



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
ENFERMERÍA

NIVEL DE ESTRÉS LABORAL Y SUS EFECTOS SOMÁTICOS EN EL
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA EN UN HOSPITAL DE LIMA - MARZO
2019

LEVEL OF WORK STRESS AND ITS SOMATICS EFFECTS ON THE
NURSING PROFESSIONAL IN A HOSPITAL IN LIMA – MARCH 2019

TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN EMERGENCIAS Y DESASTRES

AUTORA

LUZ MAGNA CAROY FLORES

ASESORA

OLGA ADILIA PEREA CANCHARES

LIMA – PERÚ

2019

ASESORES DE TRABAJO ACADÉMICO

ASESORA

LIC. ESP. OLGA ADILIA PEREA CANCHARES

Departamento Académico De Enfermería

ORCID: 0000-0002-8508-464X

Fecha de Aprobación: 18 de Junio del 2019

Calificación: Aprobado

DEDICATORIA

A mi hermana Nayda, por su apoyo incondicional, constante y aliento durante este nuevo desafío.

AGRADECIMIENTOS

A Dios.

A mi familia por su soporte y guía.

A la Lic. Esp. Olga Adilia Perea Canchares por su orientación y disposición para la realización de este trabajo de investigación.


FUENTES DE FINANCIAMIENTO

El presente trabajo de investigación es autofinanciado.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

La autora declara no tener conflicto de interés.

RESULTADO DEL INFORME DE SIMILITUD



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
ENFERMERÍA

**NIVEL DE ESTRÉS LABORAL Y SUS EFECTOS SOMÁTICOS EN EL
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA EN UN HOSPITAL DE LIMA - MARZO
2019**

**LEVEL OF WORK STRESS AND ITS SOMATICS EFFECTS ON THE
NURSING PROFESSIONAL IN A HOSPITAL IN LIMA - MARCH 2019**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN EMERGENCIAS Y DESASTRES**

AUTORA
LUZ MAGNA CAROY FLORES

ASESORA
OLGA ADILIA PEREA CANCHARES

LIMA - PERÚ
2019

42% Similitud estándar Filtros

10 Exclusiones →

Fuentes Mostrar las fuentes solapadas i

1 Internet	docplayer.es	5%
12 bloques de texto 330 palabra que coinciden		
2 Internet	hdl.handle.net	5%
18 bloques de texto 291 palabra que coinciden		
3 Internet	repositorio.upch.edu.pe	4%
14 bloques de texto 225 palabra que coinciden		

TABLA DE CONTENIDOS

	Pág.
Resumen	
Abstract	
Introducción	1
I. Planteamiento del problema	3
II. Propósito del estudio	7
III. Marco teórico	8
IV. Hipótesis y variables	21
V. Material y métodos	22
VI. Consideraciones éticas y administrativas	30
VII. Bibliografía	34
Anexos	

RESUMEN

Objetivo principal; es determinar el nivel de estrés laboral y sus efectos somáticos en el profesional de enfermería en el Hospital Carlos Lanfranco La Hoz, Lima Marzo, 2019. Los enfermeros que laboran en áreas críticas como los servicios de Emergencia están expuestos a situaciones causantes de estrés, el estrés laboral puede dañar al ser humano no sólo físicamente sino también a nivel emocional, psicológico y social, que se evidencian en los síntomas y efectos somáticos que presenta el trabajador pudiendo desarrollar el Síndrome de Burnout.

Material y método; el presente estudio es de tipo cuantitativo, descriptivo de corte transversal. La población está conformada por 45 enfermeros que laboran en el Servicio de Emergencia. Los instrumentos utilizados serán dos cuestionarios, con la autorización de los participantes.

Los resultados; que se obtengan con la información procesada del estudio, permitirán proponer y desarrollar estrategias de sensibilización y prevención en la institución de salud.

Palabras clave: Estrés laboral, efectos somáticos.

ABSTRACT

Main goal; is to determine the level of work stress and its somatic effects on the nursing professional at the Carlos Lanfranco La Hoz Hospital, Lima, March, 2019. Nurses who work in critical areas such as Emergency services are exposed to situations that cause stress, work stress can harm human being not only physically but also emotionally, psychologically and socially, which are evidenced in symptoms and somatic effects, that the worker presents being able to develop Burnout Syndrome.

Material and method; the present study is of a quantitative, descriptive, cross-sectional type. The population is made up of 45 nurses who work in the Emergency Service. The instruments used will be two questionnaires, with the authorization of the participants.

The results; that are obtained with the information processed from the study, will allow proposing and developing awareness and prevention strategies in the health institution.

Keywords: Work stress, somatic effects.

INTRODUCCIÓN

El estrés actualmente es un tema común en las diversas investigaciones realizadas en los diversos campos psicológicos, fisiológicos y laborales, porque es común que diariamente nos enfrentemos a diversos eventos que podrían considerarse estresantes.

Selye definió el estrés por primera vez como una reacción no específica del cuerpo a cualquier solicitud que ocasiona el síndrome de adaptación general el cual consta de las siguientes etapas: reacción de alarma, resistencia y fatiga (1).

Maslach denomina al síndrome de Burnout como un estado de estrés crónico generado por el contacto de los profesionales de la salud con los pacientes, que produce el agotamiento del profesional y un alejamiento emocional con sus pacientes, además de la incertidumbre sobre capacidad para realizar satisfactoriamente su trabajo (2).

Pero algunos de estos autores difieren de la realidad de nuestro país y entorno. El profesional de enfermería que labora en las sedes hospitalarias especialmente en áreas críticas tales como los servicios de emergencias se encuentran constantemente con situaciones donde corre riesgo la vida del paciente, teniendo que actuar rápidamente y poniendo a prueba todos los conocimientos adquiridos en su formación profesional, sin poner en duda sus capacidades y habilidades.

De tal modo que la situación vivida y el estar constantemente frente a la etapa de la muerte podría generar estrés.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) conceptualiza al estrés como las reacciones fisiológicas que coordinadamente preparan al organismo para la acción.

Entonces teniendo claramente este concepto es importante decir que los enfermeros que laboran arduas jornadas brindando cuidados a los pacientes que requieren tanto apoyo emocional como asistencial, es posible que puedan sentirse vulnerables emocionalmente y puedan presentar alteraciones en su bienestar psicológico.

Pueden ocurrir también agresiones físicas o verbales de parte de los pacientes. En España el 65% de enfermeros reportó sufrir agresiones hechas por los pacientes y en Australia la cifra llegó al 90% (3).

El estrés puede perjudicar la calidad de vida de los enfermeros, la Organización Mundial de la Salud en el año 2000 lo calificó como una causa importante de riesgo laboral debido a su capacidad de afectar la calidad de vida, salud mental inclusive colocar en riesgo la vida de los profesionales de la salud.

Es así que se presenta el siguiente trabajo académico el cual tiene por objetivo fundamental determinar el estrés laboral del profesional de enfermería y los efectos somáticos que causa el estrés en el organismo de los enfermeros que trabajan en el servicio de emergencia, el cual permitirá obtener datos que logren aportar respuestas para así entender esta problemática y prevenirla en un futuro.

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El estrés según lo define el MINSA es una enfermedad ocupacional, relevante en la actualidad, con influencias de tipo fisiológico, psicológico y de comportamiento. Asimismo, sugiere problemas en la satisfacción laboral (4). Y en este grupo ocupacional de salud están los enfermeros que laboran diariamente en áreas críticas, tales como el Servicio de Emergencia o la Unidad de Cuidados Intensivos. Emergencia es una situación por la cual la vida de una persona está en riesgo y una dilatación prolongada o indebida del tiempo puede agravar la afección o provocar la muerte. La enfermera como miembro del equipo de profesionales de salud, requiere notable experiencia clínica y madurez profesional que le permita tomar decisiones difíciles con implicancias éticas y morales (5), lo cual podría generar estrés en el trabajador debido a la magnitud de la situación crítica.

Poseen conocimientos en base al cuidado de enfermería, importante para la toma de decisiones y la valoración inmediata ante la situación de salud de un paciente en estado crítico o riesgo de muerte utilizando criterios oportunos y de precisión, diseñando, implementando y evaluando planes de respuesta, y contingencia en situaciones de emergencia masiva y desastre (6).

El enfermero en situación de emergencia utiliza protocolos y/o guías de atención con criterios de efectividad de manera oportuna para la resolución inmediata que exige la circunstancia evidente (7).

Los profesionales de enfermería que trabajan en el servicio de emergencia tienen como función otorgar una atención de calidad al paciente para que así estos

obtengan una recuperación exitosa; pero a veces los esfuerzos realizados serán muy extenuantes para resolver situaciones complicadas del paciente, debido a lo complejo de su patología, situación crítica o también el trato que tiene el paciente hacia el enfermero a veces demostrando agresividad, empatía con el tratamiento y procedimiento prodigado.

Debido a la escasez de recursos humanos, por los problemas económicos que atraviesa el país, la carga laboral del enfermero aumenta, así como sus actividades arriesgando su responsabilidad, que podrían conllevar a errores por sobrecarga de trabajo que se traduce en el estrés.

En el Perú según estudios realizados cerca del 60% de la población sufre de estrés y el 70% de los trabajadores sufre de estrés laboral siendo más conocido que se manifieste entre los 25 a 40 años y son las mujeres las de mayor vulnerabilidad para desarrollarlo (8).

El personal de enfermería que labora en el Servicio de Emergencia está expuesto diariamente a situaciones causantes de estrés, se ha observado poco personal y elevada cantidad de pacientes, instalaciones de observación pequeñas para la excesiva demanda , salas de observación con pacientes críticos que deberían estar en el área de cuidados intensivos por la emergencia que exigen sus patologías que demandan una acción rápida y certera, el uso de equipos importantes que emiten sonidos constantes para la valoración y tratamiento del paciente también los quejidos constantes de los pacientes causando deterioro en su salud, disminución en su desempeño laboral, que podrían agotarlo física y psíquicamente causando ineficacia en su labor diaria, afectando también a su equipo de trabajo y pacientes.

También se ha advertido que los enfermeros que acusan estrés manifiestan dolores de cabeza, dolores musculares crónicos, agotamiento, irritabilidad; se puede decir que éstos son algunos de los efectos somáticos que presenta el personal de enfermería causando deterioro en su salud.

Los enfermeros que sufren estrés pueden presentar disminución de eficacia y eficiencia, cansancio físico y emocional, llegando al empobrecimiento de las relaciones personales que podrían causar absentismo laboral, accidentes laborales y diversas enfermedades (9).

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es el nivel de estrés laboral y cuáles son sus efectos somáticos en el profesional de enfermería en un Hospital de Lima, marzo 2019?

1.3. Justificación del estudio

Determinar el estrés en el profesional en el profesional de enfermería permitirá proponer y desarrollar las estrategias de sensibilización y prevención que se pueda expandir en el sistema de salud en el Perú.

Esto permitirá que los profesionales cambien de actitud frente a situaciones laborales que generen estrés, lo que en un espacio de tiempo prolongado beneficiará al enfermero como al paciente. Con respecto, a la institución de salud, es evidente que proporcionará una contribución científica y educativa al personal de enfermería que ahí labora. En situaciones que se identifiquen los síntomas de estrés, es preciso establecer estrategias orientadas al manejo y afrontamiento, como poder corregirlos y tomar acciones preventivas.

1.4. Viabilidad del estudio y factibilidad

La presente investigación es viable porque el Hospital Carlos Lanfranco la Hoz presenta un alto número de pacientes en el Servicio de Emergencia.

Recursos personales: 01 asesor de tesis, 01 alumna de la especialidad de Emergencias y Desastres, Licenciados de enfermería que labora en el Servicio de Emergencia del Hospital Carlos Lanfranco la Hoz.

Recursos administrativos: Cuenta con el sustento de la Unidad de Apoyo a la Docencia e Investigación, Jefatura del Departamento de Enfermería y Jefatura de Enfermería del Servicio de Emergencia del Hospital Carlos Lanfranco la Hoz.

Recursos económicos: Para ésta investigación se cuenta con los recursos económicos suficientes para poder desarrollar la investigación.

CAPITULO II. PROPÓSITOS DEL ESTUDIO

2.1. Propósito

Este proyecto tiene como propósito esencial conocer el nivel de estrés laboral y sus efectos somáticos en el profesional de enfermería para mejorar el bienestar y salud emocional de los enfermeros, proporcionando información actualizada del servicio de emergencia, con el fin de diseñar y establecer estrategias orientadas al manejo y afrontamiento del estrés para los profesionales que ahí laboran. Y así de esta manera el enfermero comprenda, acepte y enfrente el estrés en su labor diaria y pueda brindar una buena calidad de atención al paciente.

2.2. Objetivo general

Determinar el nivel de estrés laboral y sus efectos somáticos en el profesional de enfermería en un hospital de Lima.

2.3. Objetivo específico

- Identificar el nivel de estrés laboral del profesional de enfermería en un Hospital de Lima.
- Identificar los efectos somáticos del profesional de enfermería en un Hospital de Lima.

CAPITULO III: MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Albinagorta K. Nivel del estrés de enfermeros que laboran en el centro quirúrgico del hospital José Agurto Tello Chosica 2017 Lima Perú, se realizó con el objetivo de determinar el nivel de estrés laboral de la enfermera en las dimensiones: agotamiento emocional, realización personal y despersonalización. La técnica utilizada es la encuesta y el instrumento utilizado es el Maslach Burnout Inventory (MBI). Las conclusiones fueron según las tres dimensiones de esta técnica se clasificaron y dieron como resultado: Agotamiento emocional un 17%, porque no encuentran frustración en el trabajo que realizan, en la despersonalización es del 57% ya que no prestan atención a lo que pueda acontecer a sus pacientes, en la dimensión realización personal es de 16% a 37% debido a que en su centro de labores los problemas emocionales si son tratados como corresponde (4).

Chipana M. Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de un hospital del MINSA en Chanchamayo 2016, tiene como principal objetivo la determinación del estrés en el trabajo y las estrategias que aplicaron los profesionales de enfermería con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los profesionales y el cuidado brindado al paciente. El estudio realizado es de tipo cuantitativo, nivel aplicativo, método aplicativo de corte transversal, aplicado en la población de profesionales de enfermería que trabajan en el hospital de apoyo de Pichanaki. La mayoría presentó niveles bajos de estrés laboral, los que

presentaron un nivel bajo de estrés, lo afrontan con las siguientes estrategias como: focalización, apoyo social, expresión emocional y evaluación del problema (10).

Sánchez A. Efectos de las condiciones psicosociales en el desempeño laboral del personal profesional de enfermería. Ecuador 2017, el trabajo tiene como objetivo identificar los efectos de las condiciones psicosociales en el desempeño laboral del personal de enfermería del hospital general Teófilo Dávila. Es un estudio no experimental, metodología descriptiva de corte transversal. Se trabajó con una muestra de 62 enfermeras de las áreas de: emergencia, centro quirúrgico, ginecología y medicina interna. Conclusiones: Permanecer en contacto con el dolor, sufrimiento el 14.51%(62 enfermeras) presentan cansancio emocional, en la aplicación del Test de Maslach el 17.74% presentan riesgo de despersonalización. La realización personal el 98.38% (11).

Aldrete M, Navarro C, Gonzáles R, León S, Hidalgo. Estrés y salud en personal de enfermería de un hospital de tercer nivel de atención. México 2017. El objetivo del estudio es la determinación del estrés en el trabajo y salud en profesionales de enfermería en un centro hospitalario de tercer nivel de atención. El estudio es observacional, transversal, analítico, se aplicó la Escala de Seppo Aro (ESSE), para determinar cómo se percibe la salud, las enfermedades, el cuidado y como esto puede repercutir en su labor diaria. Del total de los participantes un 36.4% alcanzaron un nivel de estrés. Los frecuentes síntomas del estrés fueron: acidez estomacal, dificultad para poder dormir y lograr despertar en la noche, de los cuales: el 31.5% presentaron problemas de salud, 27.5% problemas gástricos, 21.6% diabetes mellitus, y 15.7% hipertensión arterial; el tiempo promedio de presentar la

enfermedad fue de 62 meses. El 51,2% acudió al control médico en los últimos seis meses, y un 23.5% no asistió a su centro de labores por enfermedad (12).

3.2. BASE TEÓRICA

En el marco del estudio de las ciencias de la salud, la enfermería se valora como una profesión estresante con persistencia de trastornos psicológicos, que se asocian con la ausencia de satisfacción laboral, ausentismo y discontinuidad laboral o abandono de la profesión (13).

Según el Acuerdo Marco Europeo sobre el Estrés Laboral, “el estrés es un estado que se acompaña de quejas o disfunciones físicas, psicológicas o sociales y que es resultado de la incapacidad de los individuos de estar a la altura de las exigencias o las expectativas puestas en ellos” (14)

3.2.1. EL ESTRÉS

El término estrés proviene de la física y de la arquitectura. Ambas disciplinas precisan que la tensión se produce en los elementos sólidos como respuesta a los empujes ejercidos desde el exterior que pueden llegar a deformarlos o romperlos. Walter Cannon en el año 1911 utilizó este término por primera vez refiriéndose a todo estímulo susceptible de provocar una reacción de lucha o huida. Posteriormente se utilizó para designar a los factores del medio cuya influencia exigen un esfuerzo no habitual de los mecanismos de regulación del individuo (14). La Organización Internacional del Trabajo (OIT) define el estrés de la siguiente manera: “Una enfermedad peligrosa para las economías de los países industrializados y en vías de desarrollo, debido a que la creciente presión en el

entorno laboral, puede provocar saturación física o mental del trabajo, generando diversas consecuencias que no solo afectan a su salud, sino también a la de su entorno más próximo” (15).

Hans Selye definió el estrés como una respuesta del organismo ante la percepción de una amenaza caracterizada donde el organismo se prepara para dar una respuesta, una fase de resistencia donde aparecen los cambios específicos que permitirá enfrentarnos a la situación, y una fase de agotamiento donde se produce un progresivo desgaste de energía utilizada para hacer frente a la amenaza. Cuando dicha percepción de amenaza se relaciona con la organización y la gestión del trabajo se habla de estrés laboral (17).

Se parte de que la cantidad justa de estrés puede ser estimulante y saludable (eustres) para hacer las tareas más rápidas y eficazmente permitiendo, que el organismo responda adecuadamente a los retos. Sin embargo, el estrés pasa a ser distrés agudo, cuando dura de dos días a cuatro semanas, crónico; de largo plazo. Su posible cronificación abarca varios síntomas, tanto físicos como psíquicos de difícil tratamiento (16).

Fases del Estrés

Asimismo, Hans Selye, define al “Síndrome General de Adaptación” (o estrés) como la reacción del organismo a la falta de equilibrio que precisa afrontar; esta reacción se explica en tres fases:

- **Fase de alarma:** Se produce cuando el organismo advierte un agente nocivo (estresor), activando su sistema nervioso simpático y la corteza y médula de las glándulas suprarrenales (que secretan glucocorticoides y adrenalina,

respectivamente) para desplazar las fuentes energéticas necesarias que enfrentarán la situación (17).

- **Fase de resistencia o adaptación:** El organismo enfrenta al estresor utilizando las fuentes energéticas disponibles y también los sistemas y órganos necesarios para enfrentar la emergencia, disminuyendo de ese modo sus funciones como, el sistemas digestivo y reproductivo, y en el caso del sistema inmune lograr intensificar su desempeño (17).
- **Fase de desgaste:** en esta fase final el organismo no puede enfrentar al agente estresor a causa de la alta demanda y pérdida de energía, y por ese motivo el estresor continúa activo, y el organismo desarrolla muchas enfermedades, llegando inclusive a la muerte (17).

Síntomas del Estrés

Se pueden catalogar dentro de tres categorías especiales.

a) Síntomas fisiológicos: El estrés podría provocar cambios en el metabolismo, aumentar el ritmo cardiaco, producir infartos.

b) Síntomas psicológicos: se refiere a cambios en las actitudes y disposición de los individuos. Puede producir insatisfacción laboral. También se manifiesta en la tensión, ansiedad, irritabilidad, el aburrimiento y la postergación.

c) Síntomas de comportamiento: incluyen cambios en la productividad, ausentismo y rotación laboral, cambios en los hábitos alimenticios, mayor consumo de alcohol o tabaco, habla acelerada, divagaciones y problemas en el sueño (18).

Respuestas del Estrés

- **Respuestas fisiológicas**

Se expresan implicando tres sistemas: endocrino, nervioso e inmunológico. El estrés físico como emocional, activa al sistema límbico que se relacionan con los componentes emocionales del cerebro. La respuesta emocional se transmite al hipotálamo, que es una estructura nerviosa que se encuentra en la base del cerebro y que actúa de enlace entre el sistema endocrino y el sistema nervioso que provocan una respuesta hormonal, estimula la hipófisis (glándula ubicada en la base del cerebro) que secretará otra hormona, ACTH (corticotropina) ésta estimulará a las glándulas suprarrenales situadas encima de los riñones. Es así como el organismo de un individuo responde a un estímulo estresante.

- **Respuesta cognitiva**

La capacidad de pensar y percibir pertenece a la corteza cerebral, pero no podría hacer ninguna de las dos cosas sino estuviera alerta. Es así que la formación reticular alerta a la corteza y dirige su atención hacia los mensajes sensoriales que percibe. La alerta favorece que los estímulos alcancen la corteza facilitando los comportamientos de adaptación. Entonces si hay una hiperestimulación el cerebro se fatiga y bloquea la formación reticular, haciendo que el mensaje se inhiba disminuyendo la capacidad de respuesta al estrés.

- **Respuestas de comportamiento**

Las conductas básicas son: el enfrentamiento, la huida o evitación y la pasividad las dos primeras son necesarias para la supervivencia, es decir llevan un alto nivel de

estrés, mientras que la última conducta, que es hacer nada, utilizada por la mayoría de las personas implica que las consecuencias negativas serán menores (19).

3.2.2. EFECTOS SOMÁTICOS

Síntomas: Es un fenómeno que revela una enfermedad. El síntoma es referido de manera subjetiva por el enfermo cuando percibe algo anómalo en su organismo.

Somatización: Son quejas físicas que ocasionan malestar, en ausencia de hallazgos clínicos que permitan justificar una causa orgánica.

El concepto de somatización tiene tres componentes:

- **Experiencial:** lo constituyen los síntomas que experimenta el sujeto.
- **Cognitivo:** es la interpretación que el paciente hace de sus síntomas.
- **Conductual:** la persona busca un diagnóstico médico persistente.

Estos pacientes generan sensación de ineffectividad en el profesional, frustración e incluso antipatía y son considerados pacientes difíciles.

Formas de Presentación

- Las somatizaciones agudas se dan en individuos con una personalidad y un nivel previo de adaptación normal, que debido a un estrés psicosocial presentan síntomas somáticos. Estos pacientes sin una orientación adecuada, pueden llegar a cronificarse.
- Las somatizaciones crónicas se dan en pacientes con un nivel previo de adaptación insatisfactorio y frecuentes problemas de personalidad, que presentan desde hace mucho tiempo, un mínimo de 6 meses múltiples síntomas físicos inexplicados que les producen mucha incapacidad (20).

Entre los principales efectos causados por el estrés destacan:

- **Fisiológicos:** aumento de la tasa cardiaca, la presión arterial, la sudoración, del ritmo respiratorio, la tensión muscular, así como los niveles de adrenalina y noradrenalina. Incremento de los niveles de azúcar en la sangre. Disminución del riego sanguíneo periférico y de la actuación del sistema digestivo. Incremento del metabolismo basal, del colesterol y liberación de ácidos grasos en la sangre. Aumento de los niveles de corticoides. Inhibición del sistema inmunológico. Dificultad para respirar. Sensación de nudo en la garganta. Sequedad en la boca. Dilatación de pupilas.
- **Cognitivos:** Preocupaciones. Dificultad para la toma de decisiones. Sensación de confusión. Incapacidad para concentrarse. Dificultades para dirigir la atención. Sentimiento por falta de control. Estrechamiento de la atención. Desorientación. Olvidos frecuentes. Bloqueos mentales. Hipersensibilidad a la crítica.
- **Motores:** Hablar rápido. Temblores. Tartamudeo. Voz entrecortada. Imprecisión precipitaciones. Explosiones emocionales. Predisposiciones a accidentes. Consumo de drogas (psicofármacos, alcohol, café). Comer en exceso o inapetencia. Bostezos. Trastornos del sueño (21).

El estrés puede ser precursor de diversas enfermedades:

Como enfermedades cardiovasculares (trastornos cardiovasculares y arritmias), respiratorias (hiperreactividad bronquial, asma), trastornos de base inmunitaria (artritis reumatoide), gastrointestinales (dispepsia, úlcera péptica, síndrome del intestino irritable, enfermedad de Chron, colitis ulcerosa), dermatológicas (soriasis, neurodermitis), hipotiroidismo, síndrome de Cushing), dolor de espalda, trastornos

músculo esqueléticos, trastornos menores de salud mental (depresión, trastornos de sueño), conductas sociales y relacionadas con la salud (fumar, consumo de drogas, sedentarismo, participación social), musculares (tics, calambres y contracturas, rigidez, dolores musculares, alteraciones en los reflejos musculares) y trastornos sexuales (impotencia, eyaculación precoz, vaginismo, coito doloroso, alteraciones de la libido) (14).

3.2.3. EL ESTRÉS LABORAL

Se conceptualiza el estrés laboral como las reacciones fisiológicas, psicológicas y de comportamiento de un individuo para su adaptación a presiones internas y externas del entorno laboral. Se define como la agrupación de efectos producidos en el organismo de los trabajadores, ante la presencia de agentes generadores de estrés, ocasionados por el trabajo que pueden afectar su salud. Según la Comisión Europea de Seguridad y Salud en el Trabajo, define el estrés laboral como las reacciones físicas y emocionales perjudiciales que se manifiestan cuando las necesidades del profesional son insuficientes para satisfacer las exigencias del trabajo (21).

Tipos de Estrés Laboral

- **Episódico:** se produce de modo puntual y momentáneo en el tiempo. Se caracteriza por ser de corta duración y esporádica. En la mayoría de los casos se trata de una situación limitada en el tiempo por la que sus efectos negativos son apenas perceptibles, pero si esto se prolonga en el tiempo dan lugar al estrés laboral crónico.

- **Crónico:** se produce como consecuencia de una exposición repetitiva y prolongada a diversos factores estresantes. Este tipo de estrés es muy dañino y puede ocasionar consecuencias graves a medio y largo plazo.

Causas del Estrés Laboral

Mala organización del trabajo, el modo en que se definen los puestos y sistemas de trabajo, y la manera en que se gestionan pueden provocar estrés laboral.

El exceso de exigencias y presiones o la dificultad para controlarlas pueden tener su origen en una definición inadecuada del trabajo, una mala gestión o la existencia de condiciones laborales insatisfactorias. O posiblemente puede ocurrir que éste trabajador no reciba apoyo de los demás y las presiones que conlleva.

Consecuencias del Estrés Laboral

El impacto de situaciones estresantes sobre el bienestar físico y mental puede ser substancial o extremo como en el caso del suicidio o arritmias cardiacas. Los cambios de conducta de los niveles de estrés abarcan estados de nerviosismo, decaimiento corporal, tensión física y problemas cardiacos.

Sotil menciona que el estrés es causa directa e indirecta de los accidentes de trabajo, el trabajador sometido a estrés en el área laboral presentará efectos subjetivos como la ansiedad, agresión, apatía, frustración, sentimientos de culpa, irritabilidad, tristeza, baja autoestima, nerviosismo, soledad. También efectos cognitivos que influyen en la capacidad de tomar decisiones, de concentrarse, olvidos, resistencia a la crítica, efectos conductuales como fisiológicos y en la organización como el ausentismo laboral, relaciones laborales pobres, escasa productividad, altas tasas de accidentes, altas tasas de cambio de trabajo, mal clima en la organización antagonismo en el trabajo, insatisfacción en el desempeño de tareas (22).

Las reacciones al estrés pueden ocurrir cuando las personas están expuestas a factores de riesgo en el trabajo. Estos pueden incluir:

- **Respuestas cognitivas:** atención y percepción reducida, olvido.
- **Respuestas emocionales:** sentirse nervioso o irritado.
- **Reacciones de comportamiento:** comportamiento agresivo, impulsivo o cometer errores.
- **Respuestas fisiológicas:** como aumento de la frecuencia cardíaca, presión arterial e hiperventilación.

Cuando las reacciones de estrés persisten durante un período prolongado de tiempo, esto puede derivarse en resultados de salud más permanentes y menos reversibles: como, agotamiento, fatiga crónica problemas músculos esqueléticos o enfermedades cardiovasculares. Características individuales como la personalidad, los valores, la edad, el género, el nivel de educación y la situación familiar pueden influir en la capacidad de la persona para sobrellevar la situación de estrés (23).

Fuentes Potenciales de Estrés Laboral

Según Cooper y Payne existen tres categorías de fuentes potenciales de estrés: ambientales, organizacionales e individuales.

- **Factores ambientales**
 1. Las incertidumbres económicas ante cambios en las políticas económicas del país provocan desconcierto e inseguridad económica y causa angustia en el individuo.
 2. Las incertidumbres políticas por cambios en los sistemas y amenazas políticas provocan tensiones.

3. La incertidumbre tecnológica como: innovaciones y automatización constituyen una amenaza para las personas que presentan tensión por no poseer las habilidades o experiencias necesarias (18).

- **Factores organizacionales**

Se clasifican en:

1. **Las demandas de tarea:** son factores relacionados al trabajo de una persona, y hace referencia al diseño del trabajo individual como la autonomía, variedad de actividades, grado de automatización, las condiciones laborales y la distribución física del espacio. Cuanto mayor sea la interdependencia entre las actividades de una persona y las actividades de otras, mayor será el estrés potencial.
2. **Demandas de papel:** se refieren a las presiones que sufre una persona función de su rol particular en la organización.
3. **Demandas interpersonales:** son presiones debidas a la falta de respaldo social y las malas relaciones interpersonales que pueden causar estrés, sobre todo en empleados que tiene muchas necesidades sociales.
4. **Demandas interpersonales:** Define las jerarquías existentes en la organización, las reglas y normas, así como la toma de decisiones.
5. **El liderazgo organizacional:** representa el estilo administrativo de los ejecutivos de la organización, creando temor, ansiedad por el establecimiento de metas inalcanzables a corto plazo, control y despido de empleados.

6. Etapa de la vida de la organización: estas pasan por un ciclo mediante el cual crecen, maduran y declinan, estas crean en los empleados tensiones y estrés(18).

- **Factores Individuales**

Se encuentran:

- 1. Los problemas familiares:** las personas otorgan mucho valor a la familia y relaciones interpersonales, cuando surgen rupturas en la relación, problemas conyugales, son tomadas como ejemplo de estresores, estos no podrán ser olvidados en el centro de trabajo.
- 2. Los problemas económicos:** generan estrés en los trabajadores y distraen su atención en el trabajo. Sea su ingreso salarial muy alto o muy poco igualmente ocasiona estrés.
- 3. La personalidad:** creada durante el desarrollo de la persona donde se encuentran sus experiencias, hábitos, motivaciones, esto creará un patrón de comportamiento que influirá en el nivel de susceptibilidad de estrés (18).

CAPITULO IV: HIPÓTESIS Y VARIABLES

4.1. Hipótesis

- **Hipótesis de investigación**

Existe relación entre el estrés laboral y los efectos somáticos del profesional de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital Carlos Lanfranco la Hoz.

- **Hipótesis nula**

No existe relación entre el estrés laboral y los efectos somáticos del profesional de enfermería en el servicio de emergencia del Hospital Carlos Lanfranco la Hoz.

4.2. Variables

- **Variable dependiente:**

Los efectos somáticos del profesional de enfermería.

- **Variable independiente:**

El estrés laboral del profesional de enfermería.

CAPÍTULO V: MATERIAL Y MÉTODOS

5.1. Diseño de estudio

El presente trabajo será de tipo cuantitativo, descriptivo de corte transversal. Es cuantitativo porque se le asignará un valor numérico a los hallazgos. Descriptivo porque nos permitirá describir cada variable. Transversal porque se presentará la información tal cual se obtenga en un tiempo y espacio establecido.

5.2. Área de estudio

El presente estudio se realizará en el Servicio de Emergencia del Hospital Carlos Lanfranco la Hoz, ubicado en la Av. Sáenz Peña cuadra 6 s/n Puente Piedra Lima Perú. De nivel II-2 Lima Norte, ejerciendo competencia sanitaria sobre los distritos de Puente Piedra, Ancón, Santa Rosa y parte del distrito de Carabayllo. El Servicio de Emergencia cuenta con una Unidad de Trauma Shock, 01 Tópico de Medicina, 01 Tópico de Cirugía y Traumatología, 01 Tópico de Pediatría, 01 Observación de Adultos con 12 camas, 01 Observación de Pediatría con 06 camas, 01 Triage.

5.3. Población y muestra

La población se constituirá por un total de 45 licenciados de enfermería cuyas edades fluctúan entre 25 a 55 años de edad de ambos géneros. La investigación se hará con la totalidad de la población.

Criterios de inclusión:

- Enfermeros profesionales que se encuentran trabajando indistintamente de su tipo de contrato en el Servicio de Emergencia.
- Enfermeros profesionales se encuentren trabajando más de 1 año en el Servicio de Emergencia

Criterios de exclusión:

- Enfermeros profesionales que se encuentran de vacaciones.
- Enfermeros profesionales que se encuentran de licencia por maternidad o enfermedad.

5.4 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADOR
Estrés Laboral	Es la presión que se tiene en el trabajo, debido al desequilibrio existente entre la exigencia laboral y la capacidad o recursos disponibles para ejecutarla (35).	Factores ambientales Factores organizacionales Factores individuales	Surge cuando la enfermera presenta problemas económicos, ansiedad por los cambios en el sistema, o desconocimiento por el avance tecnológico e innovativo. Estrechamente relacionado con las condiciones laborales del enfermero, la demanda de tareas a veces compleja debido a la situación de salud del paciente, la toma de decisiones, los reglamentos y normas, creando temor por el despido o destitución al no alcanzar las metas propuestas. Son factores estrechamente relacionados con la vida personal del profesional de enfermería, donde se encuentran los problemas económicos, familiares que podrían causar estrés en el trabajador y no puedan desarrollar bien su labor.	Aplicación del instrumento: Nursing Stress Scale(NSS). Alto: 55-102 Bajo:0-54.

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADOR
Efectos somáticos	Síntomas que ocasionan malestar en ausencia de hallazgos clínicos que permitan justificar una causa orgánica (20).	<p>Gástricas</p> <p>Neurológicas</p> <p>Cardiacas</p> <p>Psicológicas</p>	<p>Son alteraciones gastrointestinales que presenta el enfermero con estrés</p> <p>Son alteraciones del enfermero cuando presenta estrés.</p> <p>Alteraciones de origen cardiaco que presenta el enfermero cuando manifiesta estrés.</p> <p>Son trastornos de origen psicológico que presenta el enfermero cuando manifiesta estrés.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Acidez o ardor en el estómago • Pérdida del apetito. • Deseos de vomitar o vómitos. • Dolores abdominales. • Diarreas u orinar frecuentemente. • Dolores de cabeza. • Mareos. • Temblores o sudoración en las manos. • Palpitaciones irregulares del corazón. • Fatiga o debilidad. • Dificultad para quedarse dormido o despertar durante la noche. • Pesadillas. • Disminución del deseo sexual. • Sudoración excesiva sin realizar esfuerzo físico. • Falta de energía o depresión. • Nerviosismo o ansiedad. • Irritabilidad o enfurecimientos.

5.5. Procedimientos y técnicas de recolección de datos

- 1) Para la obtención de la información se solicitará la autorización correspondiente a la Dirección del Hospital Carlos Lanfranco la Hoz, la Jefatura de Capacitación, la Jefatura de Enfermería del Servicio de Emergencia.
- 2) La recolección de datos se realizará en dos meses, los días martes, jueves y sábados en el turno de la tarde.
- 3) Se conversará con la licenciada de enfermería que se encuentra laborando en ese momento y se le explicará sobre el estudio haciéndole entrega del consentimiento del consentimiento informado.
- 4) Al obtener el consentimiento informado, se dará inicio a la encuesta en tiempo no mayor de 15 minutos.
- 5) Para la valoración del estrés laboral se utilizará el cuestionario de Nursing Stress Scale, estableciendo tres dimensiones para su mejor valoración como: factores ambientales, factores organizacionales y factores individuales.

Para medir los efectos somáticos del profesional de enfermería, se utilizará la Escala de Seppo Aro, que evalúa el estrés a través de la sintomatología que presenta el trabajador. Para nuestra investigación esos síntomas los agruparemos en cuatro dimensiones: gástricas, neurológicos, cardíacos y psicológicos. Para evaluar como el profesional somatiza el estrés debe alcanzar más de 10 puntos en la evaluación.

INSTRUMENTO: Nursing Stress Scale (NSS)

Este instrumento fue elaborado por Pamela Gray Toft y James G. Anderson el año 2002 para medir el nivel de estrés laboral, tiene una escala de medición de tipo ordinal consta de 34 ítems con opciones múltiples, a través de la cual las investigadoras buscaron identificar la frecuencia en que son percibidas algunas situaciones consideradas estresantes en el personal de enfermería hospitalario, emplearon dos estimaciones de fiabilidad de la NSS. Test-retest y consistencia interna de la escala de 0.79 Spearman-Brown, 0.79 Guttman, 0.89 coeficiente alpha Cronbach, 0.89 alpha ítem tipificados. En cada ítem las respuestas son: Nunca (0), a veces (1), frecuentemente (2) y muy frecuentemente (3), sumando las puntuaciones obtenidas se obtendrá un rango entre 0 y 102 puntos. A mayor puntuación mayor será el nivel de estrés. El puntaje total se establecerá obteniendo dos valores finales. Alto (55-102) y bajo (0-54) (24).

Para la variable efectos somáticos del estrés laboral se utilizó el cuestionario de Seppo.

Anexo 2.

INSTRUMENTO: Escala Sintomática del Estrés de Seppo Aro (ESE)

Esta escala presenta 18 síntomas que se encuentran vinculados con estados de estrés de origen psicosomático y emocional (25).

Esta escala evalúa sintomatológicamente el estrés:

Acidez estomacal, pérdida del apetito, náuseas, vómitos, dolores abdominales, diarreas u orinar frecuentemente, dificultades para dormir o despertarse en la noche, dolores de cabeza, disminución del deseo sexual, palpitaciones, temblor o sudoración de las manos, sudoración excesiva sin hacer esfuerzo físico, falta de energía, fatiga o debilidad, nerviosismo o ansiedad, irritabilidad.

Las respuestas se valoran en:

Preguntas	Puntaje
0	Raramente o nunca
1	Algunas veces
2	Frecuente
3	Muy frecuentemente

Las cuales se valoran de 0 a 3, por lo cual las anotaciones posibles fluctúan entre 0 y 54 puntos (25).

Al realizar la sumatoria se buscará el resultado en el siguiente rango.

La suma de los puntos se obtiene en cada ítem, si el total es superior a 10, se encuentra ante una persona con afecciones al estrés.

Rango	Ítem
Menos de 8 puntos	Estrés normal
De 9 a 10 puntos	Tendencia al estrés
Más de 11 puntos	Estrés patológico

5.6. Plan de tabulación y análisis

Los resultados de la información serán presentados en cuadros, gráficos y diagramas, el instrumento se codificará para luego ingresarlo al software estadístico Excel para luego expresarlo en tablas, que permitirán relacionar las 2 variables.

CAPITULO VI CONSIDERACIONES ETICAS Y ADMINISTRATIVAS

6.1. Consideraciones éticas

Para la ejecución del estudio se obtendrá inicialmente la autorización del Hospital Carlos Lanfranco la Hoz, así como de los licenciados en estudio que laboran en el Servicio de Emergencia, comunicándoles que el estudio será de carácter confidencial y anónimo, considerando los principios bioéticos y que la información obtenida solo será de utilidad para los fines de estudio.

Autonomía

Los licenciados de enfermería participan en el estudio de forma voluntaria través del consentimiento informado, sin coerción e influencia indebida.

Principios de beneficencia

La información obtenida se utilizará para identificar el estrés y los posibles efectos somáticos causados por ésta en los profesionales de Enfermería, del mismo modo prevenirla y tratarla para poder brindar una atención de calidad al paciente.

Principio de no maleficencia

En el estudio no se realizará ningún procedimiento que cause daño a los participantes voluntarios.

Principio de Justicia

La enfermera, sujeto de estudio tendrá la misma oportunidad de participar en la investigación sin discriminación de edad, sexo, raza y nivel económico. Los criterios de exclusión no repercutirán en la elección de su participación.

6.2. Consideraciones administrativas

El presente estudio sigue un proceso administrativo respetando los reglamentos y normas de la institución.

Se consideran los siguientes momentos:

La solicitud de autorización de la Dirección Universitaria de Investigación e información Científico Técnica, y ante el Comité Institucional de Ética de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

Las coordinaciones con la Jefatura de Enfermería del Hospital Carlos Lanfranco La Hoz para la aplicación de los instrumentos (Cuestionarios sobre el Estrés Laboral y para la valoración de los Efectos Sintomáticos en el profesional de enfermería).

Se solicita la aceptación de los sujetos de estudio previa información del mismo, respondiendo cualquier duda que surja para la posterior firma del consentimiento informado. (ANEXO N°1).

6.3. Presupuesto

- Recursos humanos:

CANTIDAD	DESCRIPCIÓN	COSTO UNIT.	COSTO TOTAL
01	Estadístico (04 sesiones)	250	1000.00
	SUB TOTAL		1000.00

- Recursos materiales:

Cantidad	DESCRIPCION	COSTO UNIT.	COSTO TOTAL
450	Fotocopias	0.10	45.00
	Refrigerios	10	500.00
	Otros		300.00
	SUBTOTAL		845.00

SUBTOTAL

Sub total recursos humanos	1000.00
Subtotal recursos materiales	845.00
TOTAL	1845.00

6.4. Cronograma de Actividades

	Febrero				Marzo				Abril
	1era semana	2da semana	3ra semana	4ta semana	1era semana	2da semana	3ra semana	4ta semana	1ra semana
Asesoría Académicas									
Búsqueda de Bibliografía									
Planteamiento del problema									
Propósito del objetivo del estudio									
Marco teórico									
Hipótesis									
Material y Métodos									
Recolección de datos									
Operacionalización de datos variables									
Ética y administrativos									
Presentación del trabajo									

VII. BIBLIOGRAFIA

1. Hernández-Mendoza E, Cerezo S, López-Sandoval M. Estrategias de afrontamiento ante el estrés laboral en enfermeras. Rev. Enferm Inst Mex Seguro.Soc [revista de internet].2007[consultado 6 mar 2019];pp15(3):161-166 Disponible en:
<http://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2007/eim073h.pdf>
2. Hederich-Martinez C, Caballero-Domínguez C. Validación cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. Revista CES PSICOLOGIA ISS Ne [revista de internet].2011[consultado 10 mar 2019]; Vol 9,Num1.2016 Disponible en:
<http://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/3511/2525>
3. Arias L, Muñoz del Carpio A. Síndrome del personal de enfermería. Rev. cubana salud pública [revista de internet]. 2016 [consultado 10 mar 2019]; Vol 42(4):559-575.Disponible en:
https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rcsp/v42n4/0864-3466-rcsp-42-04-00559.pdf
4. Albinacorta K. Nivel de estrés laboral del personal de enfermería del centro quirúrgico del Hospital José Agurto Tello Chosica, 2017 [Trabajo de Investigación].Lima; Universidad Mayor de San Marcos;2017.Disponible en:
http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/7183/Albinacorta_rk.pdf?sequence=2&isAllowed=y

5. De la Garza C. Laboreal. Revista SciELO [revista de internet].2017 [consultado el 19 Abril del 2019]; vol 13 Nro.2. Disponible en: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-52372017000200008
6. Gamonal Y, Garcia C, Silva Z. Síndrome de Burnout en el profesional de enfermería que labora en áreas críticas. Rev. Enferm Heredia [revista de internet].2008 [consultado 18 Abril 2019];01(1),33-39. Disponible en: <https://faenf.cayetano.edu.pe/images/pdf/Revistas/2008/enero/v1n1ao5.pdf>
7. Federación iberoamericana de enfermería en urgencias y emergencias. Perfil del profesional de enfermería en la atención de urgencias, emergencias y desastres [internet].2006consultado19abril2019] http://www.enfermeriadeurgencias.com/images/archivos/perfil_ibameue.pdf
8. ¿Qué es la ansiedad laboral y quiénes están más propensos a sufrirlas y cómo manejarlas? 05 de Junio 2017[citado 01 de Julio2019]. En: Capital [internet]. Disponible en: <https://capital.pe/actualidad/que-es-la-ansiedad-laboral-y-quienes-estan-mas-propensos-a-sufrirla-noticia-1055624>
9. Miret A, Martínez A. El profesional en urgencias y emergencias: Agresividad y Burnout: Revista SciELO [revista de internet].2010 [citado 19 Abril 2019] Vol33.Sup1.Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S113766272010000200019

- 10.** Chipana M. Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras en un hospital del MINSA Chanchamayo, 2016 [trabajo de investigación]. Chanchamayo; Universidad Nacional Mayor de San Marcos. 2017.
http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/7085/Chipana_chm.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 11.** Sánchez A. Efectos de las condiciones psicosociales en el desempeño laboral del personal profesional de enfermería [trabajo de maestría]. Ecuador; Universidad Técnica de Machala. 2017. Disponible en:
<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/10373/1/trabajo%20titulacion%20maestrante%20BLANCA%20SANCHEZ.%20docx.pdf>
- 12.** Aldrete M, Navarro C, Gonzáles R, León S, Hidalgo G. Estrés y salud en personal de enfermería de una unidad de tercer nivel de atención. Revista Cubana de Salud y Trabajo [revista en Internet].2017 [citado 10 jun 2017]; 18(1):35-43. Disponible en:
http://bvs.sld.cu/revistas/rst/vol18_1_17/rst04117.pdf
- 13.** Alba R. Estrés laboral en enfermería: La escasez de personal actual en cuidados intensivos. Revista Enfermería del Trabajo [revista en internet]. 2015[citado el 01 de Octubre]; 5: 76-81. Disponible en:
<http://enfermeriadeltrabajo.com/ojs/index.php/et/article/view/18/17>
- 14.** Barreiro D. Las enfermedades del trabajo. Nuevos riesgos psicosociales y el derecho de la protección social. [internet]. Ministerio de trabajo y asuntos sociales 2006. España. [citado 21 mar 2019]. Disponible en:
<https://www.diba.cat/documents/467843/69764218/100517.pdf/7e8912f5-f474-40a7-a7c9-86fc96abeb10>

- 15.** Mauricio M, Rugel M. Nivel de estrés de los enfermeros del servicio de medicina y emergencia. Tumbes.; Universidad Nacional de Tumbes.2017.
Disponible en:
<http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/UNITUMBES/65/TESIS%20%20MAURICIO%20Y%20RUJEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 16.** Ayuso J. Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de estrés laboral y Burnout. Revista Iberoamericana de Educación [revista en Internet].2016[citado 1 oct 2018)pag1-Disponible en :
[file:///C:/Users/User/Downloads/1341Ayuso%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/1341Ayuso%20(1).pdf)
- 17.** Barraza A. El cambio del estudio del estrés: del programa de investigación estímulo-respuesta al programa de investigación persona-entorno. revistapsicologia.org [revista de internet]. 2007 [citado 21 mar 19] Vol. 08 Nro. 02 pp1-30. Disponible en:
<https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://www.revistapsicologia.org/index.php/revista/article/viewFile/48/45>
- 18.** Atalaya M. El estrés laboral y su influencia en el trabajo. Revista Industrial Data [revista internet], 2001[citado 01 de Julio2019]; Vol. 4Num 2
<http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/idata/article/view/6754/5992>
- 19.** Del Hoyo, M. Estrés Laboral. Madrid: Servicio de Ediciones y Publicaciones I.N.S.H.; 2004.
- 20.** Pascual P, Cerecedo M. AMF Actualización en Medicina y Familia. [consultado 01 Julio 2019]. Disponible en:
http://amf-semfyc.com/web/article_ver.php?id=1433

- 21.** Rodríguez R, De Rivas S. Los procesos del estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención. Medicina y seguridad del trabajo [revista de internet]. 2011[citado 21 mar 2019]; 57(Suplemento):1-262.
Disponibile en: <http://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v57s1/actualizacion4.pdf>
- 22.** Velásquez, Villavicencio D. Nivel de estrés laboral en profesionales de la salud y su relación en el desempeño profesional en el Hospital Luis Gabriel Dávila. [tesis]. Ecuador. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. 2016.
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/13896/Tesis%20Final%20Final%202.4.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 23.** Hassard J, Cox T. Estrés laboral: naturaleza y gestión. OSHwiki networking knowledge [internet]. Lóndres. [visitado 21 mar 2019]. Disponible en: https://oshwiki.eu/wiki/Work-related_stress:_Nature_and_management
- 24.** Más R, Escribá V. La versión castellana de la escala “The nursing stress scale Proceso de Adaptación Cultural. Rev. Esp. Salud Pública. [revista de internet]. [consultado el 01 Julio 2019]; 72: 529-538. Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/revista_cdrom/VOL72/72_6_529.pdf
- 25.** Abad M, Chicaiza C. Detección del síndrome de burnout en el personal de enfermería de la consulta externa en un centro hospitalario. [trabajo académico]. Ecuador. Universidad de Azuay. 2016. Disponible en: <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/5585/1/11914.pdf>



ANEXO 1

ESCALA DE ESTRÉS DE LA ENFERMERA (NSS)

CUESTIONARIO

Estimados enfermeros (as) tengan usted un cordial saludo, soy estudiante de enfermería de la Universidad Peruana Cayetano Heredia y estoy realizando un trabajo de investigación: “Estrés laboral y efectos somáticos del profesional de enfermería en un hospital de Lima 2019”.

Por lo cual solicito su colaboración para el presente cuestionario, que es de carácter anónimo y confidencial, será empleado única y exclusivamente en esta investigación por lo que agradeceremos que su respuesta sea veraz.

Edad: _____ años Sexo: _____

Tiempo de labor asistencial en el servicio de emergencia: ____ año(s) ____ mes(es)

INSTRUCCIONES: a continuación, se presentan diferentes preguntas las cuales debe marcar con un aspa (x) la respuesta que crea correcta para usted.

		Nunca	Alguna vez	Frecuente	Muy frecuente
1	Interrupciones frecuentes en la realización de sus tareas.				
2	Recibir críticas de un médico.				
3	Realización de cuidados de enfermería que resultan dolorosos a los pacientes.				
4	Sentirse impotente en el caso de un paciente que no mejora.				
5	Problemas con un supervisor.				
6	Escuchar o hablar con un paciente sobre su muerte cercana.				
7	No tener ocasión para hablar abiertamente con otros compañeros del servicio sobre problemas en el servicio).				
8	La muerte de un paciente.				
9	Problemas con uno o varios médicos.				
10	Miedo a cometer un error en los cuidados de enfermería de un paciente.				
11	No tener ocasión para compartir experiencias y sentimientos con otros compañeros (enfermeros/as y/o auxiliares de enfermería) del servicio.				
12	Muerte de un paciente con quien has llegado a tener una relación estrecha.				
13	El médico no está presente cuando un paciente se está muriendo.				
14	Estar en desacuerdo en el tratamiento de un paciente.				
15	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente a la familia del paciente.				
16	No tener ocasión para expresar a otros compañeros (enfermeros/as y/o auxiliares de enfermería) del servicio mis sentimientos negativos hacia los pacientes (ejm; pacientes conflictivos, hostilidad, etc).				
17	Recibir información insuficiente del médico acerca del estado clínico de un paciente.				
18	No disponer de una contestación satisfactoria de una pregunta hecha por un paciente.				
19	Tomar una decisión sobre un paciente cuando el médico no está disponible.				
20	Pasar temporalmente a otros servicios con falta de personal.				
21	Ver a un paciente sufrir.				

22	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros (enfermeros/as y/o auxiliares de enfermería) de otros servicios.				
23	Sentirse insuficientemente preparado para ayudar emocionalmente a un paciente.				
24	Recibir críticas de un supervisor.				
25	Personal y turno imprevisible.				
26	El médico prescribe un tratamiento que parece inapropiado para el paciente.				
27	Realizar demasiadas tareas que no son de enfermería (ejm; tareas administrativas)				
28	No tener tiempo suficiente para el apoyo emocional al paciente.				
29	Dificultad para trabajar con uno o varios compañeros (enfermeros/as y/o auxiliares de enfermería) del servicio.				
30	No tener tiempo suficiente para realizar todas mis tareas de enfermería.				
31	El médico no está presente en una urgencia médica.				
32	No saber que se debe decir al paciente o a su familia sobre su estado clínico y tratamiento.				
33	No saber bien el manejo y funcionamiento de un equipo especializado.				
34	Falta de personal para cubrir adecuadamente el servicio.				

Nunca: 0

Alguna vez: 1

Frecuentemente: 2

Muy frecuente: 3

ANEXO 2**CONTENIDO DEL CUESTIONARIO PARA LA ESCALA SINTOMÁTICA DEL ESTRÉS (ESE)****ESCALA SINTOMÁTICA DEL ESTRÉS (Seppo Aro)**

Nombre: _____ Fecha: _____ Profesión: _____ Edad: _____

Sexo: _____

¿Ha padecido algunos de estos síntomas durante el último año? (los síntomas que se presentan regularmente relacionados con la menstruación o los que pueden relacionarse con la ingestión de bebidas alcohólicas no deben ser señalados)

Nº	Síntomas	Raramente o nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Muy frecuentemente
1	Acidez o ardor en el estómago				
2	Pérdida del apetito				
3	Deseos de vomitar o vómitos				
4	Dolores abdominales				
5	Diarreas u orinar frecuentemente				
6	Dificultades para quedarse dormido o despertarse durante la noche				
7	Pesadillas				

8	Dolores de cabeza				
9	Disminución del deseo sexual				
10	Mareos				
11	Palpitaciones o latidos irregulares del corazón				
12	Temblor o sudoración en las manos				
13	Sudoración excesiva sin haber realizado esfuerzo físico				
14	Falta de aire sin haber realizado esfuerzo físico				
15	Falta de energía o depresión				
16	Fatiga o debilidad				
17	Nerviosismo o ansiedad				
18	Irritabilidad o enfurecimientos				