



**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

**TESIS**

**ESTRÉS EN INTERNAS DE ENFERMERÍA DURANTE SUS PRÁCTICAS  
CLÍNICAS EN SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN DE LOS HOSPITALES  
DEL MINISTERIO DE SALUD DE ICA-2016**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
ENFERMERIA**

**PRESENTADO POR**

**OSORIO CARRASCO TREISY MASSIEL**

**ASESORA**

**Mg. IDA RAMOS MARIN**

**ICA - PERU, 2018**

**ESTRÉS EN INTERNAS DE ENFERMERÍA DURANTE SUS PRÁCTICAS  
CLÍNICAS EN SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN DE LOS HOSPITALES  
DEL MINISTERIO DE SALUD DE ICA-2016**

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como Objetivo: Determinar el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica-marzo a julio 2016. Es una investigación descriptiva transversal, se trabajó con una muestra de 35 internos, para el recojo de la información se utilizó un cuestionario tipo Likert , la validez del instrumento se realizó mediante la prueba de concordancia del juicio de expertos obteniendo un valor de 0,813; la confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach con un valor de 0,937, la prueba de hipótesis se comprobó estadísticamente mediante el Chi Cuadrado con un valor de 7,41 y con un nivel de significancia de valor  $p < 0,05$ .

### **CONCLUSIONES:**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, tienen un nivel Alto. Este nivel se presenta de acuerdo a las respuestas de los internos: Casi siempre, me siento emocionalmente agotada/o por mi trapajo, me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo y No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente. Casi siempre, trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión y me preocupa el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente. Alguna vez, me siento muy activa/o y con vitalidad.

**PALABRAS CLAVES:** *Estrés en las/los internas/os de enfermería, prácticas clínicas, realización personal, despersonalización, cansancio emocional.*

## **ABSTRACT**

The objective of the present investigation was to determine the level of stress in the nursing inmates during their clinical practices in the hospitalization services of the Regional Hospital of Ica and Santa María del Socorro Ica- March to July 2016. It is an investigation descriptive cross-section, we worked with a sample of 35 inmates, to collect the information we used a Likert-type questionnaire, the validity of the instrument was made by the trial of concordance of expert judgment obtaining a value of 0.813; the reliability was carried out using the Cronbach's alpha with a value of 0.937, the hypothesis test was statistically verified by the Chi square with a value of 7.41 and with a level of significance of  $p$  value  $<0.05$ .

### **CONCLUSIONS:**

The level of stress in the nursing inmates during their clinical practices in the hospitalization services of the Regional Hospital of Ica and Santa María del Socorro, have a High level. This level is presented according to the responses of the inmates: Almost always, I feel emotionally exhausted / or by my work, I feel tired when I get up in the morning and I have to face another day of work and I do not care what happens to the patients that I have to attend professionally. Almost always, working all day with patients is an effort that causes tension and worries me that this work is hardening me emotionally. Once, I feel very active and with vitality.

**KEYWORDS:** *Stress in the nursing inmates, clinical practices, personal fulfillment, depersonalization, emotional exhaustion.*

# ÍNDICE

Pág.

**DEDICATORIA**

**AGRADECIMIENTO**

**RESÚMEN**

i

**ABSTRAC**

ii

**ÍNDICE**

iii

**INTRODUCCIÓN**

v

## **CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

1.1. Planteamiento del problema

1

1.2. Formulación del problema

3

1.3. Objetivos de la investigación

4

1.3.1. Objetivo general

4

1.3.2. Objetivos específicos

4

1.4. Justificación del estudios

4

1.5. Limitaciones

6

## **CAPITULOII: MARCO TEÓRICO**

2.1. Antecedentes del estudio

7

2.2. Base teórica

14

2.3. Definición de términos

26

2.4. Hipótesis

27

2.5. Variables

28

2.5.1. Definición conceptual de las variables

28

2.5.2. Definicion operacional de la variable

28

2.5.3. Operacionalización de la variable

29

<b>CAPITULOIII: METODOLOGIA</b>	
3.1. Tipo y nivel de investigación	30
3.2. Descripción del ámbito de la investigación	30
3.3. Población y muestra	31
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	31
3.5. Validez y confiabilidad del instrumento	33
3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos	33
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS</b>	34
<b>CAPÍTULO V: DISCUSION</b>	41
<b>CONCLUSIONES</b>	46
<b>RECOMENDACIONES</b>	48
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	49
<b>ANEXOS</b>	
Matriz	
Instrumento	

## INTRODUCCIÓN

El acelerado desarrollo de la ciencia y la tecnología , la competitividad laboral la escasas de recursos, los fenómenos ambientales y otros factores producen en el ser humano efectos nocivos inimaginables para la salud .Estos factores han modificado los valores imperantes y a su vez como guías de actuación y pautas de conducta de las personas han sufrido una transformación, siendo que el hombre influye en la sociedad convirtiéndose en agente de los cambios pero a la vez es sujeto paciente de las transformaciones de la misma.

Durante toda su vida, el ser humano busca adaptarse continuamente a los cambios que le ocurren, tratando de lograr el equilibrio entre su organismo y el medio que lo rodea, lo que origina una respuesta denominada estrés. Actualmente el estrés y su estudio han alcanzado gran popularidad tanto en el lenguaje cotidiano como en la literatura científica, siendo considerado como un factor predisponente, desencadenante o coadyuvante de múltiples enfermedades, las cuales pueden ser de gravedad.(1)

A lo largo de nuestra vida todos hemos experimentado alguna vez las consecuencias negativas que produce el estrés. Del mismo modo, durante la vida académica, los estudiantes y en concreto aquellos que llevan a cabo prácticas en los centros hospitalarios como los alumnos de enfermería, están expuestos a los efectos propios de una sintomatología del denominado estrés.

Asimismo, debemos partir de la premisa de que “lo que es considerado estresante para unos no lo es para otros”, por tanto, el estrés tendrá un alcance distinto según el estudiante. En consecuencia, este hecho origina que los estudiantes en un intento de adaptarse a estas situaciones pongan en marcha una serie de estrategias de afrontamiento para superar con éxito las exigencias que se les demanda, buscando el alivio de su estado tensional. Sin embargo, una gran parte de estudiantes universitarios carecen de estrategias o adoptan estrategias inadecuadas.(2)

En los hospitales del Ministerio de Salud de la región se tienen internas de enfermería que luego de abandonar las aulas universitarias tienen que afrontar el nuevo rol de su formación profesional que es el internado hospitalario que por su estructura es exigente en un ambiente de acontecimientos nuevos para la

estudiante, la que les genera estrés en diferentes grados por lo que se diseña esta investigación para indagar las condiciones de estrés de las estudiantes de internado de enfermería, siguiendo el esquema de la Universidad.

## **CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

A nivel del mundo, Según el informe de la OMS (Organización Mundial De La Salud) Las estadísticas indican que el estrés afecta el 35% de la población total, de acuerdo a la Asociación Americana de Psicología el 48 % de las personas que padecen estrés tiene gran impacto negativo en su vida personal y profesional.(3)

A nivel Nacional, La presencia del estrés en estudiantes de todos los niveles y edades es una realidad que acontece en todo nuestro País y el mundo.

Las Ciencias de salud han sido reportadas como una de las ramas donde los estudiantes manifiestan mayores niveles de estrés en un 32%. Estudios realizados en el país ubican la incidencia de estrés en un 64,5% en estudiantes de primer año. La incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado.

Las prácticas clínicas son un elemento fundamental en la formación de los estudiantes de enfermería, ya que les permiten aplicar los conocimientos teóricos y desarrollar habilidades para la prestación de cuidados a los pacientes.

Las prácticas hospitalarias tienen un gran impacto educativo ya que los conocimientos que se adquieren en ellas permiten el desarrollo de las habilidades y actitudes propias de cada estudiante que son necesarias para la adquisición de competencias y les permiten incorporarse como profesionales de calidad en el ámbito sanitario.

En las prácticas clínicas, los estudiantes toman contacto con su futura profesión y se entrenan en la misma, enfrentándose a situaciones difíciles, que en muchas ocasiones son generadoras de estrés y no siempre se realizan en un entorno favorecedor que les permite entender la práctica enfermera en su totalidad.

El entorno sanitario suele proporcionar muchos estímulos generadores de estrés debido al contacto con las enfermedades, el dolor, el sufrimiento, la invalidez, la muerte de los pacientes, la necesidad de establecer relaciones con diversos profesionales sanitarios y pacientes, así como el hecho de tener que desempeñar un nuevo rol para el que aún no están completamente preparados.(4)

Entre las situaciones vividas con más intensidad por los estudiantes de enfermería durante las prácticas asistenciales se encuentran: la muerte del paciente, el sufrimiento, el contacto con enfermos terminales y el afrontamiento de la muerte, las situaciones de patología crítica, el paro cardiorrespiratorio, la relación con el enfermo y su familia y la diferencia entre la teoría y la práctica.

No obstante, las relaciones con los profesionales, los sentimientos de impotencia y la falta de conocimientos y destreza en las técnicas son los aspectos que más preocupan a los alumnos de enfermería.

En el Hospital Regional de Ica y en el Hospital Santa María del Socorro asisten estudiantes de enfermería que están realizando sus prácticas de internado hospitalario en situaciones no ideales desde el punto de vista del clima laboral, de las comodidades hospitalarias, de afrontamiento de

realidades nuevas como sufrimiento y muerte de pacientes, de relación con familiares que muchas veces presentan conductas predispuestas a la agresión producto del sufrimiento que están viviendo, y otros factores incluyendo personales que hacen que las internas realicen su internado en condiciones de estrés que afecta su buen desenvolvimiento y aprendizaje en el mismo.

## 1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

### 1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de estrés en internas de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro –Ica- marzo a julio 2016?

### 1.2.2. Problemas específicos

1. ¿Cuál es el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: **Cansancio Emocional**, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016?

2. ¿Cuál es el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: **Despersonalización**, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016?

3. ¿Cuál es el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: **Realización Personal**, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016?

## 1.3 OBJETIVOS DEL ESTUDIO

### 1.3.1. OBJETIVOS GENERAL

Determinar el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016

### 1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: **Cansancio Emocional**, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016.
2. Identificar el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: **Despersonalización**, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016.
3. Identificar el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: **Realización Personal**, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016.

## 1.4 JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

Enfermería es una profesión que vive eventos de gran intensidad emocional. Los internos de enfermería tienen que afrontar diversas situaciones que le producen recarga laboral, el cual se ve potenciada por el trabajo en turnos, guardias nocturnas, así como, trato con usuarios problemáticos, el contacto directo con la enfermedad del paciente, el dolor, la muerte, falta de claridad en las funciones y autoridad en el trabajo para poder tomar decisiones, la

cantidad de equipos y recursos humanos, que pueden llevar a desarrollar determinadas conductas y respuestas emocionales.

La investigación hace referencia a una verdadera problemática social de estrés originados por situaciones cambiantes para culminar una profesión.

Se puede notar que los compromisos académicos y laborales, sumados a circunstancias individuales están afectando el normal desempeño de los estudiantes del nivel pre-profesional y por ende a su entorno.

Todas estas causas y estilos de vida traen como consecuencia la presencia de manifestaciones psicosomáticas que van desde, la sensación de agotamiento físico y emocional, malestar, cefaleas, insomnio, alteraciones gastrointestinales; cambios de conducta, como irritabilidad, frustración, predisposición al mal humor, relaciones conyugales y familiares conflictivas, signos y síntomas propios del estrés, que se ven reflejados en su desempeño laboral, social, familiar, repercutiendo negativamente en su calidad de vida.(5)

Esta situación no es reciente, de allí la importancia de abordarla y tomar decisiones que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida.

#### **JUSTIFICACION PRACTICA**

En los estudiantes de enfermería por su constante relación con los pacientes durante las prácticas hospitalarias están sometidas a una recarga emocional derivada de la confrontación repetida y dolorosa con el sufrimiento humano y la muerte.

Por ello se ve seriamente afectada la salud de los estudiantes de enfermería, principalmente por el ritmo académico que llevan pues la práctica de la profesión de enfermería, además de concentración y responsabilidad, requiere un despliegue de actividades que necesitan un control mental y emocional.

Para enfrentar tales eventos o factores estresantes propios del estudiante de enfermería, a fin de controlar el estrés, ya que de lo contrario esto puede traer consigo serias consecuencias, que van a causar un deterioro de su salud, es por ello que es necesario conocer el nivel de estrés, presentado

información que será de mucha utilidad para proteger a los alumnos de enfermería de las exigencias de su futura vida laboral.

#### **JUSTIFICACION SOCIAL**

Actualmente vemos que los factores estresantes influyen en la salud del estudiante de enfermería ya que pueden causar estados de tensión ocasionándole un bajo rendimiento en su labor estudiantil.

Esta recarga emocional y la ansiedad que inciden sobre su vida familiar y sus actividades personales, puede desembocar en determinadas conductas y respuestas emocionales que pueden tener implicaciones en su capacidad para brindar atención sanitaria adecuada, sobre su bienestar emocional y su vida particular. El siguiente estudio nos permitirá conocer el verdadero nivel de la problemática estresante del estudiante de enfermería y de esta manera diseñar estrategias de mejora de su estado de salud físico y mental que beneficiará a la sociedad.

#### **JUSTIFICACION METODOLÓGICA**

Igualmente, los resultados obtenidos podrán servir como marco referencial para futuras investigaciones relacionados con el tema tratado, ya que existen pocos estudios, Incrementando así el conocimiento en la profesión de enfermería.

#### **1.5. LIMITACIONES DEL ESTUDIO**

Es conocido que la realidad de los hospitales es similar en todo el país, pero las condiciones en que se realiza el internado hospitalario en enfermería tienen sus peculiaridades particulares en este nosocomio por lo que los resultados no son inferenciales para otros hospitales.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **2.1.1 Antecedentes internacionales**

ALVARADO H. (2016). **Estrés en los Internos/as de la Carrera de Enfermería de una Universidad Privada de la Ciudad de Guayaquil Durante las Practicas Pre-Profesionales en el periodo octubre 2015 a septiembre 2016.** El estudio de investigación realizado se trata sobre el estrés en internos de enfermería. Objetivo: Conocer el estrés de los internos/as de la carrera de enfermería, durante el internado rotativo en instituciones hospitalarias. Diseño: Población constituida por 60 internos/as de enfermería en las áreas de hospitalización en una institución privada de salud, con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, transversal. Para la recolección de datos se aplicó la encuesta a través de un cuestionario de preguntas. Resultados: el 85% reconocen que se encuentran con manifestaciones de estrés. Entre las causas: 88% por sobrecarga de trabajo; 85% falta de competencia en la realización de procedimientos; como consecuencia las manifestaciones fisiológicas como: el 76% de somnolencia y fatiga crónica 65%; psicológicamente

afectados en un 59% por problemas de concentración y bloqueo mental 62%. Reconocen la predisposición al consumo de alcohol 85% y consumo de café y chocolate 74%. Conclusión: las condiciones de estrés manifestadas por los sujetos de estudio, representan un riesgo tanto para la salud como para el proceso de aprendizaje.(6)

**BUSTO J. (2015). Nivel de estrés en las estudiantes de enfermería durante el internado rotativo integral. Hospital Vicente corral Moscoso. 2015. Ecuador.** Objetivo.- Determinar el nivel de estrés en estudiantes de enfermería durante el Internado Rotativo Integral en el Hospital Vicente Corral Moscoso 2015. Métodos y materiales:- El estudio fue cuantitativo de tipo descriptivo. La muestra estuvo conformada por 105 internas/os de Enfermería que realizaron su Internado hospitalario en el Hospital Vicente Corral Moscoso. 2015 pertenecientes a la Universidad de Cuenca. La recolección de la información fue de manera directa, mediante la aplicación de la Escala de Maslach Burnout Inventory (MBI). Resultados.- Del total de la muestra según el nivel de estrés en relación con los parámetros de valoración de la Escala se encontró: en Cansancio Emocional que el 45.7% presenta un nivel de estrés moderado y el 41,9% con estrés alto. En Despersonalización se aprecia que del total de internos/as en estudio el 54.3% sufre de estrés alto y con un estrés moderado el 25.7%. Con respecto a la Realización Personal se observa que del total de internos/as con estrés alto el 74.3% y con estrés bajo el 9.5%. Conclusiones.- Se encontró diferencias significativas entre los parámetros de valoración de la Escala de Maslach y sus dimensiones entre los grupos de estudio.(7)

**MOYA, M. LARROSA, S. LÓPEZ, C. LÓPEZ, I. MORALES, L. SIMÓN, Á. (2013). Percepción del estrés en los estudiantes de**

**Enfermería ante sus prácticas clínicas. España.** Objetivo. Esta investigación pretende conocer cuáles son las principales fuentes de estrés durante el periodo de prácticas de los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Murcia en función de su sexo, curso y edad. Metodología. Se trata de un estudio transversal de corte descriptiva. La muestra estuvo compuesta por un total de 45 alumnos, 30 mujeres y 15 hombres. El instrumento de recogida de la información fue cuestionario KEKZAK. Resultados. El desconocimiento ante una determinada situación clínica y el riesgo de dañar al paciente son las dos principales fuentes estresoras para los estudiantes de enfermería. Los hombres suelen sufrir un mayor estrés que sus compañeras; no obstante, a medida que aumenta la edad y se avanza de curso el grado de estrés es cada vez menor. Conclusiones. El estrés de los estudiantes de enfermería marca su formación durante el período de prácticas clínicas. Por tanto, se hace necesario que el aprendizaje teórico que sustenta a las prácticas atienda a estas necesidades que los propios estudiantes de enfermería demandan.(8)

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

QUEREVALÚ M. (2017). **Percepción del estrés en los internos de enfermería al realizar las prácticas clínicas de internado en el Hospital Regional II-2 Jamo Tumbes mayo-octubre 2016.** Objetivo general: Develar la percepción del estrés en los internos de Enfermería al realizar las prácticas clínicas de internado Para ello se contó con una población de 20 internos enfermería. Resultados: El estudio ha develado que el elemento estresor de mayor relevancia desde la percepción de los Internos de Enfermería durante las prácticas pre profesionales, es la toma de decisiones. Hay elementos estresores que percibe el interno de enfermería ante el desafío que le significa la realización de procedimientos que le son nuevos o que

desconoce. Los Internos de Enfermería como personas que cuidan personas, son susceptibles a las respuestas humanas con manifestaciones positivas y negativas tanto de los sujetos de cuidado, como de sus familiares e incluso de las personas que conforman el equipo de salud.(9)

**DELGADO E. (2016). Afrontamiento del estrés generado durante el internado hospitalario en estudiantes de enfermería de la Universidad Señor de Sipán. 2016.** Objetivo es caracterizar y comprender el afrontamiento al estrés generado durante el internado hospitalario, el abordaje metodológico utilizado es el estudio de caso, la población estuvo constituida por internos de enfermería, la muestra fue por saturación formada por 14 estudiantes, la técnica empleada fue la entrevista semiestructurada, y el análisis de datos bajo el enfoque de Isaura Porto que dio como resultado 3 categorías: Como primera categoría el estrés como experiencia positiva para la motivación y superación, teniendo como subcategorías: el estrés como motivación para mejorar el proceso enseñanza–aprendizaje y el estrés como estímulo para la superación. Como segunda categoría: afrontando el estrés mediante la comunicación; adquiriendo como subcategorías: la comunicación con otros internos de enfermería como apoyo, el personal de salud como soporte y a la familia como alivio. Y por último como tercera categoría afrontando el estrés aplicando técnicas de relajación; obteniendo como subcategorías: la respiración profunda como técnica de afrontamiento para el estrés y la meditación como herramienta para afrontar el estrés.(10)

**KACCALLACA M. (2016). Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2016.** Objetivo de identificar las medidas de afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno,

2016. El estudio fue de tipo descriptivo y transversal, con diseño descriptivo simple; la población y la muestra estuvo conformada por 28 internos que cumplieron los criterios de inclusión; se utilizó un cuestionario el test de Lazarus y Folkman. Resultantes más sobresalientes tenemos que frecuentemente, el 78.6% refiere que le dan vueltas al problema tratando de entenderlo y el 71.4% buscan la solución en experiencias anteriores; en la categoría a veces, el 57.1% refieren creo que el tiempo cambia las cosas, por lo que es preciso esperar, y el 46.4% intentan sentirse mejor, comiendo, bebiendo, fumando, tomando medicamentos. En la dimensión de afrontamiento grupal, se evaluaron 10 ítems, en la categoría a veces, el 75% refiere que oculta a los demás lo mal que se siente, manifiesta su enojo a la(s) persona (s) responsable(s) del problema, el 60.7% se desquita con los demás. En la dimensión de afrontamiento organizacional, se evaluaron 10 ítems, el 96.4% refieren que nunca existen grupos de apoyo para el manejo del estrés, asimismo el 89.3% manifiesta que no hay cursos antiestrés que oferta su institución; en la categoría frecuentemente, el 46.4% refieren que sienten satisfacción al realizar su internado. Por lo tanto se concluye que las medidas de afrontamiento más utilizadas son las del nivel individual.(11)

**CASTILLO L. (2013). Factores estresantes en el primer año de práctica hospitalaria de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Callao 2013.** Objetivo: Determinar los factores estresantes en el primer año de práctica hospitalaria de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Del Callao 2013, es un estudio de tipo descriptivo de corte transversal que tuvo por objetivo: Determinar los factores estresantes en el primer año de práctica hospitalaria de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Del Callao, teniendo como muestra 88 estudiantes de enfermería del tercer y cuarto ciclo de la Universidad

Nacional Del Callao, quienes fueron encuestados en el segundo semestre académico del año 2013, encontrándose como factores que generan bastante estrés en el primer año de prácticas hospitalarias: La falta de apoyo de sus profesores en las prácticas hospitalarias (78%), las actividades asignadas(63%), ambiente físico (63%), las evaluaciones delante del paciente (54%), y la sobrecarga académica (49%).(12)

**CASTILLA M. (2013). Factores estresantes y desempeño de las internas de enfermería en las prácticas hospitalarias. Hospital Regional Docente de Trujillo 2013.** Propósito de determinar la relación que existe entre los factores estresantes y el desempeño de las internas de enfermería en las prácticas hospitalarias en el Hospital Regional Docente de Trujillo. La muestra estuvo conformada por un total de 47 internas de enfermería que cumplieron con los criterios de inclusión. Los instrumentos utilizados fueron dos cuestionarios, uno de ellos fue utilizado para identificar los factores estresantes de las internas de enfermería en las prácticas hospitalarias; y el otro permitió medir el nivel de desempeño de la interna de enfermería desde la percepción de las enfermeras jefas de servicio. Los resultados evidenciaron que de un total de 47 internas de enfermería fue el factor estresante otros roles, el que estuvo presente en el 46.8 % de ellas y el 40.4% fue el exceso de actividades. El nivel de desempeño desde la percepción de las enfermeras jefas de los servicios, en la dimensión responsabilidad fue deficiente en el 57.5 %. Para determinar la relación entre las variables del estudio se aplicó la prueba de independencia de criterios chi cuadrado, estableciéndose, como nivel de significancia estadística al 0.01 ( $P < 0.01$ ). Por lo que se concluye que existe relación significativa entre los factores estresantes y el desempeño de las internas de enfermería en las prácticas hospitalarias.(13)

SOTO I. (2013). **Estresores laborales y capacidad de afrontamiento en internas/os de enfermería Hospital Regional Honorio Delgado. Arequipa 2013.** Objetivo: Determinar los estresores laborales y capacidad de afrontamiento en internas/os de enfermería Hospital Regional Honorio Delgado. Arequipa 2013. Estudio descriptivo, observacional, transversal. La muestra estuvo constituida por 60 internas/os de enfermería. Resultados: En la variable estresores laborales las situaciones que con mayor frecuencia generan estrés en las/os internas/os de enfermería en la dimensión ambiente físico es la sobrecarga de trabajo, en el ambiente psicológico son: muerte y sufrimiento de pacientes y falta de apoyo. A nivel global los estresores laborales físicos, psicológicos y sociales están presentes para la mayoría en mediano nivel, seguido del excesivo. Con relación a la variable capacidad de afrontamiento la mayoría de las/os Internas/os de Enfermería utilizan el estilo con referencia a otros seguido del estilo dirigido a resolver problemas. A nivel global la capacidad de afrontamiento es de mediano nivel seguido del bajo nivel.(14)

SAUÑE (2013), **Condiciones laborales y nivel de estrés en enfermeros de un Hospital Público peruano Hospital Regional de Ica.** Metodología: Estudio de tipo descriptivo, de corte transversal, la muestra está constituida por 44 enfermeros que se dedican a la labor asistencial, los cuales fueron seleccionados a través del muestreo no probabilístico y por conveniencia de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión. Resultados: Referente a las condiciones laborales son consideradas desfavorables en un 70% y favorables en un 30%. Respecto al nivel de estrés, el 52% presenta nivel de estrés medio, el 34% nivel de estrés bajo y un 14% presenta estrés alto. Conclusiones: Las condiciones laborales son desfavorables y el nivel de estrés es moderado en los enfermeros de un Hospital público peruano.(15)

## **2.2. BASES TEÓRICAS**

### **2.2.1. EL ESTRES.**

El estrés es una respuesta inespecífica del organismo ante cualquier demanda; el cuerpo responde de manera similar a cualquier acontecimiento que considera estresante. Esta reacción del cuerpo se considera inespecífica porque es similar, cualquiera que sea la fuente o tipo de estrés, una respuesta específica, es una respuesta diferencial al tipo de demanda que un estrés concreto provoca en el individuo.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define “estrés como el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción”. Lázarus y Folkman definen el estrés como “una relación particular entre el individuo y el entorno que es considerado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos”.

El vocablo estrés fue acuñado por el fisiólogo Hans Selye, quien en 1950 lo definió como “una reacción del organismo frente a las demandas del entorno”.

Actualmente, el estrés está considerado como el resultado de la incapacidad del individuo de hacer frente a las demandas del ambiente, a diferencia de la ansiedad que sería la reacción emocional ante una amenaza manifestada a nivel cognitivo, fisiológico, motor y emocional.

De modo que la ansiedad constituye la principal respuesta emocional asociada al estrés; considerándolo una condición transitoria, caracterizada por sentimientos subjetivos de tensión, aprensión, inquietud y preocupación, así como una hiperactividad del sistema nervioso autónomo, la cual puede variar en intensidad y fluctuar en el tiempo.

Callista Roy define al “estrés como un proceso que se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe el individuo, a las cuales debe dar una respuesta adecuada, poniendo en marcha sus

recursos de afrontamiento. Cuando la demanda del ambiente es excesiva frente a los recursos de afrontamientos que se poseen, se van a desarrollar una serie de reacciones adaptativas, de movilización de recursos, que implican una activación fisiológica. Esta reacción de estrés incluye una serie de reacciones emocionales negativas (desagradables), de las cuales las más importantes son: la ansiedad, la ira y la depresión.(16)

### **Fisiopatología del Estrés**

En la descripción de la enfermedad, se identifica tres fases en el modo de producción de estrés:

Fases del Estrés.- Según Selye, el individuo que presenta estrés presenta el denominado “SINDROME GENERAL DE ADAPTACION”. Ante una situación de amenaza, el organismo emite una respuesta con el fin de intentar adaptarse. Selye define este fenómeno como: “el conjunto de reacciones fisiológicas desencadenadas por cualquier exigencia ejercida sobre el organismo, por la incidencia de cualquier agente nocivo llamado estresor.

\* **Fase de Alarma**.- Ante un peligro o estresor se produce una reacción de alarma que baja la resistencia por debajo de lo normal. Es importante resaltar que los procesos que se producen, son reacciones encaminadas a preparar al organismo para la acción de afrontar una tarea o esfuerzo.

Esta fase supone la activación del eje hipofiso-suprarrenal: existe una reacción instantánea y automática que se compone de una serie de síntomas siempre iguales de mayor a menor intensidad; entre ellos:

- Movilización de las defensas del organismo.
- Aumento de la frecuencia cardiaca.
- Redistribución de la sangre; concentración a nivel de órganos de diana cerebro y corazón.

- Aumento de la capacidad respiratoria.
- Dilatación pupilar.

**Fase de Resistencia o Adaptación.**- El organismo intenta superar, adaptarse o afrontar la presencia de los factores que perciben como una amenaza del agente nocivo y se producen reacciones en los niveles de cortisol esteroides, se normalizan y desaparece la sintomatología.

**Fase de Agotamiento.**- Se da cuando la agresión se repite con frecuencia o es de larga duración y cuando los recursos de la persona para conseguir un nivel de adaptación no son suficientes, esta fase conlleva a producir una alteración tisular y aparecen patologías llamadas psicósomáticas.(17)

### **Componentes del Estrés**

Entre algunos de ellos podemos mencionar:

**1. Los agentes estresantes o estresores.**- todas las situaciones que ocurren a nuestro alrededor y que producen estrés, siendo estas situaciones provocadas por personas, grupos o conjuntos de grupos entre ellos se pueden identificar en las siguientes categorías:

- Estresores del ambiente físico: ruido, vibración, iluminación, etc.
- Demandas estresantes del trabajo: turnos, sobrecarga, exposición a riesgos.
- Contenido del trabajo: oportunidad de control, habilidades.
- Estrés por desempeño de roles: conflictos, antigüedad y sobrecarga.
- Relaciones interpersonales y grupales: superiores, compañeros, subordinados, pacientes.
- Estructura organizacional.
- Clima organizacional.
- Estrés por la relación trabajo y otros ámbitos de la vida (familiar, etc.)

**2. La respuesta al estrés.**- La reacción que presenta el individuo frente a los agentes estresores causantes de tal estrés. Esta

respuesta presentada por el individuo frente a una situación estresante puede ser:

Respuesta en armonía.- adecuada con la demanda que se presenta.  
y Respuestas negativa.- insuficiente o exagerada en relación con la demanda planteada, lo cual genera desadaptación.

Tipos de Estrés.-Se han establecido dos tipos o formas de estrés, uno positivo (eustres) y otro negativo (distrés).

- ✓ Eustres (Estrés Positivo).- representa cuando el individuo interacciona con su estresor pero mantiene su mente abierta y creativa; prepara al cuerpo y la mente para una función óptima. En este estado de estrés, el individuo deriva placer, alegría bienestar y equilibrio, experiencias agradables y satisfactorias.
- ✓ Distrés (Estrés Negativo).- según Hans Selye, representa aquel “estrés perjudicante o desagradable”. Este tipo de estrés produce una sobrecarga de trabajo no asimilable, la cual eventualmente desencadena un equilibrio fisiológico y psicológico que termina en una reducción en la productividad del individuo, la aparición de enfermedades psicosomáticas y en un envejecimiento acelerado. Es todo lo que produce una sensación desagradable.(18)

### **Causas de Estrés.**

Según Jean Benjamín Stora “el estrés es causado por el instinto del cuerpo de protegerse así mismo”. Una situación de riesgo es una tarea caracterizada por la presencia de uno o más factores de riesgo de un mismo tipo de daño, en este caso el estrés. Por factor de riesgo, ha de entenderse como una condición de trabajo que cuando está presente eleva la probabilidad de aparición del daño al que se refiere. Cabe recalcar que ya se mencionó anteriormente pero que cuando está presente eleva la probabilidad de aparición del daño al que se refiere. Cabe recalcar que ya se mencionó anteriormente, pero entre ellas sobresalen:

- Los estresantes psicológicos.
- Exceso de carga laboral.
- Factores socio demográficos.
- Factores físicos, ambientales y de personalidad.

### **Síntomas de Estrés.**

Los síntomas del estrés se clasifican en síntomas cognitivos o subjetivo, fisiológicos y motor u observable.

#### **NIVEL COGNITIVO O SUBJETIVO**

- Preocupación.
- Temor.
- Inseguridad.
- Problemas de memoria.
- Incapacidad para concentrarse, estudiar, pensar.
- Juicio pobre.
- Pensamiento negativo sobre uno mismo.
- Pensamientos ansiosos o prisa.
- Preocupación constante.

#### **NIVEL FISIOLÓGICO**

- Sudoración.
- Tensión muscular.
- Taquicardia.
- Sequedad de la boca.
- Dolor de cabeza.
- Diarrea o estreñimiento.
- Náuseas, mareos.
- Dolor en el pecho, palpitaciones.
- Pérdida del deseo sexual.
- Resfríos frecuentes

## NIVEL MOTOR U OBSERVABLE

- Evitar situaciones temidas.
- Fumar, comer o beber en exceso.
- Dormir demasiado o muy poco.
- Aislarse de los demás. Dilación o descuidar las responsabilidades.
- Ir de algún lugar a otro sin finalidad concreta.
- Los hábitos nerviosos (morderse las uñas, tics corporales)

El estrés, además de producir ansiedad, puede producir enfado o ira, irritabilidad, tristeza-depresión y otras reacciones emocionales que también podemos reconocer.

Finalmente si el estrés es muy intenso y se prolonga en el tiempo, puede llegar a producir enfermedades físicas y desórdenes mentales, al no ser tratado de manera adecuada; puede desarrollar síntomas crónicos.(19)

### **Consecuencias del Estrés.**

Las respuestas del organismo son:

**Físicas.-** Estas pueden ser consecuencia de la respuesta inadaptada del organismo ante los agentes estresantes laborales, pudiendo ser: trastornos gastrointestinales, cardiovasculares, respiratorios, endocrinos, dermatológicos, musculares y alteraciones en el sistema inmune.

**Psíquicas.-** La preocupación excesiva, la incapacidad para tomar decisiones, la sensación de confusión, la incapacidad para concentrarse, la dificultad para mantener la atención, los frecuentes olvidos, el mal humor, sufrir accidentes y al consumo de tóxicos. El mantenimiento de estos efectos puede provocar el desarrollo de trastornos psicológicos asociados a estrés estos trastornos pueden ser: trastornos del sueño, de ansiedad, fobias, drogodependientes,

sexuales, depresión y otros afectivos. Todas estas consecuencias deterioran la calidad de las relaciones interpersonales, tanto familiares como laborales, pudiendo provocar ruptura de relaciones.

**Organizativas.**- El estrés laboral no solo puede perjudicar al individuo, sino también producir deterioro en el ámbito laboral, influyendo negativamente en las relaciones interpersonales, el rendimiento y la productividad laboral. Puede inducir la enfermedad, al ausentismo laboral, el aumento de los accidentes o incluso a la incapacidad laboral. El estrés induce a una pérdida de producción y puede crear un mal ambiente de trabajo.

El trabajo realizado por parte de los estudiantes universitarios durante su año de Internado Rotativo se evidencia como un ejercer laboral en las áreas asignadas, es por ello que se enfoca en consecuencias del estrés laboral.(20)

### **Diagnóstico.**

Existen muchos métodos de diagnóstico para determinar si una persona presenta estrés o no y en qué nivel de estrés se encuentra, sin embargo si se asocia con el trabajo hablamos del Síndrome de Burnout para lo cual cabe recalcar que en este estudio se utilizó la Escala de Maslach Burnout Inventory (MBI).

**La Escala de Maslach Burnout Inventory (MBI).**- Es un instrumento utilizado en todo el mundo; posee una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana del 90%, fue utilizado por primera vez por el psicólogo clínico Herbert Freudenber para definir el desgaste extremo de un empleado. Luego lo adoptaron los sindicatos y abogados como elemento de ayuda para mencionar los problemas físicos generados por un grado de agotamiento excesivo. En la actualidad es una de las causas más importante de incapacidad laboral. Su origen estaba centrado en los profesionales de la salud.

Una persona extremadamente estresada o como se diría en esta ocasión "quemada", se puede manifestar de varias formas: el cansancio emocional es la actitud más clara, evidente y común en casi todos los casos. La persona no responde a la demanda laboral y generalmente se encuentra irritable y deprimida. También existen otras actitudes un poco más difusas, los profesionales o empleados, enfermeras, médicos, maestros, etcétera, que trabajan en contacto directo con otras personas suelen tener este síndrome.

Según Chernls, el síndrome se desarrolla en tres fases evolutivas:

1. En la primera, tiene lugar un desbalance entre las demandas y los recursos, es decir se trataría de una situación de estrés psicosocial.
2. En la segunda, se produce un estado de tensión psicofísica.
3. En la tercera, suceden una serie de cambios conductuales, consecuencia de un afrontamiento de tipo defensivo y huidizo, que evita las tareas estresantes y procura el alejamiento personal, por lo que hay una tendencia a tratar a los pacientes de forma distanciada, rutinaria y mecánica, anteponiendo cínicamente la gratificación de las propias necesidades al servicio que presta.(22)

La Escala de Maslach Burnout Inventory (EMBI) identifica o valora el nivel de estrés de forma individual y se utiliza para detectar y medir la existencia de Burnout en el individuo. De la factorización de los 22 ítems en forma afirmativa, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su lugar de trabajo. Se realiza en un lapso de 10 a 15 minutos, la escala responde frente a cada una de estas afirmaciones en función al puntaje de; 0 = Nunca, 1 = Pocas veces al año o menos, 2 = Una vez al mes o menos, 3 = Unas pocas veces al mes o menos, 4 = Una vez a la semana, 5 = Pocas veces a la semana, 6 = todos los días.

Valora 3 factores medidles e importantes del síndrome de estrés que se denominan:

**1.Cansancio o Agotamiento Emocional.-** Se le describe como la fatiga o falta de energía y la sensación de que los recursos emocionales se han agotado. Puede darse en conjunto con sentimientos de frustración y tensión, en la medida que ya no se tiene motivación para seguir lidiando con el trabajo. Puntuaciones altas indican que el individuo se siente exhausto emocionalmente a consecuencia de las demandas de trabajo, consta de 9 preguntas a evaluar.

**2.Despersonalización.-** La dimensión de la despersonalización o cinismo da cuenta del desarrollo de actitudes negativas e insensibilidad, frialdad y distanciamiento hacia las personas que se atiende y a los colegas en el trabajo esto deriva en conflictos interpersonales y aislamiento. El estilo del trato despersonalizado a las personas se basa en generalización, etiquetas y descalificaciones, como un intento de evitar cualquier acercamiento que sea desgastante. Puntuaciones altas reflejan el grado de frialdad y distanciamiento con respecto al trabajo, se valora por 5 ítems a evaluar.

**3.Realización personal.-** Indica el grado de realización personal alude a la sensación de que no se están obteniendo logros en su trabajo, autocalificándose negativamente y declinando el sentimiento de competencia en el trabajo.(23)

En otras palabras los empleados sienten que no se desempeñan tan bien como lo hacían en un comienzo, así mismo, se tiene la constante sensación de falta de progreso y la persona se siente inefectiva, aumenta su sentimiento de inadecuación y de cada nuevo proyecto es sentido como abrumador. Se compone de 8 ítems evaluando los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el trabajo, puntuaciones bajas se relaciona con el Burnout.(24)

### **Clasificación del nivel de estrés.**

Se pueden identificar tres niveles de estrés; bajo, moderado y alto esto dependerá de las afirmaciones obtenidas en cada uno de las preguntas:

**1.Cansancio emocional:** De acuerdo al puntaje sumatorio de las preguntas afirmativas (1,2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20) podemos afirmar que:

- ✓ Total igual o menor que 17: estrés bajo.
- ✓ Total entre 18 y 29: estrés moderado.
- ✓ Total igual o mayor que 30: estrés alto.

**2.Despersonalización:** De acuerdo al puntaje sumatorio de las preguntas afirmativas (5, 10, 11, 15, 22) podemos afirmar que:

- ✓ Total igual o menor que 3: estrés bajo.
- ✓ Total entre 4 y 7: estrés moderado.
- ✓ Total igual o mayor que 8: estrés alto.

**3.Realización personal:** De acuerdo al puntaje sumatorio de las preguntas afirmativas (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21) podemos afirmar que:

- ✓ Total igual o mayor que 40: estrés bajo.
- ✓ Total entre 34 y 39: estrés moderado.
- ✓ Total menor que 34: estrés alto.(25)

### **Medidas Preventivas.**

Entre las medidas recomendables están:

- Administración del tiempo
- Establecer horarios de trabajo más realistas con horarios de descanso
- Priorizar los materiales de estudio según su relevancia en cuanto al tiempo de entrega y su importancia.
- Establecer objetivos y prioridades
- Actitud positiva

- Tener una dieta Sana Dormir lo suficiente (en torno a 8 horas)
- Diferenciar el ámbito laboral y el familiar
- No llevarse trabajo o preocupaciones a casa
- Planear pausas durante el día. No saltárselas.
- Afrontar los problemas cuanto antes. No dejarlos para más adelante.
- Mejorar la autoestima: Hacerse pequeños regalos ante la consecución de metas.
- Comunicación asertiva con los compañeros de trabajo
- Entrenarse en las Habilidades Sociales
- La relajación ayuda a bloquear el estrés.
- Realizar ejercicios físicos y de respiración alivia el nerviosismo.
- Complementos vitamínicos y alimenticios fortalecen al organismo y ayudan a contrarrestar el cansancio o fatiga.(26)

### **Estrés laboral en la enfermería hospitalaria**

La enfermería, por sus características específicas, (profesión humanista y vocacional centrada en el aporte de ayuda y cuidados a las personas, que en su práctica está sometida a una elevada responsabilidad, muchas y complejas relaciones interpersonales y exigencias socio-laborales), es una profesión cuyos componentes tienen gran riesgo de padecer estrés laboral.

El personal de enfermería hospitalaria como la que más elevados índices de agotamiento personal que presenta, unido además a una despersonalización, baja realización en el trabajo, baja autoestima y escaso reconocimiento de su papel (rol) profesional.(27)

Circunstancias propias del entorno así como del trabajo desarrollado por la enfermería hospitalaria como: la sobrecarga de actividad; un elevado número de horas viviendo situaciones de sufrimiento del paciente; ser el intermediario entre el paciente, el médico y la familia; soportar críticas y exigencias de ambos lados; la devaluada imagen de la profesión; el escaso reconocimiento social y las dificultades

organizativas, entre otros aspectos, constituyen el marco adecuado para que pueda instaurarse el estrés laboral con todas sus manifestaciones psicofísicas y/o el síndrome burnout.

Estos aspectos hacen de los profesionales de enfermería hospitalarios, uno de los grupos profesionales con mayor riesgo de desarrollar trastornos relacionados con el estrés laboral y, el que tiene el mayor índice de abandono profesional.(28)(29)

### **2.2.2. TEORÍA DE ENFERMERÍA**

**CALLISTA ROY. “MODELO DE ADAPTACIÓN”.**

Roy considera a la persona como un sistema abierto y permanente y en constante interacción. Y en el caso del estrés en enfermería es la propia alumna de enfermería la que debe poner en práctica la teoría de Roy en beneficio y control de sí misma que incluye valoración, diagnóstico, metas, intervención y evaluación.

Pues el estrés debe ser autocontrolado sobre la base de mejoras en las conductas y afrontamientos de los factores estresantes teniendo en consideración la teoría de Roy. Pues una alumna interna de enfermería emocionalmente estable con buena autoestima desempeñará adecuadamente su labor dentro de la institución en mejora de la calidad de la atención a los pacientes y se muestra como fuente de mejora para sus compañeras.

### **MARTHA ROGERS “MODELO DE LOS PROCESOS VITALES”**

El objetivo del modelo es procurar y promover una interacción armónica entre el hombre y su entorno. Así las enfermeras que sigan este modelo deben fortalecer la conciencia e integridad de los seres humanos, y dirigir o redirigir los patrones de interacción existentes entre el hombre y su entorno para conseguir el máximo potencial de salud. Para esta autora, el hombre es un todo unificado en constante relación con un entorno con el que intercambia continuamente

materia y energía, y que entorno y hacer elecciones que le permiten desarrollar su potencial

Los cuidados de enfermería se prestan a través de un proceso planificado que incluye la recogida de datos, el diagnóstico de enfermería, el establecimiento de objetivos a corto y largo plazo y los cuidados de enfermería más indicados para alcanzarlos. Las acciones tienen como finalidad ayudar al individuo en la remodelación de su relación consigo mismo y su ambiente de modo que se optimice su salud.

El método utilizado por Rogers es sobre todo deductivo y lógico, y le han influido claramente la teoría de los sistemas, la de la relatividad y la teoría electrodinámica. Tiene unas ideas, muy avanzadas, y dice la enfermería requiere una nueva perspectivas del mundo y sistema del pensamiento nuevo, enfocado a la que de verdad le preocupa (El fenómeno enfermería).

### **2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS**

Clima organizacional: Percepciones compartidas por los miembros de una organización respecto al trabajo, el ambiente físico en que éste se da, las relaciones interpersonales que tienen lugar en torno a él y las diversas regulaciones formales e informales que afectan a dicho trabajo.

Recursos humanos: Personas que en el sistema de salud realizan acciones para el logro de resultados en el campo de la salud, ya sea en bienes o servicios.

Estrés. El estrés es una respuesta inespecífica del organismo ante un estímulo específico. El estrés es siempre una respuesta de carácter fisiológico, ante un estresor externo o interno se produce una segregación de hormonas que producirán cambios a distancia en diversas partes del organismo.

Estresores. Agentes evocadores de la respuesta al estrés (Hans Selye, 1936), y esta respuesta está en función de lo que la persona piensa o hace o en términos de su adaptación. Son las amenazas a los recursos de los empleados que provocan inseguridad sobre sus habilidades para alcanzar el éxito profesional.

Eustrés: Nivel de activación necesario y óptimo para realizar las actividades diarias.

Distrés: Nivel de activación del organismo, excesivo o inadecuado a la demanda de la situación. Si se prolonga acaba provocando estrés negativo. Así un cierto nivel de estrés es necesario y beneficioso, porque favorece un rendimiento óptimo.

Absentismo: Ausencia en el puesto de trabajo sin comunicación previa. El índice habitual de absentismo en las empresas está entre el 2% y el 4%.

Agotamiento: Conjunto particular de síntomas creado por la tensión crónica o grave, relacionada directamente con la carrera profesional, más que con los problemas personales. Se caracteriza por síntomas como fatiga crónica, escasez de energía, irritabilidad y una actitud negativa hacia el trabajo y hacia uno mismo.

Satisfacción laboral: Podría definirse como la actitud del trabajador frente a su propio trabajo, dicha actitud está basada en las creencias y valores que el trabajador desarrolla de su propio trabajo.

## **2.4. HIPÓTESIS DEL ESTUDIO**

### **2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL**

El nivel de estrés en internas de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro –Ica- marzo a julio 2016:Es alto

## **2.5. VARIABLES**

### **Variable**

Estrés profesional

### **Dimensiones**

- Cansancio emocional
- Despersonalización
- Realización Personal

#### **2.5.1. Definición conceptual de la variable**

Estrés profesional: Reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones profesionales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación.

#### **2.5.2. Definición operacional de la variable**

Estrés profesional: Variable categórica que será medida en escala ordinal.

### 2.5.3. OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	INSTRUMENTO	FUENTE
<b>Variable dependiente</b> Estrés profesional	Reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones profesionales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación.	Variable categórica que será medida en escala ordinal.	Cansancio emocional	Items: (1,2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20) de la ESCALA DE MASLACH BURNOUT INVENTORY	ESCALA DE MASLACH BURNOUT INVENTORY	Alumna interna de enfermería
			Despersonalización	Items: (5, 10, 11, 15, 22) de la ESCALA DE MASLACH BURNOUT INVENTORY		
			Realización personal	Items: (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21) de la ESCALA DE MASLACH BURNOUT INVENTORY		

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA**

### **3.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

#### **TIPO DE INVESTIGACIÓN**

No experimental pues se tomarán los datos tal como se presentan en su medio natural, Transversal porque las medidas de las variables será una sola vez, prospectiva pues las variables serán tomadas en tiempo actual, y descriptiva pues el estudio es de una variable.

#### **NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

Descriptiva

### **3.2. DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE ESTUDIO**

El estudio se realizará en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro en donde se encuentran las internas de enfermería de las diferentes sedes universitarias. Entre los meses de marzo a julio del año 2016

### **3.3. POBLACIÓN**

Estudiantes que se encuentran realizando su internado hospitalario en los hospitales del Ministerio de Salud en Ica son el Hospital Regional de Ica y Hospital Santa María del Socorro, que son 20 y 15 estudiantes respectivamente.

### **MUESTRA**

El estudio se realizará con todas las estudiantes internas de ambos nosocomios.

#### **Criterios de inclusión:**

Estudiantes se encuentran realizando su internado en ambos nosocomios  
En los meses de marzo a julio año 2016

#### **Criterios de exclusión:**

Estudiantes de enfermería que no estén haciendo el internado

### **3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

#### **3.4.1. TÉCNICA**

La encuesta

Para el estudio se considerará el momento adecuado para realizar la encuesta a cada estudiante de enfermería que se encuentra realizando su internado hospitalario en los dos hospitales de la región que pertenecen al Ministerio de Salud, para ello se dispondrá de 15 a 20 minutos.

#### **3.4.2. INSTRUMENTOS**

ESCALA DE MASLACH BURNOUT INVENTORY

Para una mejor interpretación de los resultados obtenidos con la Escala de Maslach mediante sus tres parámetros de valoración y sus diferentes niveles de estrés: alto, moderado y bajo. Entre los parámetros de valoración se menciona:

**Cansancio emocional:** se le describe como la fatiga o la falta de energía y la sensación de que los recursos emocionales se han agotado. Se valora en 9 ítems.

**Despersonalización:** se le define como el desarrollo de actitudes negativas, frialdad y distanciamiento de las personas con las que se trabaja diariamente derivándose en conflictos interpersonales y aislamiento social., se valora en 5 ítems.

**Realización Personal:** se le conceptualiza como la sensación de no estar obteniendo logros en su trabajo, autocalificándose negativamente y declinando el sentimiento de competencia en el trabajo. Se valora en 8 ítems.

Maslach Burnout Inventory (MBI), evidenciando que el test presenta una confiabilidad del 90%, siendo este un test validado, donde se puede registrar la información de una manera fácil, concreta y directa.

Frente a cada pregunta se ubicó el número cero siendo nada hasta el seis siendo siempre que debía ser señalado de acuerdo a cada realidad del interno/a, siendo el número cero el más bajo y el seis el más alto.

**1.Cansancio emocional:** De acuerdo al puntaje sumatorio de las preguntas afirmativas (1,2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20) podemos afirmar que:

Total igual o menor que 17: estrés bajo.

Total entre 18 y 29: estrés moderado.

Total igual o mayor que 30: estrés alto.

**2.Despersonalización:** De acuerdo al puntaje sumatorio de las preguntas afirmativas (5, 10, 11, 15, 22) podemos afirmar que:

Total igual o menor que 3: estrés bajo.

Total entre 4 y 7: estrés moderado.

Total igual o mayor que 8: estrés alto.

**3. Realización personal:** De acuerdo al puntaje sumatorio de las preguntas afirmativas (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21) podemos afirmar que: Total igual o mayor que 40: estrés bajo.

Total entre 34 y 39: estrés moderado.

Total menor que 34: estrés alto.

### **3.5. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO**

La validez y confiabilidad del instrumento se ubica en 90%

### **3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS**

La información será procesada en el programa Excel donde se tabularán los datos obtenidos del cuestionario, para obtener las frecuencias absolutas, promedios, porcentajes. Y mostrarlas en tablas y gráficos para su mejor interpretación.

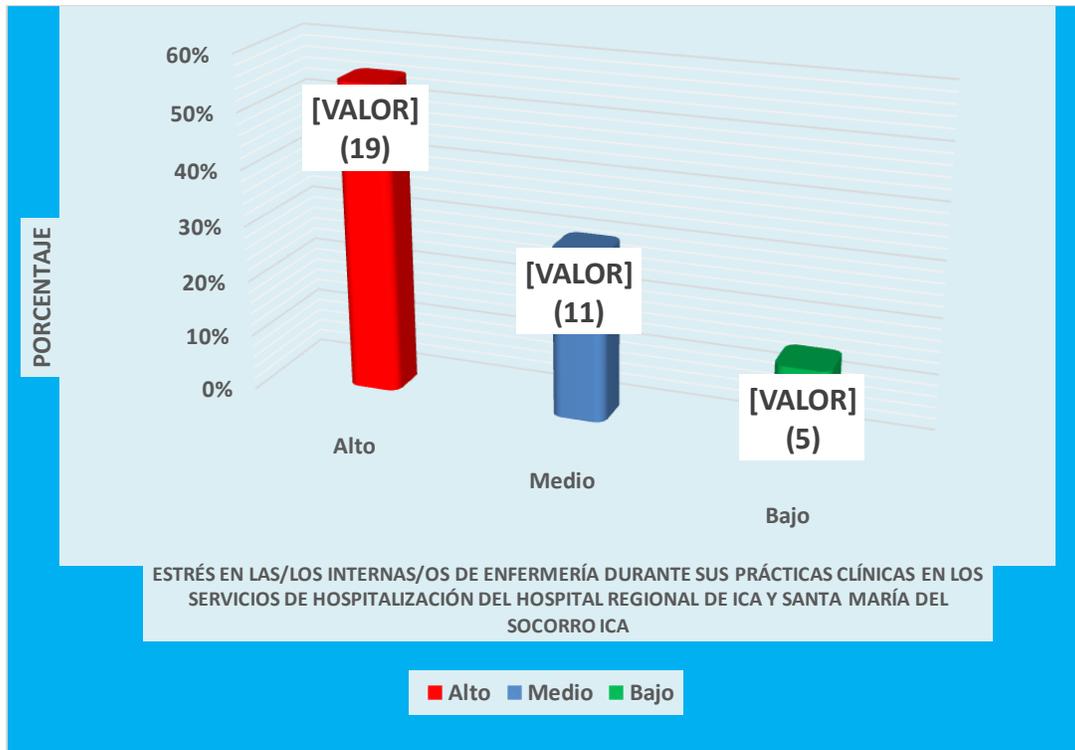
### **ÉTICA**

En el proceso de la investigación se seguirán los principios básicos de Ética y Bioética y se respetó el principio de autonomía. Por tal manera la participación en el estudio y el llenado de las encuestas fue de manera libre y voluntaria. Para la recolección de la información se solicitó al encuestado la aprobación del consentimiento informado información que de ninguna manera será divulgada y se manejaron con absoluta confidencialidad. Finalmente, el financiamiento de este estudio estará a cargo de la investigadora y no existió ningún conflicto de interés por los resultados de esta investigación.

## CAPITULO IV: RESULTADOS

### GRAFICA 1

#### ESTRÉS EN LAS/LOS INTERNAS/OS DE ENFERMERÍA DURANTE SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS EN LOS SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN DEL HOSPITAL REGIONAL DE ICA Y SANTA MARÍA DEL SOCORRO ICA- MARZO A JULIO 2016



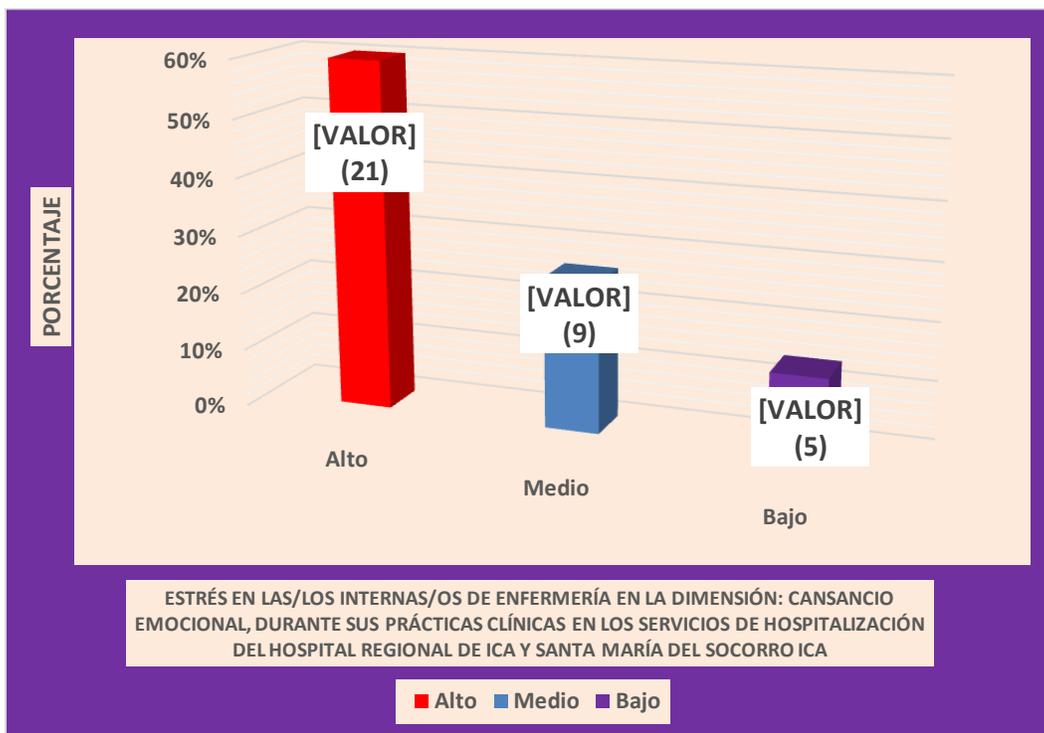
#### INTERPRETACIÓN DE LA GRÁFICA 1

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, del 100%(35), el 55%(19) tienen un nivel Alto, el 30%(11) tienen un nivel Medio y el 15%(5) tienen un nivel Bajo. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas: Casi siempre, me siento emocionalmente agotada/o por mi trapajo, me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo y No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente. Casi siempre, trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión y me preocupa

el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente. Alguna vez, me siento muy activa/o y con vitalidad. Algunas veces, comprendo fácilmente como se sienten los pacientes, me siento estimulada/o después de trabajar con mis pacientes y he realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo. Casi siempre, me siento "quemada/o" por mi trabajo, me he vuelto más insensible y duro con la gente desde que hago este trabajo.

## GRAFICA 2

**ESTRÉS EN LAS/LOS INTERNAS/OS DE ENFERMERÍA EN LA DIMENSIÓN: CANSANCIO EMOCIONAL, DURANTE SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS EN LOS SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN DEL HOSPITAL REGIONAL DE ICA Y SANTA MARÍA DEL SOCORRO ICA- MARZO A JULIO 2016.**



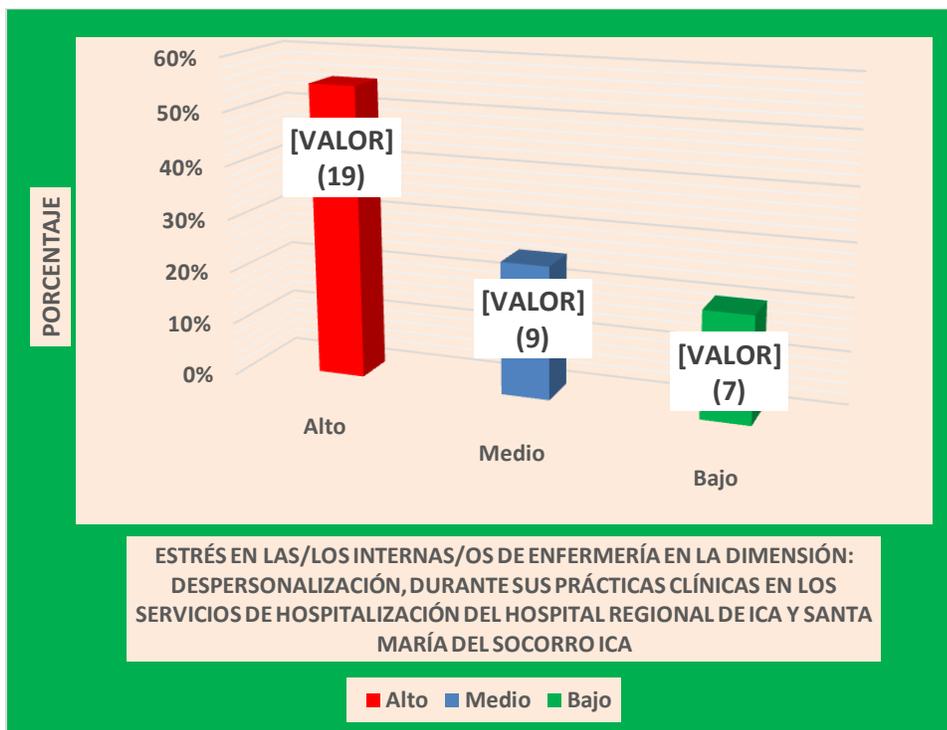
### INTERPRETACIÓN DE LA GRÁFICA 2

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión cansancio emocional, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, del 100%(35), el 60%(21) tienen un nivel Alto, el 26%(9) tienen un nivel Medio y el 14%(5) tienen un nivel Bajo. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas: Casi siempre, me siento emocionalmente agotada/o por mi trapajo, me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo y No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente. Siempre, me siento cansada/o al final de la jornada de trabajo. Algunas veces, trato eficazmente los problemas de las personas que tengo que

atender, creo que estoy influyendo positivamente, con mi trabajo, en la vida de los demás, creo que estoy haciendo un trabajo demasiado duro, puedo crear fácilmente una atmósfera relajada con los pacientes y un clima agradable, y en mi trabajo trato los problemas emocionales de forma adecuada.

### GRAFICA 3

**ESTRÉS EN LAS/LOS INTERNAS/OS DE ENFERMERÍA EN LA DIMENSIÓN:  
DESPERSONALIZACIÓN, DURANTE SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS EN LOS  
SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN DEL HOSPITAL REGIONAL DE ICA Y SANTA  
MARÍA DEL SOCORRO ICA- MARZO A JULIO 2016.**

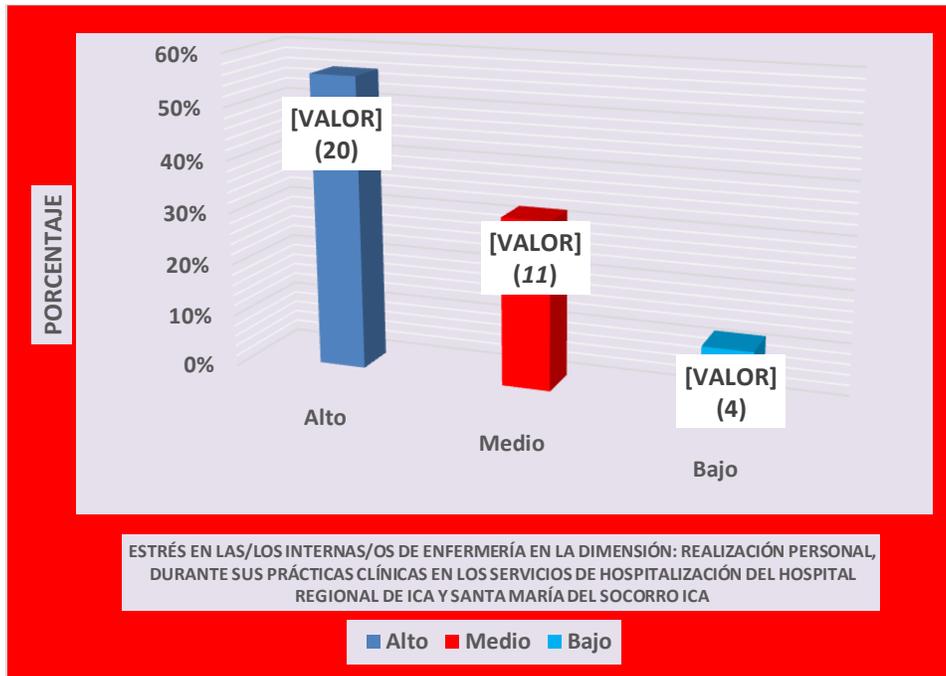


### INTERPRETACIÓN DE LA GRÁFICA 3

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión de despersonalización, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, del 100%(35), el 55%(19) tienen un nivel Alto, el 25%(9) tienen un nivel Medio y el 20%(7) tienen un nivel Bajo. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas: Casi siempre, trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión y me preocupa el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente. Alguna vez, me siento muy activa/o y con vitalidad y trabajar directamente con los pacientes me produce estrés. Siempre, siento que hago el trabajo que le corresponde a otro personal de salud.

#### GRAFICA 4

**ESTRÉS EN LAS/LOS INTERNAS/OS DE ENFERMERÍA EN LA DIMENSIÓN: REALIZACIÓN PERSONAL, DURANTE SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS EN LOS SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN DEL HOSPITAL REGIONAL DE ICA Y SANTA MARÍA DEL SOCORRO ICA- MARZO A JULIO 2016.**



#### INTERPRETACIÓN DE LA GRÁFICA 4

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión realización personal, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, del 100%(35), el 56%(20) tienen un nivel Alto, el 32%(11) tienen un nivel Medio y el 12%(4) tienen un nivel Bajo. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas: Algunas veces, comprendo fácilmente como se sienten los pacientes, me siento estimulada/o después de trabajar con mis pacientes y he realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo. Casi siempre, me siento "quemada/o" por mi trabajo, me he vuelto más insensible y duro con la gente desde que hago este trabajo, me siento frustrada/o en mi trabajo, me siento acabada/o al límite de mis posibilidades en mi trabajo y siento que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas.

## PRUEBA DE HIPOTESIS

### Prueba de la Hipótesis General:

Ha: El nivel de estrés en internas de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro –Ica- marzo a julio 2016: Es alto.

Ho: El nivel de estrés en internas de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro –Ica- marzo a julio 2016: No es alto.

Ha ≠ Ho

$\alpha=0,05$  (5%)

Tabla 1: Prueba de la Hipótesis General mediante el Chi Cuadrado ( $X^2$ )

	<b>ALTO</b>	<b>MEDIO</b>	<b>BAJO</b>	<b>TOTAL</b>
Observadas	19	11	5	35
Esperadas	12	12	11	
(O-E) <sup>2</sup>	49	1	36	
(O-E) <sup>2</sup> /E	4,1	0,01	3,3	7,41

De acuerdo a los resultados presentados en la Tabla 1, el valor obtenido del Chi Cuadrado Calculado ( $X_C^2$ ) es de 7,41; siendo el valor obtenido del Chi Cuadrado de Tabla ( $X_T^2$ ) de 5,53; como el Chi Cuadrado de Tabla es menor que el Chi Cuadrado Calculado ( $X_T^2 < X_C^2$ ), entonces se rechaza la Hipótesis Nula (Ho) y se acepta la Hipótesis Alternativa (Ha), con un nivel de significancia de  $p < 0,05$ .

Siendo cierto que: El nivel de estrés en internas de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro –Ica- marzo a julio 2016: Es alto.

## **DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, del 100%(35), el 55%(19) tienen un nivel Alto, el 30%(11) tienen un nivel Medio y el 15%(5) tienen un nivel Bajo. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas: Casi siempre, me siento emocionalmente agotada/o por mi trapajo, me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo y No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente. Casi siempre, trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión y me preocupa el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente. Alguna vez, me siento muy activa/o y con vitalidad. Algunas veces, comprendo fácilmente como se sienten los pacientes, me siento estimulada/o después de trabajar con mis pacientes y he realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo. Casi siempre, me siento "quemada/o" por mi trabajo, me he vuelto más insensible y duro con la gente desde que hago este trabajo. Coincidiendo con ALVARADO H. (2016). Resultados: el 85% reconocen que se encuentran con manifestaciones de estrés. Entre las causas: 88% por sobrecarga de trabajo; 85% falta de competencia en la realización de procedimientos; como consecuencia las manifestaciones fisiológicas como: el 76% de somnolencia y fatiga crónica 65%; psicológicamente afectados en un 59% por problemas de concentración y bloqueo mental 62%. Reconocen la predisposición al consumo de alcohol 85% y consumo de café y chocolate 74%. Conclusión: las condiciones de estrés manifestadas por los sujetos de estudio, representan un riesgo tanto para la salud como para el proceso de aprendizaje. Coincidiendo además con DELGADO E. (2016). Como primera categoría el estrés como experiencia positiva para la motivación y superación, teniendo como subcategorías: el estrés como motivación para mejorar el proceso enseñanza–aprendizaje y el estrés como estímulo para la superación. Como segunda categoría: afrontando el estrés mediante la comunicación; adquiriendo como subcategorías: la comunicación con otros internos de

enfermería como apoyo, el personal de salud como soporte y a la familia como alivio. Y por último como tercera categoría afrontando el estrés aplicando técnicas de relajación; obteniendo como subcategorías: la respiración profunda como técnica de afrontamiento para el estrés y la meditación como herramienta para afrontar el estrés.

### **OBJETIVO ESPECIFICO 1**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión cansancio emocional, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, del 100%(35), el 60%(21) tienen un nivel Alto, el 26%(9) tienen un nivel Medio y el 14%(5) tienen un nivel Bajo. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas: Casi siempre, me siento emocionalmente agotada/o por mi trapajo, me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo y No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente. Siempre, me siento cansada/o al final de la jornada de trabajo. Algunas veces, trato eficazmente los problemas de las personas que tengo que atender, creo que estoy influyendo positivamente, con mi trabajo, en la vida de los demás, creo que estoy haciendo un trabajo demasiado duro, puedo crear fácilmente una atmósfera relajada con los pacientes y un clima agradable, y en mi trabajo trato los problemas emocionales de forma adecuada. Coincidiendo con BUSTO J. (2015) Resultados.- Del total de la muestra según el nivel de estrés en relación con los parámetros de valoración de la Escala se encontró: en Cansancio Emocional que el 45.7% presenta un nivel de estrés moderado y el 41,9% con estrés alto. En Despersonalización se aprecia que del total de internos/as en estudio el 54.3% sufre de estrés alto y con un estrés moderado el 25.7%. Con respecto a la Realización Personal se observa que del total de internos/as con estrés alto el 74.3% y con estrés bajo el 9.5%. Conclusiones.- Se encontró diferencias significativas entre los parámetros de valoración de la Escala de Maslach y sus dimensiones entre los grupos de estudio. Coincidiendo además con KACCALLACA M. (2016). frecuentemente, el 78.6% refiere que le dan vueltas al problema tratando de entenderlo y el 71.4% buscan la solución en experiencias

anteriores; en la categoría a veces, el 57.1% refieren creo que el tiempo cambia las cosas, por lo que es preciso esperar, y el 46.4% intentan sentirse mejor, comiendo, bebiendo, fumando, tomando medicamentos. En la dimensión de afrontamiento grupal, se evaluaron 10 ítems, en la categoría a veces, el 75% refiere que oculta a los demás lo mal que se siente, manifiesta su enojo a la(s) persona (s) responsable(s) del problema, el 60.7% se desquita con los demás. En la dimensión de afrontamiento organizacional, se evaluaron 10 ítems, el 96.4% refieren que nunca existen grupos de apoyo para el manejo del estrés, asimismo el 89.3% manifiesta que no hay cursos antiestrés que oferta su institución; en la categoría frecuentemente, el 46.4% refieren que sienten satisfacción al realizar su internado. Por lo tanto se concluye que las medidas de afrontamiento más utilizadas son las del nivel individual.

## **OBJETIVO ESPECIFICO 2**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión despersonalización, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, del 100%(35), el 55%(19) tienen un nivel Alto, el 25%(9) tienen un nivel Medio y el 20%(7) tienen un nivel Bajo. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas: Casi siempre, trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión y me preocupa el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente. Alguna vez, me siento muy activa/o y con vitalidad y trabajar directamente con los pacientes me produce estrés. Siempre, siento que hago el trabajo que le corresponde a otro personal de salud. Coincidiendo con MOYA, M. LARROSA, S. LÓPEZ, C. LÓPEZ, I. MORALES, L. SIMÓN, Á. (2013). Conclusiones. El estrés de los estudiantes de enfermería marca su formación durante el período de prácticas clínicas. Por tanto, se hace necesario que el aprendizaje teórico que sustenta a las prácticas atienda a estas necesidades que los propios estudiantes de enfermería demandan. Coincidiendo además con CASTILLO L. (2013). como factores que generan bastante estrés en el primer año de prácticas hospitalarias: La falta de apoyo de sus profesores en las prácticas

hospitalarias (78%), las actividades asignadas(63%), ambiente físico (63%), las evaluaciones delante del paciente (54%), y la sobrecarga académica (49%).

### **OBJETIVO ESPECIFICO 3**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión realización personal, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, del 100%(35), el 56%(20) tienen un nivel Alto, el 32%(11) tienen un nivel Medio y el 12%(4) tienen un nivel Bajo. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas: Algunas veces, comprendo fácilmente como se sienten los pacientes, me siento estimulada/o después de trabajar con mis pacientes y he realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo. Casi siempre, me siento "quemada/o" por mi trabajo, me he vuelto más insensible y duro con la gente desde que hago este trabajo, me siento frustrada/o en mi trabajo, me siento acabada/o al límite de mis posibilidades en mi trabajo y siento que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas. Coincidiendo con QUEREVALÚ M. (2017). Resultados: El estudio ha develado que el elemento estresor de mayor relevancia desde la percepción de los Internos de Enfermería durante las prácticas pre profesionales, es la toma de decisiones. Hay elementos estresores que percibe el interno de enfermería ante el desafío que le significa la realización de procedimientos que le son nuevos o que desconoce. Los Internos de Enfermería como personas que cuidan personas, son susceptibles a las respuestas humanas con manifestaciones positivas y negativas tanto de los sujetos de cuidado, como de sus familiares e incluso de las personas que conforman el equipo de salud. Coincidiendo además con CASTILLA M. (2013). Los resultados evidenciaron que de un total de 47 internas de enfermería fue el factor estresante otros roles, el que estuvo presente en el 46.8 % de ellas y el 40.4% fue el exceso de actividades. El nivel de desempeño desde la percepción de las enfermeras jefes de los servicios, en la dimensión responsabilidad fue deficiente en el 57.5 %. Para determinar la relación entre las variables del estudio se aplicó la prueba de independencia de criterios chi cuadrado, estableciéndose, como nivel de significancia estadística al 0.01 ( $P < 0.01$ ). Por lo que se concluye

que existe relación significativa entre los factores estresantes y el desempeño de las internas de enfermería en las prácticas hospitalarias.

## **CONCLUSIONES**

### **PRIMERO**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, tienen un nivel Alto. Este nivel se presenta de acuerdo a las respuestas de los internos: Casi siempre, me siento emocionalmente agotada/o por mi trapajo, me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo y No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente. Casi siempre, trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión y me preocupa el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente. Alguna vez, me siento muy activa/o y con vitalidad. Algunas veces, comprendo fácilmente como se sienten los pacientes, me siento estimulada/o después de trabajar con mis pacientes y he realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo. Casi siempre, me siento "quemada/o" por mi trabajo, me he vuelto más insensible y duro con la gente desde que hago este trabajo. Se comprobó estadísticamente mediante el Chi Cuadrado con un valor de 7,41 y con un nivel de significancia de valor  $p < 0,05$ .

### **SEGUNDO**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión cansancio emocional, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, tienen un nivel Alto. Estos niveles se presentan de acuerdo a las respuestas de los internos: Casi siempre, me siento emocionalmente agotada/o por mi trapajo, me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo y No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente. Siempre, me siento cansada/o al final de la jornada de trabajo. Algunas veces, trato eficazmente los problemas de las personas que tengo que atender, creo que estoy influyendo positivamente, con mi trabajo, en la vida de los demás, creo que estoy haciendo un trabajo demasiado duro, puedo crear

fácilmente una atmósfera relajada con los pacientes y un clima agradable, y en mi trabajo trato los problemas emocionales de forma adecuada.

### **TERCERO**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión despersonalización, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, tienen un nivel Alto. Este nivel se presenta de acuerdo a las respuestas de los internos: Casi siempre, trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión y me preocupa el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente. Algunas veces, me siento muy activa/o y con vitalidad y trabajar directamente con los pacientes me produce estrés. Siempre, siento que hago el trabajo que le corresponde a otro personal de salud.

### **CUARTO**

El nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería, en la dimensión realización personal, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, tienen un nivel Alto. Este nivel se presenta de acuerdo a las respuestas de los internos: Algunas veces, comprendo fácilmente como se sienten los pacientes, me siento estimulada/o después de trabajar con mis pacientes y he realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo. Casi siempre, me siento "quemada/o" por mi trabajo, me he vuelto más insensible y duro con la gente desde que hago este trabajo, me siento frustrada/o en mi trabajo, me siento acabada/o al límite de mis posibilidades en mi trabajo y siento que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas.

## **RECOMENDACIONES**

### **PRIMERO**

Promover la tutoría continua y permanente, con el fin de asesorar y brindar apoyo oportuno al estudiante de enfermería en situaciones de la práctica clínica, en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, que lo requieren.

### **SEGUNDO**

Crear programas de bienestar, con el fin de satisfacer necesidades de recreación de los internos de enfermería que favorezcan el equilibrio de su estado emocional, como el teatro, festidanza, ferias interculturales, campeonatos deportivos y caminatas, trabajar en equipo y evitar la despersonalización.

### **TERCERO**

implementar programas de capacitación durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro, mediante talleres para consolidar conocimientos, sensibilización en relación al estrés y las estrategias adecuadas con la finalidad de prevenir cualquier alteración emocional en el estudiante, gozando de buena salud emocional y el desarrollo personal.

### **CUARTO**

Incluir en los sílabos y plan de prácticas de la escuela de enfermería de la UAP, estrategias frente al estrés en los estudiantes durante las prácticas clínicas, hacer una pausa, mediante técnicas de relajación, desarrollando talleres para el manejo de conflictos y ser propositivos con la solución de problemas; con la finalidad de revertir los altos índices de estrés y evitar el cansancio emocional.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1.- Gallego L, López D, Piñeros J. (2017). El estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en personal de Enfermería. Psicología científica [Internet]. [Citado 04 Jun. 2017]; 16(2). Disponible en:
- 2.- OMS. (2015). Organización Mundial de la Salud. Avenue Appia 20 CH-1211 Ginebra Suiza. Disponible en: <http://www.who.int/oeh/index.html>
- 3.- OMS.(2016). Estrés en el trabajo: Un reto colectivo. Servicio de Administración del Trabajo, Inspección del Trabajo y Seguridad y Salud en el Trabajo - LABADMIN/OSH. Ginebra: OIT. 62 p.
- 4.- Ministerio de Salud. Dirección Ejecutiva de Calidad en Salud. (2013). Normas Técnicas de Estándares de Calidad para Hospitales e Institutos Especializados. Lima, Perú septiembre
- 5.- Martín Laredo, M. M. (2015). Estrés en estudiantes de educación superior de Ciencias de la Salud. RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 6(11), 13.
- 6.- Alvarado H. (2016). Estrés en los Internos/as de la Carrera de Enfermería de una Universidad Privada de la Ciudad de Guayaquil Durante las Practicas Pre-Profesionales en el periodo octubre 2015 a septiembre 2016.
- 7.- Busto J. (2015). Nivel de estrés en las estudiantes de enfermería durante el internado rotativo integral. Hospital Vicente corral Moscoso. 2015. Ecuador.
- 8.- Moya, M. Larrosa, S. López, C. López, I. Morales, L. Simón, Á. (2013). Percepción del estrés en los estudiantes de Enfermería ante sus prácticas clínicas. Universidad de Murcia. España. Enfermería Global Nº 31
- 9.- Querevalú M. (2017). Percepción del estrés en los internos de enfermería al realizar las prácticas clínicas de internado en el Hospital Regional II-2 Jamo Tumbes mayo-octubre 2016.
- 10.- Delgado E. (2016). Afrontamiento del estrés generado durante el internado hospitalario en estudiantes de enfermería de la Universidad Señor de Sipán. 2016.

- 11.- Kaccallaca M. (2016). Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2016
- 12.- Castillo L. (2013). Factores estresantes en el primer año de práctica hospitalaria de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Callao 2013
- 13.- Castilla M. (2013). Factores estresantes y desempeño de las internas de enfermería en las prácticas hospitalarias. Hospital Regional Docente de Trujillo 2013
- 14.- Soto I. (2013). Estresores laborales y capacidad de afrontamiento en internas/os de enfermería Hospital Regional Honorio Delgado. Arequipa 2013
- 15.- Sauñe, O. (2013). Condiciones laborales y nivel de estrés en enfermeros de un Hospital Público peruano. Rev. méd. Panacea, 2(3):91-94
- 16.- OMS. (2017). Organización Internacional del Trabajo. Perspectivas sociales y del empleo en el mundo. [en línea]. [Citado 2017 Mayo 12]. Disponible en: [http://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS\\_507516/lang--es/index.htm](http://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_507516/lang--es/index.htm)
- 17.- Frutus, M. (2014). Relación entre los modelos de gestión de recursos humanos y los niveles de estrés laboral y burnout en los profesionales de enfermería de atención especializada. (Tesis doctoral inédita). León España.
- 18.- Mamani A, (2013). Estudio de tipo descriptivo y transversal, "Factores estresantes en las primeras experiencias prácticas hospitalarias Argentina".
- 19.- Viejo, V. (2013). Presencia de estrés laboral, síndrome de Burnout y Engagement en personal de enfermería del Hospital del Niño Morelense y su relación con determinados factores laborales. México European Scientific Journal, edition 9, (12)
- 20.- Meza E, Pinedo V, Hernández S. (2014). Estresores y estrés percibido en las Prácticas Clínicas, en estudiantes de Enfermería [Tesis de pregrado en internet]. Iquitos: Universidad Nacional de la Amazonia Peruana; 2014.

- 21.- Giménez J. (2015). Estrés en estudiantes de enfermería durante sus prácticas clínicas en unidad de hospitalización a domicilio [Tesis de pregrado en internet]. España: Universidad de Alicante; 2015. Disponible en:  
<https://web.ua.es/en/ice/jornadas-redes-2015/documentos/tema-3/410770.pdf>
- 22.- Castillo, Y. (2013). Estrés laboral en enfermería y factores asociados. Cartagena (Colombia). Salud Uninorte. Barranquilla (Col.) 2014; 30 (1): 34-43
- 23.- Fernández F, Di Ciero M, Áfio J. (2014). Evaluación del estrés en la inserción de los alumnos de enfermería en la práctica hospitalaria. Investigación y educación en Enfermería [internet]. Octubre 2014.12 (1): Colombia. Disponible en:  
<https://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/iee/article/view/20704/1756>
- 24.- Paz T, Valdivia M. Nivel de Estrés Laboral en los Internos de la Facultad de Enfermería durante la práctica Pre Profesional. Arequipa: Universidad Católica de Santa María. Arequipa; 2014
- 25.- Bizarro M. (2016). Nivel de estrés y sus factores causales, en estudiantes de la práctica clínica de la Facultad de Enfermería de la UNA-Puno 2015 [Tesis de pregrado]. Puno: Universidad Nacional del Altiplano.
- 26.- Maticorena, Beas, Anduaga y Mayta. (2014). Prevalencia del síndrome de burnout en médicos y enfermeras del Perú, Ensusalud 2014. Rev Perú Med Exp Salud Publica, 33(2):241-7.
- 27.- Amutio A. (2017). Afrontamiento del estrés en las organizaciones. Redalyc [internet]. [Citado 10 ene 2017]; 20 (1): 77-93. Disponible en:  
<http://www.redalyc.org/pdf/2313/231317996006.pdf>
- 28.- Díaz J, Gagui M. (2015). Patrón Adaptación - Tolerancia el Estrés en los internos de Enfermería. Ecuador: Universidad de Guayaquil. Disponible en:  
<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/8139>
- 29.- Borda F. (2014). Estrés y Estrategias de afrontamiento en prácticas clínicas en estudiantes de la facultad de Enfermería. Universidad Nacional del Altiplano - Puno: Universidad Nacional del Altiplano.

30.- Gómez O. Carrillo G. y Arias M. (2016). Teorías de enfermería para la investigación y práctica en cuidado paliativo. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 17 (1), 60-79. DOI: <http://dx.doi.org/10.18359/rlbi.1764>

# **ANEXOS**

**MATRÍZ DE CONSISTENCIA**  
**“ESTRÉS EN INTERNAS DE ENFERMERÍA DURANTE SUS PRÁCTICAS CLÍNICAS EN SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN DE LOS HOSPITALES DEL MINISTERIO DE SALUD DE ICA -2016”.**  
**BACHILLER: TREISY MASSIEL OSORIO CARRASCO**

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variable	Instrumento	Fuente
<p><b>Problema General</b>            ¿Cuál es el nivel de estrés en internas de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro –Ica-marzo a julio 201</p> <p><b>Problemas específicos</b>            ¿Cuál es el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: <b>Cansancio Emocional</b>, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016?</p>	<p><b>OBJETIVO GENERAL</b>            Determinar el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016</p> <p><b>Objetivos Específicos</b>            Identificar el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: <b>Cansancio Emocional</b>, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica- marzo a julio 2016.            Identificar el nivel de estrés</p>	<p>El nivel de estrés en internas de enfermería durante sus prácticas clínicas en servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica febrero 2018 :Es Alto</p>	<p><b>Variable dependiente</b>            Estrés profesional</p>	<p>ESCALA DE MASLACH BURNOUT INVENTORY</p>	<p>Interna de enfermería</p>

<p>¿Cuál es el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: <b>Despersonalización</b>, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica-marzo a julio 2016.</p> <p>¿Cuál es el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: <b>Realización Personal</b>, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica-marzo a julio 2016?</p>	<p>en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: <b>Despersonalización</b>, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica-marzo a julio 2016.</p> <p>Identificar el nivel de estrés en las/los internas/os de enfermería en la dimensión: <b>Realización Personal</b>, durante sus prácticas clínicas en los servicios de hospitalización del Hospital Regional de Ica y Santa María del Socorro Ica-marzo a julio 2016.</p>				
---	--	--	--	--	--



**CUESTIONARIO**  
**DATOS GENERALES:**

1.- Género

(Masculino) (Femenino)

2.- Universidad de egreso

---

3.- Servicio donde se encuentra realizando el internado hospitalario

(Emergencia) (Medicina Interna) (Cirugía) (Pediatria)

4.- Hospital en que se encuentra realizando el internado hospitalario

(Hospital Regional de Ica) (Hospital Santa María del Socorro)



### MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI)

A continuación, se muestran una serie de enunciados de situaciones que se pueden dar en su trabajo y de sus sentimientos en él. Responda sinceramente marcando con una X la respuesta que mejor refleje su situación y actitud ante el trabajo. No existen respuestas mejores o peores, la respuesta correcta es aquella que expresa su propio sentimiento o experiencia.

Los resultados de este cuestionario son estrictamente confidenciales y en ningún caso accesibles a otras personas. Su objetivo es contribuir al conocimiento de las condiciones de nuestro trabajo a fin de analizar y realizar propuestas de mejora que aumenten la satisfacción

La respuesta seleccionada definirá la frecuencia en la que se le presenta la situación o actitud descrita de acuerdo con los siguientes criterios

- 0 Nunca
- 1 Casi nunca= pocas veces a año
- 2 Algunas veces= Una vez al mes o menos
- 3 Bastantes veces = Unas pocas veces al mes
- 4 Muchas veces = Una vez a la semana
- 5 Casi siempre= Varias veces a la semana
- 6 Siempre= Todos los días

1	Me siento emocionalmente agotada/o por mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
2	Me siento cansada/o al final de la jornada de trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
3	Me siento cansada/o cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo	0	1	2	3	4	5	6
4	Comprendo fácilmente como se sienten los pacientes	0	1	2	3	4	5	6
5	Trabajar todo el día con pacientes es un esfuerzo que me produce tensión.	0	1	2	3	4	5	6
6	Trato eficazmente los problemas de las personas que tengo que atender.	0	1	2	3	4	5	6
7	Me siento "quemada/o" por mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6

8	Creo que estoy influyendo positivamente, con mi trabajo, en la vida de los demás.	0	1	2	3	4	5	6
9	Me he vuelto más insensible y duro con la gente desde que hago este trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
10	Me preocupa el que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente	0	1	2	3	4	5	6
11	Me siento muy activa/o y con vitalidad	0	1	2	3	4	5	6
12	Me siento frustrada/o en mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
13	Creo que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.	0	1	2	3	4	5	6
14	No me preocupa lo que le ocurra a los pacientes a los que tengo que atender profesionalmente.	0	1	2	3	4	5	6
15	Trabajar directamente con los pacientes me produce estrés.	0	1	2	3	4	5	6
16	Puedo crear fácilmente una atmósfera relajada con los pacientes y un clima agradable	0	1	2	3	4	5	6
17	Me siento estimulada/o después de trabajar con mis pacientes.	0	1	2	3	4	5	6
18	He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo	0	1	2	3	4	5	6
19	Me siento acabada/o al límite de mis posibilidades en mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
20	En mi trabajo trato los problemas emocionales de forma adecuada.	0	1	2	3	4	5	6
21	Siento que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas.	0	1	2	3	4	5	6
22	Siento que hago el trabajo que le corresponde a otro personal de salud.	0	1	2	3	4	5	6
23	El lugar donde realizo mi internado me produce tensión.	0	1	2	3	4	5	6
24	Siento que no estoy preparada para algunos de los procedimientos médicos y eso me frustra.	0	1	2	3	4	5	6
25	Me desmotiva el estado anímico de algunos pacientes.	0	1	2	3	4	5	6