
Aplicación del instrumento				
Análisis de datos				
Interpretación de los resultados				
Discusión				
Presentación final				

### Presupuesto

ID	Partidas y subpartidas	Cantidad	Costo S./	Total S./
1	Personal	01	100.0	100.0
	Honorarios del investigador	01	300.0	300.0
	Honorarios del revisor lingüístico	01	400.0	400.0
	Honorarios revisor APA	01	300.0	300.0
	Honorarios estadista	01	300.0	300.0
	Honorarios encuestadores	01	300.0	300.0
2	Bienes	4	500.0	2000.0
	Formatos de solicitud	50	0.10	50.0
	Cd	05	2.5	7.5
	Otros			100.0
3	Servicios	03	100.0	300.0
	Inscripción y dictaminarían del proyecto	01	50.0	50.0
	Inscripción del proyecto y asesor de tesis	03	100.0	300.0
	Dictaminarían del informe final de tesis	01	50.0	50.0
	Derechos de sustentación, documentos y derecho de graduación	01	250.0	250.0
	Impresión y anillados de ejemplares de la investigación	500	0.20	100.0
	Fotocopias	500	0.10	50.0
	Viáticos		30.0	600.0
<b>Totales</b>				<b>5575.50</b>

