



*“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”*

Chota, 27 de septiembre del 2024.

**C.O. N° 026-2024-UI-FCCSS**

## **CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD**

El que suscribe, Jefe de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, hace constar que el Informe Final de Tesis titulado: **“RELACIÓN ENTRE FACTORES ESTRESORES Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN EL INTERNO HOSPITALARIO DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA, 2024”**, elaborado por el **Bachiller en Enfermería: Ander Tello Cubas**, para optar el Título Profesional de Licenciada (o) en Enfermería, presenta un índice de similitud de 11%, sin incluir, citas, referencias bibliográficas, fuentes con menos de 20 palabras y depósitos de trabajos de estudiantes [desde el resumen hasta las recomendaciones]; por lo tanto, cumple con los criterios de evaluación de originalidad establecidos en el Reglamento Específico de Grados y títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, aprobado mediante Resolución de Facultad N° 075-2023- FCCSS-UNACH /C.

Se expide la presente, en conformidad a la directiva antes mencionada, para los fines que estime pertinentes.

Atentamente,



**Dr. JOSÉ UBERLI HERRERA ORTIZ**  
JEFE DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN  
FCCSS- UNACH

C.c.  
Archivo  
AOG/J-UI-FCCSS  
CI2024



**Unidad de Investigación**  
**Facultad en Ciencias de la**  
**Salud**  
**UNACH**

# ANDER TELLO CUBAS

## RELACIÓN ENTRE FACTORES ESTRESORES Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN EL INTERNO HOSPITALARIO DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE CHOTA, 2024.

 UBERLI

 Uberli

 Universidad Nacional Autónoma de Chota

### Detalles del documento

Identificador de la entrega trn:oid:::1:3020511127

Fecha de entrega

25 sep 2024, 3:19 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

25 sep 2024, 3:25 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

IFT\_ANDER\_TELLO\_CUBAS.pdf

Tamaño de archivo

660.2 KB

65 Páginas

14,298 Palabras

80,411

Caracteres




## 11% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para carpeta.

### Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 20 palabras)

### Fuentes principales

- 1 %  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal.

Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo. Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

**Fuentes principales**

- 1% Fuentes de
- 2% Publicacio
- 0% Trabajos entregados (trabajos del

**Fuentes principales**

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

<b>1</b>	<b>Interne</b>	<b>repositorio.upsjb.edu.pe</b>	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>Interne</b>	<b>repositorio.unach.edu.pe</b>	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>Interne</b>	<b>repositorio.uns.edu.pe</b>	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>Interne</b>	<b>repositorio.undac.edu.pe</b>	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>Interne</b>	<b>hdl.handle.net</b>	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>Interne</b>	<b>repositorio.unap.edu.pe</b>	<b>0%</b>
<b>7</b>	<b>Interne</b>	<b>1library.co</b>	<b>0%</b>
<b>8</b>	<b>Interne</b>	<b>afacimera.org.ar</b>	<b>0%</b>
<b>9</b>	<b>Interne</b>	<b>repositorio.ucss.edu.pe</b>	<b>0%</b>
<b>10</b>	<b>Interne</b>	<b>repositorio.unac.edu.pe</b>	<b>0%</b>
<b>11</b>	<b>Interne</b>	<b>repositorio.unheval.edu.pe</b>	<b>0%</b>

<b>1</b>	<b>Intern</b>	
<b>tesis.usat.edu.p</b>		<b>0%</b>
<b>1</b>	<b>Intern</b>	
<b>repositorio.ug.edu.</b>		<b>0%</b>
<b>1</b>	<b>Intern</b>	
<b>repositorio.ucv.edu.</b>		<b>0%</b>
<b>1</b>	<b>Intern</b>	
<b>www.repositorio.unach.edu.pe</b>		<b>0%</b>

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE  
CHOTA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**RELACIÓN ENTRE FACTORES ESTRESORES Y  
AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN EL INTERNO HOSPITALARIO  
DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE CHOTA, 2024**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

**AUTOR**

**ANDER TELLO CUBAS**

**ASESOR**

**DR. JOSÉ UBERLI HERRERA ORTIZ**

**CHOTA – PERÚ**

**2024**



### Acta de Sustentación: Informe Final de Tesis

Siendo las 11:00 del día 12 de Setiembre del año 2024, se reunieron en la Sala de Sustentaciones de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, el Jurado Evaluador presidido por el (la) Dr. Nely E. Mundaca Constantino, el secretario Dr. Eulises Cabrera Villena y Vocal Dr. Antonio Sánchez Delgado y como Asesor de Tesis el (la) Dr. José Liberli Herrera Ortiz. De acuerdo al Reglamento Específico de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, se dio inicio a la Sustentación del Informe Final de la Tesis Relación entre factores Estresores y Afrontamiento del estrés en el interno Hospitalario de Enfermería de la UNPCH, 2024 presentada por el (la) bachiller: Ander Tello Cubas de la Escuela Profesional de Enfermería.

Luego de la sustentación, deliberación y consenso de los integrantes del Jurado Evaluador se acordó Aprobar la Tesis en mención con la calificación de 16 Dieciséis; por lo tanto el estudiante puede proseguir con trámites posteriores.

En señal de conformidad, firman los presentes a horas 12:20 del 12 de Setiembre del 2024.

Docente	Firma
Presidente Jurado evaluador: <u>Dr. Nely Esperanza Mundaca Constantino</u>	
Secretario Jurado evaluador: <u>Dr. Eulises Cabrera Villena</u>	
Vocal Jurado evaluador: <u>Dr. Antonio Sánchez Delgado</u>	
Asesor de Tesis: <u>Dr. José Liberli Herrera Ortiz</u>	



## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por la vida, la salud y por todas las bendiciones que me brinda cada día, por darme las fuerzas necesarias para seguir adelante.

A mis padres, esposa e hijo y familiares por contribuir con su apoyo incondicional para hacer realidad mis metas.

A mi asesor Dr. José Uberli Herrera Ortiz por su enseñanza, apoyo y contribución durante todo el proceso de investigación.

**A:**

Mis padres agradecerles por todo su amor y apoyo que me brindan en cada paso que doy y ser para mí un ejemplo de fuerza, lucha, superación y valentía que muestran cada día para seguir adelante; a mis hermanos, por siempre contar con ellos, apoyarme y mantenernos unidos.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
<b>RESUMEN</b>	VII
<b>ABSTRACT</b>	VIII
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b>	1
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>MARCO TEÓRICO</b>	
2.1. Antecedentes del estudio	5
2.2. Bases conceptuales	7
2.3. Definición de términos básicos	17
<b>CAPÍTULO III</b>	
<b>MARCO METODOLÓGICO</b>	
3.1. Ámbito de estudio	18
3.2. Diseño de investigación	18
3.3. Hipótesis	19
3.4. Población, muestra y unidad de estudio	19
3.5. Operacionalización de las variables	20
3.6. Descripción de la metodología	25
3.7. Procedimiento y análisis de datos	27
3.8. Aspectos éticos y rigor científico	27
<b>CAPÍTULO IV</b>	
<b>RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b>	
4.1. Factores estresores de manera general en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.	29
4.2. Factores estresores en internos de Enfermería según dimensiones del interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.	31
4.3. Afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.	36
4.4. Relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.	38
<b>CAPÍTULO V</b>	
<b>CONCLUSIIONES Y RECOMENDACIONES</b>	40
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	42
<b>ANEXOS</b>	52

## ÍNDICE DE ABREVIACIONES

MPS	: Modelo de promoción de la salud
OMS	: Organización Mundial de la Salud
OPS	: Organización Panamericana de la Salud
HSE	: Organismo Británico de la Salud y Seguridad en el Trabajo
SNP	: Sistema nervioso periférico

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo, determinar la relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la universidad nacional autónoma de chota, 2024. Estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo-correlacional y de corte transversal, ejecutado con 36 internos de enfermería que realizaron sus prácticas hospitalarias; la técnica utilizada fue la encuesta, como instrumentos el cuestionario bilingüe de factores estresores y la escala de evaluación del afrontamiento del estrés. Resultados: con respecto a los factores estresores de manera general en los internos hospitalarios de enfermería, el 80,6% mencionó que se estresa y el 19,4% no se estresa, en cuanto a sus dimensiones falta de competencia 88,9%, contacto con el sufrimiento 77,8%, relación con tutores y compañeros 55,6%, impotencia e incertidumbre 72,2%, no controlar relación con el enfermo 80,6%, implicación emocional 83,3%, dañarse relación con el enfermo 63,9%, el enfermo busca una relación 52,8%, y en sobrecarga 75%; en cuanto al nivel de afrontamiento, 77,8% presentó un afrontamiento inadecuado; mientras que, el 22,2% manifestó un afrontamiento adecuado, al relacionar las variables, el 78,6% de los internos de enfermería que se estresa presentó un afrontamiento inadecuado. Se concluye que no existe relación entre factores estresores y afrontamiento del estrés, cuyo p-valor fue  $> 0,05$ .

**Palabras clave:** factores estresores, afrontamiento, estrés.

## ABSTRAC

The objective of this research was to determine the relationship between stressors and coping with stress in the nursing hospital intern of the National Autonomous University of Chota, 2024. Study with a quantitative approach, descriptive-correlational and cross-sectional type, executed with 36 nursing interns who completed their hospital practices; The technique used was the survey, as instruments the bilingual questionnaire of stressors and the stress coping evaluation scale. Results: with respect to the stressors in general in nursing hospital interns, 80.6% mentioned that they are stressed and 19.4% are not stressed, in terms of their dimensions lack of competence 88.9%, contact with suffering 77.8%, relationship with tutors and colleagues 55.6%, helplessness and uncertainty 72.2%, not controlling relationship with the patient 80.6%, emotional involvement 83.3%, damaging relationship with the patient 63.9%, the patient is looking for a relationship 52.8%, and in overload 75%; regarding the level of coping, 77.8% presented inadequate coping; while 22.2% expressed adequate coping when relating the variables, 78.6% of nursing interns who were stressed presented inadequate coping. It is concluded that there is no relationship between stressor factors and coping with stress, whose p-value was  $> 0.05$ .

**Keywords:** stressors, coping, internal stress.

# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el estrés se considera como un problema de salud pública, ya que 970 millones de personas presentan algún tipo de trastorno mental, de los cuales 1 de cada 8 personas tienen estrés, ansiedad y depresión [1].

Asimismo, el Organismo Británico de la Salud y Seguridad en el Trabajo (HSE) manifiesta que, el 83% de los trabajadores estadounidenses sufren estrés relacionado con el trabajo; mientras que, el 42% de la población mundial tiene niveles de estrés altos o muy altos [2].

En Europa, un estudio en España indica que 7,3 millones de adolescentes de 15 y 29 años (48,9%), presentaron algún tipo de problema de salud mental grave, debido a que más de la mitad de los casos que no recibieron tratamiento y/o atención indicaron presentar estrés, depresión y ansiedad [3].

Por otro lado, en América Latina y el Caribe, la salud mental es muy alarmante, ya que 16 millones de adolescentes presentaron algún trastorno mental, donde 1 de cada 7 viven con un problema mental diagnosticado, afectando su bienestar emocional, físico y mental. Entre las regiones con más prevalencia de estrés, fueron: Chile (62%), Brasil (49%), Colombia (46%), Perú (39%), Argentina (37%) y México (15%) [4, 5].

En Estados Unidos, la mayoría de la población experimenta una enfermedad mental anual; por otra parte, se puede constatar que el 50% de problemas mentales se inician a los 14 años de edad y el 75% a los 24 años. Siendo los trastornos mentales más comunes la ansiedad, los trastornos bipolares y la depresión [6].

En Ecuador, un estudio realizado en la Universidad de Machala, muestra que los factores estresores más prevalentes en los internos hospitalarios de enfermería, son: dificultad para adaptarse a un nuevo ambiente laboral (46,1%), cambios en el

horario y la alimentación (40,8%), además consideraron al área de emergencia como estresante (32,9%). En tal sentido, la estrategia más utilizada para afrontar los factores estresores es la técnica de relajación (38,2%) [7].

En Perú, un estudio realizado en las Universidades de Lima, Arequipa, Piura, Cajamarca, Puno y Huánuco muestra que el 38,3% de los internos de enfermería presentan niveles medios de estrés académico, de los cuales el 57,7% fueron mujeres, el 54,1% tuvieron entre 18 y 20 años y el 25,2% realizan algún trabajo y estudian. El factor estresor más prevalente fueron la preocupación y el nerviosismo, evidenciando que, el 83,3% de los internos presentó una implicancia emocional durante su formación académica [8].

Un estudio en Lima, muestra que los internos de enfermería expresan un nivel de carga laboral, el 65,2% y un nivel de estrés medio con 63%. Además, la carga laboral esta relaciona con el estrés laboral, la carga mental se relaciona con el estrés laboral y la carga física [9].

En Cajamarca, un estudio muestra que, el 93,5% de internos de enfermería presentaron un nivel de estrés medio, y entre los factores implicados se encuentran: la falta de competencia, el contacto con el sufrimiento, la implicancia emocional y la sobrecarga académica; los mismos que repercuten directamente en su rendimiento académico en el 67,5% [10].

Los internos de enfermería durante las prácticas clínicas son vulnerables a los efectos del estrés; puesto que, los hospitales no cuentan con un Plan de Seguridad y Salud en el trabajo que permita identificar y prevenir riesgos de salud, esto debido a los graves problemas financieros, falta de personal de salud, infraestructura, carencia de insumos, variaciones epidemiológicas y violencia política que afecta directamente al sistema de salud en el Perú [10].

Durante el internado clínico, se pudo observar que los internos de enfermería están sometidos a un arduo trabajo multidisciplinario; por lo que, viven eventos de amplia intensidad emocional, como: sufrimiento, miedo, angustia, irritación, nerviosismo y desesperación; los cuales muchas veces llevan a producir alteraciones en el

individuo a nivel fisiológico, psicológico, cognitivo y emocional, generando impactos negativos de salud no solo en el interno, sino también en su capacidad para realizar un buen cuidado durante la atención al usuario. En tal sentido, fue necesario realizar el presente estudio titulado “Relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024”.

En la investigación se formuló la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024? con objetivo general: Determinar la relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024; y los objetivos específicos fueron: Identificar los factores estresores de manera general en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024; identificar los factores estresores según sus dimensiones en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024; e identificar el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.

Los resultados de los factores estresores en los internos hospitalarios de enfermería son los siguientes: el 80,6% (29) mencionó que se estresa y el 19,4% (7) no se estresa; los factores estresores por dimensiones, fueron: falta de competencia (88,9%), contacto con el sufrimiento (77,8%), relación con tutores y compañeros (55,6%), impotencia e incertidumbre (72,2%), no controlar relación con el enfermo (80,6%), implicación emocional (83,3%), dañarse relación con el enfermo (63,9%), el enfermo busca una relación (52,8%), y en sobrecarga (75%); por otro lado, el 77,8% de los internos presentó un afrontamiento inadecuado. Al relacionar las variables, se encontró que no existe relación mediante la prueba estadística Chi Cuadrado ( $X^2$ ): 0,574; p-valor: 0,316, por lo que se acepta la hipótesis nula.

La presente investigación está estructurada en cinco capítulos: **Capítulo I:** Introducción, que abarca la problemática sobre las variables en estudio, en todos

los contextos; **Capítulo II:** Marco teórico, que comprende antecedentes, bases conceptuales y términos básicos; **Capítulo III:** Marco metodológico, que incluye los métodos, materiales, técnica, instrumentos, procesamiento de recolección de datos, entre otros; **Capítulo IV:** Resultados y discusión; y **Capítulo V:** Conclusiones y recomendaciones, además, incluye las referencias bibliográficas y anexos.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes del estudio**

##### **Nivel internacional**

Silva D. et al. (Chile, 2020) investigaron sobre “Factores estresores que afectan a los estudiantes de enfermería en sus prácticas clínicas en una universidad chilena”, su objetivo fue determinar los factores estresores que más afectan a los estudiantes; estudio descriptivo, de corte transversal y de enfoque cuantitativo, con 93 estudiantes. Los factores estresores más frecuentes, fueron: el 72,04% hace mal su trabajo y perjudica al paciente, el 67,74% se confunde con la medicación, el 62,37% hace daño físico al paciente, el 58,06% cometer un error, el 56,99% tener miedo a pincharse con agujas infectadas, el 55,91% teme a que sea tomado su cuerpo, el 53,76% tiene diferencias entre lo aprendido y lo que ve práctica y el 52,69% no puedo ayudar al paciente. Concluyeron que las prácticas clínicas de los internos de enfermería son fuentes generadoras de estrés y preocupación [11].

Ruiz KS. et al. (Colombia, 2020) investigaron sobre “Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en Cartagena, 2019”, su objetivo fue determinar el nivel de estrés que perciben los internos de enfermería, estudio descriptivo y transversal; la muestra estuvo conformada por 98 internos de enfermería. Se encontró que el 68,4% presentó falta de competencia, 48,0% tuvo impotencia e incertidumbre, 48,0% el enfermo busca una relación íntima con el interno, 43,9% mala relación interno-paciente, el 42,9% tenía sobrecarga, 39,8% tiene contacto con el sufrimiento, 37,8% no controla la relación con el enfermo, 37,8% presentó implicación emocional y 29,6% se relaciona con los tutores y compañeros. Concluyen que los internos de enfermería presentan altos niveles de estrés durante la práctica clínica [12].

Hernández R. et al. (España, 2020) investigaron sobre “Estrés y ansiedad al comienzo de las prácticas clínicas en estudiantes de enfermería”, su objetivo fue describir la percepción del estrés, los factores estresantes y la ansiedad de los estudiantes, estudio descriptivo y de corte transversal, la muestra

conformada por 61 internos de enfermería; durante prácticas clínicas se percibieron niveles de estrés moderadamente altos y una ansiedad moderada. Concluyen que los factores más estresantes fueron la falta de competencia y la impotencia e incertidumbre [13].

### **A nivel nacional**

Gil, PL. (Perú, 2020) realizó el estudio “Factor estresor en los internos de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2019”, su objetivo fue determinar el factor estresor en los internos de enfermería, estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, con muestra de 114 internos de enfermería. El 19,3% de los internos presentó contacto con el sufrimiento, 14,9% tuvo falta de competencia, 9,6% tuvo deterioro en relación con el paciente, 7,0% tuvo buena relación con el docente y compañeros, y 3,5% mostró impotencia e incertidumbre. Concluye que el 28,1% de los internos de enfermería presentó estrés alto, el 26,3 % algo de estrés, 23,7% nada de estrés y el 21,9% presentó mucho estrés [14].

Rojas, D. (Perú, 2020). Realizó un estudio titulado “Estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de un Hospital del Callao”, teniendo como objetivo determinar las estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería; estudio no experimental, descriptivo, de enfoque cuantitativo y de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 36 internos de enfermería; los resultados muestran que el 48% de los internos de enfermería tuvieron un afrontamiento inadecuado, el 30% afrontamiento regular y 22% afrontamiento adecuado. Concluye que la mayoría de internos de enfermería que se enfrenta a situaciones estresantes, por lo que, poco hacen de uso de estrategias de afrontamiento adecuado [15].

Corvacho FM. (Perú, 2020) investigó sobre: “factores estresores en internos de enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos, 2022”, su objetivo fue Determinar los factores estresores en internos de enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos; estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo, transversal y de diseño no experimental, con 52 internos de enfermería. Los resultados muestran que la impotencia e

incertidumbre presentó el primer lugar con un 98% (51), seguido del enfermo que busca una relación con el 96% (3). Concluye que el 94% (49) indicó que, sí estresa, y el 6% (3) no estresa [16].

## **2.1. Bases conceptuales**

### **2.1.1. Bases teóricas**

El sustento teórico de la presente investigación es la teoría del estrés de Lazarus y Folkman citado por Gómez V. 2005 [17]; consiste en la relación entre el individuo y su entorno, especialmente como la persona recibe y afronta situaciones estresantes; con la finalidad, de que la persona establezca conocimientos y comportamientos adecuados que ayuden hacer frente a las diversas dificultades que se presenten durante el desarrollo de su vida; por lo que, si logra efectuarlo de manera eficiente garantizara mantenerse en constante equilibrio.

Se caracteriza básicamente, porque hay una interacción entre el individuo y el ambiente; dentro del individuo influye los factores sociales e individuales generando un cambio de manera constante; además, el individuo se encuentra inmerso en distintas situaciones estresantes siendo responsable de las acciones individuales que pueda tomar para hacer frente a los problemas en el cual se encuentre, obteniendo como resultado un afrontamiento óptimo o no y de esta manera haga una valoración de las acciones que podría tomar ante determinadas situaciones y elija algunas acciones fijadas con el fin de cumplir con el objetivo trazado [17].

Estructuralmente, la teoría de afrontamiento hace referencia a tres tipos de evaluación: La evaluación primaria, es la que aparece cuando la persona se enfrenta a situaciones estresantes; también, se centra en el ambiente y entorno de la persona al momento de evaluar si su situación se encuentra comprometida, cambiable o es irrelevante para calificarla de estresante. La evaluación secundaria, se centra en los recursos y habilidades que el individuo dispone para enfrentar o no la situación; este a la vez buscar estrategias de afrontamiento orientadas al problema y

emociones utilizando los recursos con los que cuente para responder a la demanda que se identificó; de esta manera el individuo decide si está en condiciones de afrontar o no la situación teniendo en cuenta ambas evaluaciones. La evaluación terciaria, hace referencia que, una vez aplicadas las dos evaluaciones antes mencionadas, buscará las correcciones o mejoras que se puedan realizar para mejorar [17].

Por lo antes expuesto, la teoría del afrontamiento está relacionada con el estudio, puesto que los factores estresores se generan durante la atención del paciente, sobre todo cuando existe alta demanda de pacientes y cuando su salud se encuentra comprometida. Por lo que, es necesario implementar técnicas y estrategias de afrontamiento, de manera que los estudiantes lo utilicen para disminuir el estrés durante el desarrollo de las prácticas clínicas en los distintos hospitales.

## **2.1.2. Factores estresores**

### **A. Definición**

Son eventos, situaciones o estímulos que desencadenan una respuesta de estrés; también varían en duración, intensidad y afectan de distinta manera al individuo. Estos pueden ser factores internos y externos que se manifiestan ante un evento estresor o amenaza durante una determinada situación, así como en las prácticas hospitalarias del estudiante de enfermería [18].

### **B. Dimensiones de los factores estresores**

Los factores estresores están divididos en 9 dimensiones y son:

#### **a) Falta de competencia**

Es la falta de habilidades, conocimientos o capacidades necesarias para enfrentar eficientemente un trabajo, dentro de las prácticas clínicas en el interno de enfermería se relaciona con el temor a dañar, equivocarse, confundirse, no sentirse integrado y no poder ayudar al paciente; no poder realizar adecuadamente su trabajo o falta de competencia durante la atención al paciente, viéndose así

reflejado en su habilidad y conocimiento durante su formación académica; de esta manera, se puede asumir que el estudiante esta ante una determinada situación estresante [19].

#### **b) Contacto con el sufrimiento**

Es una sensación individual, subjetiva y múltiple que implica atribuir connotaciones profundamente negativas o desfavorables ante acontecimientos, hechos o amenazas percibidas por el interno de enfermería durante las prácticas clínicas, siendo estas sensaciones motivadas por cualquier condición al que la persona esté sometido incluyendo factores como: el sufrimiento, muerte del paciente, noticias inesperadas y desesperanza [20].

#### **c) Relación con tutores y compañeros**

Es el vínculo educativo y comunicacional entre individuos relacionado con el área intrapersonal para la orientación y solución de problemas y que la principal dificultad es el respeto y falta de asertividad al momento de asumir algún acto de mantener o refutar nuestros intereses razonables contra amenazas a los cuales estemos expuestos [21].

#### **d) Impotencia e incertidumbre**

Es la respuesta ante falta o incapacidad para realizar una determinada acción en la que el interno de enfermería está sometido cuando hay una sobrecarga laboral, teniendo necesidad de ayudar o hacer algo por el paciente, pero la realidad lo limita hacer ciertas cosas continuamente, haciéndolo dudar de su capacidad, falta de confianza en sí mismo y toma de decisiones [19].

#### **e) No controlar la relación con el paciente o usuario**

Es no tener un control absoluto de las situaciones estresantes que se manifiestan en el estudiante de enfermería durante la atención con el paciente o usuario de los servicios de salud; siendo esta necesaria para mejorar la percepción básica de la atención por parte

del usuario y ejecutar un buen plan de cuidados y un buen resultado por parte del interno de enfermería [19].

**f) Implicancia emocional**

Conjunto de cualidades emocionales, personales y sociales que determina la forma en cómo gestionamos o realizamos algo al paciente, de esta manera lograr comprender nuestras emociones propias y ajenas para luego aplicar ese conocimiento sabiamente a las circunstancias que se presenten en nuestro entorno, con la finalidad de alcanzar el éxito durante la atención al usuario [22].

**g) Deterioro de la relación con el paciente**

Es la disminución de la calidad de relación entre profesional de salud y el paciente, llevando a consecuencias negativas tanto para el usuario como para el personal de salud; siendo de vital importancia la comunicación, empatía y respeto [22].

**h) El paciente o usuario busca una relación íntima**

Es el comportamiento o conductas que los pacientes presenten durante la atención, buscando una relación íntima con el interno. Convirtiéndose así en un evento de vulnerabilidad en los internos al ser jóvenes de poca experiencia y estar en el proceso de aprendizaje [19].

**i) Sobrecarga laboral**

Es la situación que el interno de enfermería enfrenta diariamente al exceso de trabajos dentro de los servicios asignados durante la atención al paciente o usuario como por ejemplo: el control de funciones vitales, monitoreo de signos vitales, administración de medicamentos, realizar notas de enfermería, técnicas y procedimientos necesarios, higiene, confort, alimentación y otras responsabilidades estas actividades forman parte de las fuentes generadoras de estrés a las que el estudiante enfrenta [23].

### **C. Fisiopatología de los factores estresores**

Es importante comprender la manera en que el organismo responde ante determinadas situaciones de estrés; este, a la vez, puede causar daños en el organismo entre ellos, presión arterial alta, tensión muscular, problemas digestivos, insomnio, irritabilidad y depresión [24].

Cuando el organismo está sometido a una amenaza real o percibida, los sentidos envían la información a una determinada parte del cerebro denominada amígdala, esta parte tiene la función de desarrollar el procesamiento de las emociones, interpreta la información, este al momento de percibir algún tipo de señal de peligro envía una señal de diestrés al hipotálamo. El hipotálamo es la zona de mando del cerebro donde se producen las hormonas y estas son enviadas al resto del cuerpo a través del sistema nervioso autónomo; además, controla las funciones normales del organismo que son autónomas (respiración, presión arterial, frecuencia cardíaca dilatación y constricción de vasos sanguíneos y de los bronquiolos) [24].

El sistema nervioso simpático libera la respuesta conocida como “lucha o huida” una vez percibida es enviada a través de un estímulo para poder responder ante determinado peligro, mecanismo útil y necesario que nos permite actuar de forma adecuada ante una situación estresante; por otra parte, el sistema nervioso parasimpático (SNP) actúa como un regulador ante determinados estímulos, promoviendo una reacción de descanso al organismo después de que haya pasado el peligro [24].

### **D. Tipos de factores estresores**

Pedroza, Cabrera, Gutiérrez [25]. Lo clasifica dos tipos de estrés.

#### **✓ Estrés positivo o eustrés**

Este tipo de estrés se manifiesta cuando los recursos son mayores que las necesidades que tengo; además, se caracteriza por la activación y estimulación ante una determinada situación y a la vez

estos puedan ayudar a obtener resultados positivos. Estos cambios que se realizan en el organismo a consecuencia del estrés mantienen un equilibrio constante; siendo estos indispensables para el desarrollo, funcionamiento y adaptación del organismo ante determinadas situaciones. Este estrés nos permite superarnos, afrontar retos y crecer personal o profesionalmente [25].

✓ **Estrés negativo o distrés**

Situación desagradable y exagerada de los factores estresores; en este caso las personas perciben este tipo de estrés cuando las necesidades sobrepasan los recursos. La persona está sometida ante una situación donde no puede dar una respuesta efectiva, de esta manera generando emociones, pensamientos, sensaciones corporales y sentimientos desagradables, implicando problemas a nivel psicológico, fisiológico y físico de la persona [25].

**Según la Asociación Americana de Psicología considera 3 tipos de estrés:**

✓ **Estrés agudo**

Se produce por las exigencias o situaciones pesadas que nos imponemos o a las que estamos expuestas. El estrés agudo es excitante y al mismo tiempo fascinante, en pequeñas proporciones, pero en exceso es debilitante. Del mismo modo, el estrés excesivo puede provocar malestar psicológico, dolores de cabeza, tensionales, malestar estomacal y otros síntomas a largo plazo [26].

✓ **Estrés agudo episódico**

Se presenta en las personas que sufren estrés agudo de manera permanentemente, estos individuos presentan un estilo de vida desordenado llenos de caos y crisis, están expuestos a diferentes situaciones estresantes y no pueden organizarse para hacer frente a las diferentes exigencias autoimpuestas [26].

En este tipo de estrés, las personas se agitan demasiado, muestran un mal comportamiento, son insoportables, ansiosas y están tensas. Los síntomas de este tipo de estrés se manifiestan a través de una sobre agitación prolongada, dolores de cabeza, migraña, hipertensión, enfermedades cardíacas y angina de pecho, para evitar este tipo de complicaciones muchas veces requiere la ayuda de un profesional para llevar un tratamiento durante el proceso de recuperación [26].

✓ **Estrés crónico**

Se presenta en los individuos como un desgaste en la persona durante el desarrollo de su vida, causando daños al organismo, tanto la parte física, emocional y social; a través, de los efectos negativos a los cuales uno se enfrenta. Así mismo, el estrés crónico es producto de las experiencias negativas del individuo durante el desarrollo de su vida, que no fueron afrontados de manera adecuada; afectando su personalidad y conduciendo a efectos perjudiciales como el suicidio, la violencia, los infartos cardíacos y eventualmente el cáncer. [25].

## **E. Factores generadores de estrés**

Zelaya W [27]. Menciona que Estas fuentes de estrés se encuentran en las prácticas hospitalarias dentro del sistema educativo generando situaciones negativas en el bienestar de los internos y son:

✓ **Factores ambientales**

Estos estresores son los que están presentes en la naturaleza como el ruido, inadecuadas condiciones físicas, la inseguridad y otras limitaciones relacionadas con el trabajo, estas situaciones o sucesos dan como resultado cambios en las personas [27].

✓ **Factores familiares**

Se presenta en la conducta y que se transmiten de una generación a otra, en el interno de enfermería que puede generar estrés son:

la falta de apoyo de los padres, conflictos familiares, enfermedades o muerte de algún familiar; estos pueden generar cambios en el rendimiento académico y cambios emocionales [28].

✓ **Factores psicológicos**

Se refiere a los eventos o situaciones de la vida diaria, los cuales son condicionados por el ambiente social y los valores personales adquiridos durante el desarrollo del ser humano, estas situaciones al no ser afrontadas de manera adecuada actúan en el individuo como efectos negativos y convirtiéndose en estresores [27].

### **2.1.3. Afrontamiento del estrés**

#### **A. Definición**

Son los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente variables que ocurren en respuesta a un hecho casual o inesperado, generalmente esta direccionado a hacer frente a un problema o situación que este alterando la estabilidad emocional de una persona [29].

El afrontamiento muestra la forma en que las personas responden y manejan el estrés mediante la combinación de diferentes estados emocionales, pensar constructivamente, mejorar y dirigir su conducta, controlar su activación automática y actuar en entornos sociales y no sociales en un intento de cambiar o reducir las fuentes de estrés. Las personas responden a diferentes tipos de estrés y algunas de estas respuestas están relacionadas con el bienestar. La forma en que las personas enfrentan el estrés puede aumentar o disminuir el malestar e incluso afectar el desarrollo de un trastorno de salud o de salud mental a largo plazo [30].

#### **B. Estrategias del afrontamiento al estrés**

Son estrategias utilizadas por los internos para enfrentar diversas situaciones o eventos estresantes entre ellos tenemos [31].

- **Solución de problemas:** Es el proceso que el individuo busca medios efectivos enfocados a dar solución a una determinada situación o dificultad en un momento oportuno.
- **Búsqueda de apoyo social:** Se refiere al apoyo brindado por los amigos, familia y entorno social que cuenta la persona para enfrentarse a un determinado problema o situación estresante.
- **Espera:** Estrategia que tiene como finalidad proceder de acuerdo con la creencia e identificar el problema y tomar acciones lógicas para buscar soluciones con el transcurrir del tiempo de forma positiva.
- **Religión:** La fe es considerada como una estrategia de afrontamiento que busca la solución de problemas y conflictos a través del rezo y la oración soportada en un ser divino.
- **Evitación emocional:** Acción que se hace con la finalidad de evitar reacciones negativas, que no ayuden a la solución de reducir los factores estresantes. El individuo busca la regulación de las consecuencias emocionales causadas por la presencia de los factores estresores. El objetivo es minimizar el impacto en el individuo cuando las estrategias de la primera categoría no funcionan o son insuficientes.
- **Búsqueda de apoyo profesional:** Se realiza mediante la búsqueda de soluciones a través de un profesional de la salud y que está centrado en un área determinada, que genera estrategias y formas para afrontar las situaciones estresantes.
- **Reacción agresiva:** Se genera por la expresión impulsiva, de forma negativa, hacia los demás que presenta la persona ante una determinada situación en un momento dado.

- **Evitación cognitiva:** Esta estrategia busca regular los pensamientos considerados como negativos, por medio del cambio de acciones mediante distracciones y evitar pensar en el problema.
- **Reevaluación positiva:** De esta manera, la persona busca la enseñanza y bienestar psicológico, desarrollando acciones positivas del problema para que sean aplicadas ante determinadas situaciones.
- **Negación:** Es la estrategia donde la persona no acepta el problema y su solución, busca minimizar la situación comportándose como si el problema no estuviera presente.
- **Autonomía:** Estrategia que la persona busca la solución de problemas de manera independiente, sin intervención ni apoyo de otras personas

### **C. Estrés durante las prácticas hospitalarias**

Los hospitales suelen ser campos de trabajo altamente estresantes para los estudiantes o alumnos que realizan su internado hospitalario, puesto que están dispuestos a asumir responsabilidades; en las cuales, están propensos a equivocarse o no poder realizar y resolver de forma oportuna una determinada actividad. De esta manera, el interno de enfermería se enfrenta a situaciones altamente generadoras de estrés, si estas situaciones estresantes no son superadas, puede desarrollarse el estrés en sus diferentes niveles [32].

### **D. Manifestaciones del estrés en el interno de enfermería**

Según Aguilar y Baltazar [33], lo clasifican de dos formas.

- ✓ **Reacciones comportamentales:** se manifiesta a través de nerviosismo, inquietud, sentimientos de tristeza y desesperación, problemas de concentración, sensaciones de abandono, dificultad para expresar sentimientos, agresividad y aumento de irritabilidad.

- ✓ **Reacciones físicas:** el estudiante experimenta dolores de cabeza, trastornos del sueño, cansancio permanente, frotarse, morderse las uñas, rosar diferentes partes del cuerpo, problemas digestivos y fisiológicos.

## **2.2. Definición de términos básicos**

### **2.2.1. Afrontamiento**

Son las múltiples situaciones a las que nos enfrentamos a lo largo de nuestra vida, poniendo en práctica conductas, pensamientos y emociones para conseguir afrontar y dirigir adecuadamente nuestras emociones [35].

### **2.2.2. Estrés**

Conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que se manifiesta en las personas ante cualquier cambio o circunstancia de su vida, ya sean positivas o negativas [34].

### **2.2.3. Estresores**

Son estímulos o situaciones a las que está expuesta una persona, perturbando o alterando el funcionamiento del organismo; es decir, son condiciones ambientales generadoras de estrés [36].

### **2.2.4. Interno de enfermería**

Persona que reside en un centro educativo u hospitalario en la carrera de enfermería [37].

## **CAPÍTULO III**

### **MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1. Ámbito de estudio**

El presente estudio de investigación se realizó en la provincia y distrito de Chota, ubicado en la meseta de Akunta de los Andes peruanos, a una altitud de 2.388 m.s.n.m., a 150 km al norte de Cajamarca y a 212 km al este de Chiclayo y con una extensión de 261,75Km<sup>2</sup> constituyendo así el 6,9% del total de la provincia [38].

La provincia de Chota presenta: latitud 6° 33' 48", longitud occidental de 78°39'29", su clima es templado con una temperatura promedio de 17,8°C. A nivel territorial, se encuentra circundada por los ríos Chotano, San Mateo y Colpamayo, limita por el norte con los distritos de Chiguirip y Conchán, por el oeste con el distrito de Lajas, por el sur con el distrito de Bambamarca (Hualgayoc) y por el este con el distrito de Chalamarca [38].

El ámbito de estudio fueron los internos de enfermería pertenecientes a la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota (UNACH) que realizaron su internado en los hospitales de Cajamarca, Bambamarca, Chota y Cutervo. La UNACH está ubicada en el caserío de Colpa Matara, a 3 km de la ciudad de Chota, a 6° 32' 33.1" latitud sur, 78° 37' 20.3" longitud oeste y una altitud de 2706 m.s.n.m.; fue creada por ley N° 29531, del 11 de mayo del 2010; actualmente cuenta con cinco carreras profesionales, que son: Enfermería, Contabilidad, Ingeniería Agroindustrial, Ingeniería Forestal y Ambiental e Ingeniería Civil [39]; fue licenciada en el año 2018, mediante resolución del Consejo Directivo de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), N° 160-2018-SUNEDU/CD [40].

#### **3.2. Diseño de investigación**

El presente estudio de investigación fue de enfoque cuantitativo, puesto que hizo uso del análisis estadístico, de tipo descriptivo-correlacional porque se dio a conocer la relación entre las variables (factores estresores y

afrontamiento del estrés) y de corte transversal puesto que la recolección de datos se realizó en un solo momento [41].

### **3.3. Hipótesis**

**Hi:** Existe relación significativa entre los factores estresantes y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.

**Ho:** No existe relación significativa entre los factores estresantes y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.

### **3.4. Población, muestra y unidad de estudio**

La población de estudio estuvo conformada por los internos de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota que realizaron su internado hospitalario en los hospitales de Cajamarca, Bambamarca, Chota y Cutervo, durante el año 2024. Teniendo en cuenta que fue una población manejable por el investigador, se trabajó con los 36 internos, y que cumplieron los criterios de inclusión.

#### **Criterios de inclusión**

- Internos de enfermería que realizaron el internado hospitalario en el año 2024.
- Internos enfermería que realizaron sus prácticas hospitalarias por primera vez.
- Internos de enfermería que aceptaron participar en el estudio y firmaron el consentimiento informado para recopilar la información.

#### **Criterios de exclusión**

- Internos de enfermería que realizaron prácticas hospitalarias y pertenecieron a otra institución.
- Interno de enfermería que tuvieron menos de un mes en las prácticas clínicas.

## Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Valor por dimensión	Valor final
Factores estresores	Son estímulos ambientales internos y externos que se presentan durante el proceso de aprendizaje de los internos de enfermería a los que se encuentran enfrentados y a la vez estos alteran o inquietan el funcionamiento del organismo [19].	Falta de competencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pincharme con una aguja infectada</li> <li>• Confundirme con la medicación</li> <li>• Contagiarme a través del paciente</li> <li>• Hacer daño físico o psicológico al paciente</li> <li>• Sentir que no puedo ayudar al paciente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 3 – 5 puntos</li> <li>• No estresante 0 – 2 puntos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 21 - 40 puntos</li> <li>• No estresan 0 – 20 puntos</li> </ul>
		Contacto con el sufrimiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tener que estar con la familia del paciente cuando éste se esté muriendo</li> <li>• Ver morir a un paciente</li> <li>• Tener que hablar con el paciente de su sufrimiento</li> <li>• Tener que dar malas noticias</li> <li>• Encontrarme ante una situación de urgencia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 0 – 2 puntos</li> <li>• No estresante 3 – 5 puntos</li> </ul>	
		Relación con tutores y compañeros	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La relación con los profesionales de la salud</li> <li>• La relación con los compañeros estudiantes de enfermería</li> <li>• La relación con el profesor responsable de prácticas de la escuela</li> <li>• No sentirme integrado/a en el equipo de trabajo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 0 – 2 puntos</li> <li>• No estresante 3 – 5 puntos</li> </ul>	

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encontrarme en alguna situación sin saber qué hacer</li> </ul>		
		Impotencia e incertidumbre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No poder llegar a todos los pacientes</li> <li>• No encontrar al médico cuando la situación lo requiere</li> <li>• Que un paciente que estaba mejorando comience a empeorar</li> <li>• Las diferencias entre lo que aprendemos en clase y lo que vemos en prácticas</li> <li>• Hacer daño físico al paciente</li> <li>• Tener que realizar procedimientos que duelen al paciente</li> <li>• Sentir que no puedo ayudar al paciente</li> <li>• Hacer mal mi trabajo y perjudicar al paciente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 0 – 3 puntos</li> <li>• No estresante 4 – 8 puntos</li> </ul>	
		No controlar la relación con el paciente o usuario	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No saber cómo responder a las expectativas de los pacientes</li> <li>• No saber cómo terminar un tema de conversación</li> <li>• Tener que estar con un paciente con el que es difícil comunicarse</li> <li>• Tener que estar con un paciente terminal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 0 – 1 puntos</li> <li>• No estresante 2 – 4 puntos</li> </ul>	
		Implicación emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Implicarme demasiado con el paciente</li> <li>• Que me afecten las emociones del paciente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 0 – 1 puntos</li> </ul>	

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Que mi responsabilidad en el cuidado del paciente sea importante</li> <li>• Tener que estar con un paciente al que se le ha ocultado una mala noticia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No estresante 2 – 4 puntos</li> </ul>	
		Deterioro de la relación con el paciente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Que el paciente me trate mal</li> <li>• Que el paciente no me respete</li> <li>• Recibir la denuncia de un paciente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 0 – 1 puntos</li> <li>• No estresante 2 – 3 puntos</li> </ul>	
		Paciente o usuario busca una relación íntima	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Que el paciente toque ciertas partes de mi cuerpo</li> <li>• Que un paciente del otro sexo se me insinúe</li> <li>• Cuando el paciente malinterpreta mis atenciones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 0 – 1 puntos</li> <li>• No estresante 2 – 3 puntos</li> </ul>	
		Sobrecarga laboral	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La sobrecarga de trabajo</li> <li>• Recibir órdenes contradictorias</li> <li>• Tener que trabajar con pacientes agresivos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresante 0 – 1 puntos</li> <li>• No estresante 2 – 3 puntos</li> </ul>	

Variables	Definición conceptual	Indicadores	Valor final
Afrontamiento del estrés	Es la capacidad que presenta el individuo para hacer frente a las situaciones estresantes, son esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente variables que se presentan en el individuo [31].	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar el problema y hacer frente.</li> <li>• Si no hiciese las cosas siempre me saldrán bien.</li> <li>• Intente centrarme en los aspectos positivos del problema.</li> <li>• Descargué mi mal humor con los demás.</li> <li>• Cuando pienso en el problema, trato de concentrarme en otras cosas.</li> <li>• Le conté a familiares y amigos como me sentía.</li> <li>• Asistí a la iglesia.</li> <li>• No hice nada correcto puesto que las cosas suelen ser malas.</li> <li>• Intenté sacar algo positivo del problema.</li> <li>• Insulté a ciertas personas.</li> <li>• Realicé otra actividad para olvidarme del problema.</li> <li>• Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar el problema.</li> <li>• Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo.</li> <li>• Comprendí que yo fui el principal causante del problema.</li> <li>• Descubrí en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás.</li> <li>• Fui al cine, cenar, dar unas vueltas, etc. Para olvidarme.</li> <li>• Acudí a la iglesia a rogar que solucionase mi problema.</li> <li>• Hablé con otras personas implicadas para encontrar una solución al problema.</li> <li>• Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afrontamiento adecuado:  126 – 168 puntos</li> <li>• Afrontamiento inadecuado:  0 – 125 puntos</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"><li>• Comprendí que otras cosas diferentes al problema, eran para mi más importante.</li><li>• Hablé con amigos o familiares cuando estuve en problemas.</li><li>• Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema.</li><li>• Experimente personalmente eso de que no hay mal de que por bien no venga.</li><li>• Me resigné de las cosas como eran e intente olvidar.</li><li>• Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor.</li><li>• Luche y desahogue expresando mis sentimientos.</li></ul>	
--	--	---	--

### **3.5. Descripción de la metodología**

#### **3.5.1. Métodos**

##### **Técnicas de recolección de datos**

La técnica que se utilizó en el presente trabajo de investigación es la encuesta, esta permitirá obtener la información requerida en los instrumentos utilizados.

##### **Estrategias de recolección de datos**

Primeramente, se solicitó al Coordinador de la Escuela Profesional de Enfermería la relación de los internos que ya realizaron sus prácticas clínicas en los distintos hospitales elegidos; luego se les identificó a cada uno de los participantes y se le indicó el propósito de la investigación, se solicitó el consentimiento informado y se procedió a recabar la información mediante la aplicación de la encuesta a los internos, la estrategia de recolección de datos, fue de manera presencial y de observación científica participante.

##### **Procedimientos de recolección de datos**

Para la recolección de datos se consideraron los siguientes aspectos:

- Se coordinó con la Escuela Profesional de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, para la entrega de la base de datos de los internos de enfermería.
- Se solicitó al docente responsable del internado de enfermería la autorización y conocimiento sobre la investigación a realizar.
- Se solicitó la aceptación y autorización a través del consentimiento informado de cada uno de los participantes y se realizó la aplicación de los instrumentos de dicha investigación teniendo en cuenta los criterios de inclusión antes mencionados.
- Se empleó un aproximado de 30 minutos en la aplicación de los instrumentos a cada uno de los participantes, y la duración de la aplicación de los instrumentos fue de tres semanas aproximadamente.

### 3.5.2. Materiales

#### Instrumentos de medición

**El primer instrumento** que se utilizó es el “Cuestionario bilingüe factores estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas” cuyos autores originales fueron De Zupira, X, Erizaintza, D y PasealeKua, 2003 [42], modificado por Corvacho FM [15] (**Anexo 2**); dicho cuestionario consta de 9 factores o dimensiones que hacen un total de 40 ítems; las respuestas son dicotómicas tipo Likert de 0 a 1 punto, donde no estresante (0) y estresante (1). La puntuación general fue: si estresan con 21 a 40 puntos y no estresan de 0 a 20, y la su puntuación por dimensión, es:

<b>Factores/ dimensiones</b>	No Estresante	estresante
Falta de competencia.	0 – 2	3 – 5
Contacto con el sufrimiento.	0 – 2	3 – 5
Relación con los estudiantes y tutores.	0 – 2	3 – 5
Impotencia e incertidumbre.	0 – 3	4 – 8
No controlar la relación con el paciente.	0 – 1	2 – 4
Implicación emocional.	0 – 1	3 – 4
Deterioro de la relación con el paciente.	0 – 1	2 – 3
El paciente o usuario busca una relación íntima.	0 – 1	2 – 3
Sobrecarga laboral	0 – 1	2 – 3

Dicho cuestionario bilingüe factores estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas, tuvo una validez concurrente aceptable (0,39 con ansiedad-rasgo); y una alta consistencia interna (alfa de Cronbach= 0,89); además, una fiabilidad considerable 0, 72 a los dos meses y 0,68 a los seis meses [42].

**El segundo instrumento** utilizado en el estudio es la “Escala de evaluación de afrontamiento” de Carver, Scheier y Wientraub, 1989, citado por Valle y Villar, 2015 (**Anexo 3**). Este instrumento evalúa

aspectos motores y conductuales frente a determinadas respuestas del estrés. Consta de 42 preguntas de tipo Likert. Para cada ítem se establecen respuestas como: nunca = 0 puntos, pocas veces = 1 punto, a veces = 2 puntos, frecuentemente = 3 puntos y casi siempre = 4 puntos. La puntuación general se clasifica en: 126 – 168 puntos: afrontamiento adecuado y de 0 – 125 puntos: afrontamiento inadecuado. De igual manera, el instrumento presenta una consistencia interna de correlación que oscila entre 0,45 y 0,92 para los diferentes modos de afrontamiento [43].

### **3.6. Procesamiento y análisis de datos**

Una vez recolectada la información, el procesamiento de datos se realizó de manera electrónica, ingresándose la información a una hoja de cálculo de Microsoft Excel elaborando una matriz de datos, a través del programa SPSS Statistics versión 25.

La estadística descriptiva consistió en identificar las frecuencia absoluta y relativa; tanto para las variables factores estresores y afrontamiento del estrés, mostrados en tablas de frecuencia absoluta y porcentual. El análisis inferencial, consiste en relacionar las variables del estudio a través de la prueba estadística Chi cuadrado, con intervalo de confianza de 95% y un p-valor  $< 0,05$ .

### **3.7. Aspectos éticos y rigor científico**

Los principios éticos utilizados en el estudio fueron propuestos por Polit y Hungler BP [44]. El principio de beneficencia, en el cual se tuvo la intención de actuar en beneficio de los internos de enfermería, sin causar daño alguno; el principio de dignidad humana, donde el investigador respetó y protegió su dignidad e identidad de los internos salvaguardando sus derechos; y el principio de justicia, porque todos los internos tuvieron las mismas oportunidades de ser seleccionados según los criterios de inclusión.

El rigor científico se demostró en la calidad con la que se realizó la investigación, por tal razón, se tuvo en cuenta la confidencialidad, donde se garantizó a los internos de enfermería que la información obtenida fue protegida y no divulgada sin consentimiento de la persona; la credibilidad, hizo referencia a la no alteración de los resultados y la aplicabilidad permitió transferir los resultados de la investigación a otros contextos.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

**Tabla 1. Factores estresores de manera general en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.**

<b>Características</b>	<b>N.º</b>	<b>%</b>
<b>Factores estresores</b>		
No Estresante	7	19,4
Estresante	29	80,6
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>

Fuente: cuestionario bilingüe de factores estresores.

En la Tabla 1, se observa que, el 80.6% de los internos hospitalarios de enfermería experimentan estrés, mientras que, el 19,4% no experimentan estrés.

Estos resultados, son similares al estudio de Corvacho [16], quien encontró que, el 94% de los internos de enfermería se estresan y el 6% no se estresan, esto evidencia que el interno de enfermería está expuesto a situaciones estresantes en el ámbito hospitalario durante las prácticas clínicas; por ende, el estudiante debe tener la capacidad de analizar e implementar estrategias de afrontamiento positivas que ayuden a disminuirlo.

También parecido al estudio de Rojas [15], que muestra que el 59,7% de los encuestados presentaron altos niveles de estrés; y a los de Franco [45], quien reportó que, el 52% presentaron nivel de estrés elevado. Situación que estaría vinculada a las responsabilidades no asumidas de manera adecuada, llegando a experimentar cuadros de estrés.

Los factores estresores son eventos, situaciones o estímulos que desencadenan una respuesta de estrés, varían en duración e intensidad y afectan de distinta manera al individuo [18]. Es por ello que los internos de enfermería, durante las prácticas hospitalarias se enfrentan a exigencias laborales, sobrecarga de trabajo,

falta de apoyo, lidiar con situaciones emocionalmente intensas, nuevos roles de durante el desarrollo de su formación, llevando a la disminución del desempeño laboral, incremento de enfermedades fisiológicas y psicológicas, que afectan su bienestar psicológico y social del individuo [46]. Por tanto, para tener un buen afrontamiento del estrés, el interno de enfermería debe tener las cualidades, características y conocimientos necesarios que le permitan realizar sus actividades con mucha destreza y tomar decisiones positivas durante las prácticas hospitalarias.

Por otro lado, estudios indican que los entornos hospitalarios suelen ser los ambientes más estresantes para los profesionales de la salud; por ello, los internos de enfermería están expuestos a exigencias laborales altamente estresante, debido a los acontecimientos que se enfrentan, como es el caso de: la enfermedad, dolor, sufrimiento, discapacidad, muerte de un paciente, competencia y la necesidad de construir relaciones con diferentes profesionales de la salud en los pacientes para lograr diferentes respuestas a determinadas preguntas, ya sean positivas o negativas. [46]. Por lo tanto, es necesario implementar acciones a nivel institucional y de esta manera mejorar en los internos de enfermería su capacidad de afrontamiento, ante determinadas situaciones estresantes durante las prácticas clínicas.

**Tabla 2. Factores estresores según dimensiones en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.**

<b>Datos</b>	<b>Categoría</b>	<b>Nº = 36</b>	<b>%</b>
Falta de competencia	No estresante	4	11,1
	Estresante	32	88,9
Contacto con el sufrimiento	No estresante	8	22,2
	Estresante	28	77,8
Relación con tutores y compañeros	No estresante	16	44,4
	Estresante	20	55,6
Impotencia e incertidumbre	No estresante	10	27,8
	Estresante	26	72,2
No controlar relación con el enfermo	No estresante	7	19,4
	Estresante	29	80,6
Implicación emocional	No estresante	6	16,7
	Estresante	30	83,3
Dañarse relación con el enfermo	No estresante	13	36,1
	Estresante	23	63,9
El enfermo busca una relación	No estresante	17	47,2
	Estresante	19	52,8
Sobrecarga	No estresante	9	25
	Estresante	27	75
<b>Total</b>		<b>36</b>	<b>100</b>

Fuente: cuestionario bilingüe de factores estresores modificado por Corvacho.

En la tabla 2 se observa que los factores estresores en internos de enfermería según dimensiones, fueron: falta de competencia (88,9%), contacto con el sufrimiento (77,8%), relación con tutores y compañeros (55,6%), impotencia e incertidumbre (72,2%), no controlar relación con el enfermo (80,6%), implicación emocional (83,3%), dañarse relación con el enfermo (63,9%), el enfermo busca una relación (52,8%), y en sobrecarga (75%).

En la dimensión “falta de competencia”, se evidenció que la mayor parte de los internos de enfermería indicaron estar estresados. Estos resultados son similares al de Ruiz [12], donde el 68,4% consideraron a esta dimensión como estresante. Esto indica la falta de capacidad y conocimientos adquiridos durante la formación académica, debido a la diferencia que se percibe en lo que reciben en la teoría y lo que el interno enfrenta después diariamente en el campo laboral; presentando dificultades en la práctica clínica, situación que ocasionaría temor y angustia, ya que se enfrentan a situaciones como el cuidado holístico del paciente, confundirse con la medicación, sentir que no puede ayudar al paciente, temor a contagiarse de alguna afección, generándoles situaciones estresantes [47].

En la dimensión “contacto con el sufrimiento” los internos indicaron esta dimensión como factor estresante, resultado similar al de Cabrera, et al. [20], quienes encontraron que el 91,2% de los internos consideraron esta dimensión altamente estresante. Esto indicaría que el interno de enfermería muestra labilidad emocional, puesto que no se encuentran dispuestos para enfrentar el dolor, el sufrimiento de los pacientes, lo que genera impotencia y perjudica su salud emocional. Por ello, es importante contar con el apoyo emocional del tutor de práctica para enfrentar cualquier situación estresante dentro de las prácticas hospitalarias [48].

Con respecto a la dimensión “relación con tutores y compañeros”, más de la mitad de los internos indicaron como estresante; resultado similar al de Ruiz, et al [12], donde, el 29,6% consideró que esta dimensión generó estrés; también similar al estudio de Arambulo y Sandoval [47], donde nos muestra que más de la mitad de los internos de enfermería consideraron esta dimensión como estresante.

Este estrés podría indicar una deficiencia en la relación interpersonal entre el tutor y el interno de enfermería. En ocasiones, el tutor es percibido como autoritario, lo que provoca que los estudiantes sientan temor al hacer preguntas. Además, el tutor manifiesta su descontento frente a procedimientos mal realizados en presencia de pacientes y familiares, trata mal a los internos y su presencia genera miedo e inseguridad durante la práctica clínica. Por ello, el tutor debe guiar a los internos en los diferentes hospitales donde son asignados, para facilitar el desarrollo de la práctica clínica de manera adecuada [47].

En la dimensión “impotencia e incertidumbre”, el 72,2% manifestó estar estresado; resultado similar a Malpartida y Oviedo [20], quienes encontraron que el 93,9% de los internos de enfermería tienen estrés, afirmando así esta dimensión como fuente generadora de estrés durante las prácticas clínicas.

Esto se debe a que los internos de enfermería enfrentan una gran responsabilidad para la profesión y las personas a quienes van dirigido sus acciones, enfrentándose en la práctica clínica con la defunción del paciente, el contacto con pacientes con enfermedades terminales, el sufrimiento, la relación con el enfermo y su familia y el realizar procedimientos que ocasionen dolor; por lo cual los internos de enfermería se muestran vulnerables e impotentes al no poder ayudar al paciente y a la familia [47].

La dimensión “no controlar la relación con el enfermo”, el 80,6% consideró como una dimensión estresante, resultado similar a Corvacho [16], que evidenció que el 77% de los internos consideraron como un factor estresante; diferente a los reportes de Ruidiaz, et al [12], quienes encontraron en su resultado que el 44,9% lo consideró como un factor estresor. Diferencias se deben probablemente a que los estudios se desarrollaron en contextos diferentes y con sistemas de salud diferenciados durante su formación académica. Por otro lado, los pacientes o familiares en ocasiones son muy observadores, exigentes, sobreprotectores y no quieren ser atendidos por el interno, por temor a que se les haga daño y no desarrollen los procedimientos de manera correcta, de manera que limitan al estudiante el desempeño de sus actividades, generando escenarios estresantes [47]

De igual manera en la dimensión “implicación emocional”, el 83,3% de los internos de enfermería se estresa, reportes similares a los estudios de Corvacho [16], donde el 75% de los internos durante las prácticas hospitalarias lo consideran como una dimensión estresante; también similar al estudio de Arambulo y Sandoval [47], que manifestaron que el 50% consideraron dicha dimensión como factor estresor. Situación relacionada debido a las largas jornadas de trabajo, la sobrecarga laboral y responsabilidad; hechos que repetidas veces repercute en las emociones de los estudiantes, debido a la inexperiencia y no saber controlar sus emociones, lo que

los expone a diversas situaciones que pueden causar estrés y afectar su aprendizaje y rendimiento académico [48].

Según la dimensión “dañarse relación con el enfermo”, el 63,9% de los internos manifestaron que estresa, manteniendo similitud con el estudio de Vega [19], donde el 61% consideró esta dimensión como estresante; de igual manera Corvacho [16], muestra que el 77% de internos hospitalarios manifiesta estrés; del mismo modo, Malpartida y Oviedo [47], indicaron que el 64,4% consideran en situación estresante. Esto indica que no existe buena comunicación entre el interno de enfermería y el paciente, perjudicando la calidad de atención y la mejoría del paciente, creándose un ambiente tenso en el cual el interno no podrá realizar una buena función para que el paciente tenga una buena evolución de su enfermedad. Es por ello, que el interno de enfermería debe tener una buena relación con el paciente, puesto que a diario se enfrentan a exigencias, desafíos y nuevos roles por aprender durante su desempeño laboral [47].

En la dimensión “el enfermo busca una relación sentimental”, el 52,8% de los internos de enfermería lo consideran como estresante, resultados similares a los de Corvacho [16], que manifestó que el 96% de los internos consideraron como un factor causante de estrés; del mismo modo, Ruidiaz et al, muestra que el 48,0% de los internos manifiesta esta dimensión como estresante [12]. Es decir, que el paciente tiene mala interpretación de confianza; en ocasiones el paciente busca una relación íntima con el interno, convirtiéndose en un evento de vulnerabilidad en los estudiantes al ser jóvenes de poca experiencia; por lo que, puede haber ciertas manifestaciones como roces, tocamientos indebidos y piropos sexistas por parte de los pacientes; situación que muchas veces llevan a genera estrés en los estudiantes [47].

Por último, en la dimensión “sobrecarga”, el 75% manifestó que se estresa, resultado similar al estudio de Corvacho [16], quien encontró que el 92% es generadora de estrés; de igual manera al Gil [14], obtuvo un 72,8%, de los internos manifestaron esta dimensión como estresante; sin embargo, fueron diferentes a los reportes de Zelaya [27], que manifestó que el 37% de los internos de enfermería presentó estrés. Esto se debe a la sobrecarga laboral que se genera durante las prácticas clínicas, debido al estar sometido a responsabilidades de actividades en

el ámbito hospitalario como: asignación de casos clínicos, exceso de trabajos asignados por el tutor, fichas farmacológicas, administración de medicamentos y otras tareas asignadas; situación que limita el tiempo del interno para poder prepararse académicamente; por ello, es necesario no saturar de actividades al interno de enfermería para el buen funcionamiento de sus actividades y desempeño laboral [49].

**Tabla 3. Afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.**

<b>Características</b>	<b>N.º</b>	<b>%</b>
Escala de afrontamiento		
Afrontamiento inadecuado	28	77,8
Afrontamiento adecuado	8	22,2
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>

Fuente: Cuestionario Kezkak modificado Valle y Villar.

En la Tabla 3, se muestra que, el 77,8% de los internos hospitalarios de enfermería presentó un afrontamiento inadecuado del estrés, mientras que el 22,2% manifestó un afrontamiento adecuado.

Este resultado es similar al encontrado por Valle y Villar [21], quienes reportaron que, el 84,8% de los internos no presentó un afrontamiento adecuado del estrés, mientras que, el 15,2% sí lo hizo.

También parecido al estudio de Rojas [15], que muestra que, el 78% de los internos de enfermería tuvieron afrontamiento inadecuado y el 22% afrontamiento adecuado. Situación que estaría relacionada con la práctica de la enfermería en el desarrollo de sus tareas en el ámbito del cuidado de la salud, donde vive nuevas experiencias y tienen la oportunidad de estar en contacto permanente con los pacientes o usuarios aplicando medidas preventivas, tratamiento y rehabilitación en los servicios de medicina, pediatría, ginecoobstetricia, emergencia, hospitalización y otros servicios más que se les asigna [15].

Sin embargo, es diferente al estudio de Gómez [15], quien encontró que el 59% de los internos presenta un nivel de afrontamiento adecuado; de igual manera al estudio de Jiménez [48], quien encontró que el 56% de los internos de enfermería presentan un afrontamiento regular 20% inadecuado y el 24% manifestó un afrontamiento adecuado diferencia que podría deberse que el interno se encuentra mejor preparado a nivel práctico, organiza mejor las actividades, hay menos

afluencia de pacientes, mayor cantidad de especialistas, mayor cantidad de insumos equipos tecnológicos teniendo en cuenta referencias a nivel local y regional [49].

El afrontamiento inadecuado hace referencia a una situación en la que el interno de enfermería no es capaz de afrontar eficazmente a los factores estresantes durante el ámbito laboral o no utiliza adecuadamente los recursos de que dispone para hacer frente a determinadas situaciones. Dentro del ámbito hospitalario los factores que podrían intervenir en la falta de afrontamiento, son: los ambientes inadecuados, falta de infraestructura, deficiencia de insumos, falta de material tecnológico, falta de competitividad profesional, conflictos profesionales, problemas familiares, entre otros, que hacen vulnerables a la aparición del estrés [50].

Por ello, el afrontamiento del estrés puede aumentar o disminuir el malestar e incluso afectar el desarrollo de un trastorno de salud o de salud mental a largo plazo [30]. Por ello, el interno de enfermería desde su formación académica debe realizar sus actividades de manera eficaz y eficiente durante las prácticas y aplicar estrategias de afrontamiento para mejorar su aptitud de afrontar y resolver situaciones adecuadas para reducir los efectos negativos del estrés [49].

**Tabla 4. Relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.**

Factores estresores	Afrontamiento del estrés			
	Inadecuado		Adecuado	
	N	%	N	%
No estresante	6	21,4	1	12,5
Estresante	22	78,6	7	87,5
<b>Total</b>	28	100	8	100

Factores estresores / afrontamiento del estrés	Valor	gl	X <sup>2*</sup>
Factores estresores – afrontamiento del estrés	0,316	1	0,574

La tabla 4 muestra que el 78,6% de los internos de enfermería que se estresa presentó un afrontamiento inadecuado. Al establecer la relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés, no se encontró relación significativa, puesto que el p-valor fue > 0,05.

Lo que indica que el mal afrontamiento del estrés se debe a la falta de implementación de estrategias de afrontamiento para mantener el bienestar por parte de los hospitales asignados para la práctica clínica, y poder reducir el impacto negativo de estrés en el organismo. Los factores estresores repercuten durante las prácticas clínicas del interno de enfermería, originando inseguridad durante el desarrollo de sus actividades, reflejan fatiga debido a la regularidad del espacio laboral, sumándose su compromiso laboral a nivel institucional, evaluaciones constantes y tener un tiempo limitado para poder realizar sus actividades, entre otros, ocasionando cambios psicológicos y conductuales, que perjudican su salud mental [51].

El sustento teórico es la teoría del afrontamiento al estrés, que se basa en la relación entre el individuo y su entorno, especialmente como la persona recibe y

afronta situaciones estresantes; con la finalidad, de que la persona establezca conocimientos y comportamientos adecuados que ayuden hacer frente a las diversas dificultades que se presenten durante el desarrollo de su vida [17]. Esta teoría se relaciona con el investigador puesto que influyen en la evaluación que el individuo hace sobre las situaciones estresantes; el estrés y afrontamiento cambia de manera constante de un momento a otro y de una ocasión a otra, el interno debe utilizar los recursos o estrategias de afrontamiento que pueden buscar la adaptación del individuo al entorno.

Sin embargo, la no relación entre los factores estresantes y la forma de afrontamiento del estrés en los internos de enfermería, indicaría que existe otros factores estresores que están influyendo en el afrontamiento al estrés, como las características sociodemográficas, los servicios en el que realiza las prácticas, infraestructura, equipamiento de hospitales, tiempo de internado, falta de talleres de práctica, búsqueda de apoyo [52].

Además, el interno de enfermería está sometido a numerosas situaciones complejas en el ámbito clínico y académico; por ello, el interno debe hacer frente y buscar medidas de apoyo y soporte para afrontar el estrés con éxito. Por otro lado, el interno debe ser una persona segura de sí misma, ya que esta es una cualidad importante como trabajador de la salud. Además, debe tener y utilizar mecanismos de afrontamiento para equilibrar su entorno en respuesta a situaciones negativas percibidas, pudiendo así adaptarse ante la respuesta del entorno de su cuerpo, aumentando sus niveles de estrés [52].

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

- Más de las tres cuartas partes de los internos de enfermería, consideraron a los factores estresores como estresante.
- Los factores estresores en internos de enfermería según dimensiones, fueron: la falta de competencia, contacto con el sufrimiento, relación con los tutores y compañeros, impotencia e incertidumbre, no controlar la relación con el enfermo, implicancia emocional, dañarse la relación con el enfermo, el enfermo busca una relación íntima y sobrecarga.
- Más de las tres cuartas partes de los internos de enfermería, tuvieron afrontamiento inadecuado.
- La mayoría de los internos de enfermería que se estresan tuvieron afrontamiento inadecuado. Además, no se encontró relación significativa entre los factores estresores y afrontamiento del estrés en el interno de enfermería, mediante el Chi cuadrado ( $X^2$ : 0,574; p-valor 0,316).

## **5.2. Recomendaciones**

### **A la Escuela Profesional de Enfermería de la UNACH**

- Realizar talleres de práctica de los procedimientos clínicos más comunes que se realizan en los hospitales, que ayuden a fortalecer y mejorar aprendizaje del estudiante antes de realizar las prácticas clínicas.
- Realizar espacios de diálogo con los docentes a fin de que los alumnos puedan mencionar las dificultades y/o problemas que enfrentan durante la atención al paciente.

### **A los estudiantes de Enfermería de la UNACH**

- Realizar estudios que permitan determinar los factores relacionados con el estrés en los internos para mejorar e implementar estrategias de afrontamiento que ayuden a enfrentar dichas situaciones estresantes.

### **A los tutores o encargados de cada hospital**

- Mantener espacios de comunicación con los internos y dar a conocer las eventualidades, dudas y nuevas experiencias que estén atravesando y descubrir alguna situación compleja que se pueda mejorar o que puedan requerir ayuda.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de La Salud. [Internet]. Ginebra – Suiza, 2022 [consultado 12 octubre del 2023]. Disponible en:  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
2. Organismo Británico de la Salud y Seguridad en el Trabajo. [Internet]. E.E.U.U, 2022 [consultado 12 agosto del 2023]. Disponible en:  
<https://blog.gitnux.com/es/estadisticas-sobre-el-estres-laboral/>
3. Confederación Salud Mental España. La Salud Mental en Cifras. [Internet]. España, 2023 [consultado 12 agosto del 2023]. Disponible en:  
<https://comunicalasaludmental.org/guiadeestilo/la-salud-mental-en-cifras/#mundo>
4. Confederación Salud Mental España. La Salud Mental en Cifras. [Internet]. España, 2023 [consultado 12 agosto del 2023]. Disponible en:  
<https://comunicalasaludmental.org/guiadeestilo/la-salud-mental-en-cifras/#mundo>
5. Estadista. La preocupación por la salud mental aumenta en América Latina. [Internet]. E.E.U.U, 2023 [consultado 15 agosto del 2023]. Disponible en:  
<https://es.statista.com/grafico/28403/evolucion-del-porcentaje-de-personas-que-consideran-la-salud-mental-como-un-problema-principal-de-salud/>
6. Mental Health Mental Health. Salud Mental. [Internet]. España, 2023 [consultado 15 agosto del 2023]. Disponible en:  
<https://nphw.org/Themes-and-Facts/2023-Mental-Health/Mental-Health-Espanol>
7. De Dios J, Varela I, Braschi L, Sánchez E. Estrés en estudiantes de enfermería. Rev. Scielo. [Internet]. Madrid - España, 2017. [consultado 12 agosto del 2023]; 31(3):110-123. Disponible en.  
[http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v31n3/a13\\_ems\\_1067.pdf](http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v31n3/a13_ems_1067.pdf)

8. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra, L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. Rev. Liberabit. [Internet]. Lima – Perú, 2021. [consultado 12 agosto del 2023]; 31(3):110-123. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272021000200005](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272021000200005)
9. Gálvez DP. Carga laboral y su relación con el estrés en los internos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2022. [Tesis de Grado]. [Internet]. Perú: Universidad Norbert Wiener; 2022. [consultado 20 agosto del 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7320/T061\\_76365916\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7320/T061_76365916_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
10. Carmona MS. relación entre el estrés y el rendimiento académico durante la pandemia en los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2022. [Tesis de Licenciatura]. [Internet]. Perú: Universidad de Cajamarca; 2022. [citado 04 de septiembre del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5889/TESIS%20ESTRES%20Y%20RENDIMIENTO%20ACADEMICO%20ANTE%20LA%20PANDEMIA%20EN%20LOS%20ESTUDIANTES%20DE%20LA%20ESCUELA%20ACADEMICO%20PROFESIONAL%20DE%20ENFERMERIA%20DE%20LA%20UIVERSIDAD%20NACIONAL%20DE%20CAJAMARCA%2C%202022.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
11. Silva DS, Méndez PB, Herrera HG, Bravo CP. Factores estresores que afectan a los estudiantes de enfermería en sus prácticas clínicas. Rev. Electrónica Universidad y Sociedad. [Internet]. Chile, 2020. [consultado el 4 de septiembre de 2023], 12(1): 69 – 76. Disponible en: <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/1753/1755>
12. Ruiz KS, Peinado LP, Osorio LV. Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en una institución universitaria de Cartagena

Colombia. Rev. Electrónica Archivo Medico [Internet]. Colombia, 2019. [consultado el 8 de septiembre de 2023], 20(2):437-448. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/09/1118899/15-estres-en-estudiantes-de-enfermeria.pdf>

13. Hernández R, Gonzáles JL, Fernández AM. Estrés y ansiedad al comienzo de las prácticas clínicas en estudiantes de Enfermería. Rev. Fundación Dinlet [Internet]. España, 2020. [consultado el 18 septiembre de 2023], 23(6):50 – 58. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7477497>
14. Gil PL. Factor Estresor en los Internos de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Privada Norbert Wiener; 2020 [consultado el 18 de septiembre de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/3590/T061\\_46907502\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/3590/T061_46907502_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
15. Rojas D. Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés en Internos de Enfermería de un Hospital del Callao. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Callao, Perú: Universidad Privada Cesar Vallejo; 2020 [consultado el 18 de septiembre de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91861/Rojas\\_GD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91861/Rojas_GD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
16. Corvacho FM. Factores estresores en los internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos 2022 [tesis Licenciatura]. Lima - Perú: Privada San Juan Bautista; 2022 [Internet]. [consultado 4 de noviembre 2023], Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/4951/T-TPLECORVACHO%20PEREGRINO%20FLOR%20MARISOL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

17. Gómez V. Teoría del afrontamiento del estrés. Revista Latinoamericana de Psicología [Internet]. 2005 [consultado 28 de febrero 2021]; 37 (1): 207-209. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80537112.pdf>
  
18. Alva Mar Psicología. Los estresores, como identificar nuestras fuentes de estrés. [Internet]. 2023. 2005 [consultado 28 de septiembre 2023]. Disponible en:  
<https://albamarpsicologia.com/estresores-como-identificarlos/>
  
19. Vega E. factores estresores durante las prácticas en estudiantes del cuarto año de enfermería, de la Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional Autónoma de Honduras, Tegucigalpa. [Tesis de Maestría] [Internet]. Tegucigalpa, Honduras: Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, 2018. [consultado 18 de septiembre 2023]. Disponible en:  
<https://repositorio.unan.edu.ni/12157/1/t1083.pdf>
  
20. Cabrera E, Gerbacio PZ, Isidro YM. Factores estresores asociados al estrés académico en los internos de la Facultad de Enfermería UNHEVAL. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Huánuco, Perú: Universidad Nacional Hermilio Valdizán, 2021. [consultado 18 de septiembre 2023]. Disponible en:  
<https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/7152/TENO1191C12.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
  
21. Valle II, Villar JL. relación entre los Factores estresores y afrontamiento del estrés en el interno de enfermería de la universidad nacional del santa, nuevo Chimbote, 2014. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Nuevo Chimbote, Perú: Universidad Nacional del Santa, 2014. [consultado 2 de octubre 2023]. Disponible en:  
<https://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14278/1894/27197.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
  
22. Hernández EP. relación entre la Inteligencia Emocional y la depresión en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Callao, 2022. [Tesis de

Licenciatura] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Nacional del Callao, 2022. [consultado 2 de octubre 2023]. Disponible en:  
<http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/7640/TESIS-HERNANDEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

23. Alvarado CG, Pinduisaca EL. factores que inciden en el desempeño laboral del profesional de enfermería en las Áreas de Hospitalización del Hospital Materno – Infantil, 2019. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Cajamarca, Perú: Universidad de Guayaquil, 2019. [consultado 2 de octubre 2023]. Disponible en:  
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/47012/1/TESIS-1400-ALVARADO-PINDUISACA.pdf>

24. Leukemia y Lymphoma Society. manejo del estrés. [Internet]. SF. [consultado 2 de octubre 2023]. Disponible en:  
<https://infolibros.org/pdfview/14315-manejo-del-estres-leukemia-lymphoma-society/>

25. Fernández E. Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional. [Tesis de Doctorado] [Internet]. España: Universidad de León, 2009. [consultado 10 de octubre 2023]. Disponible en:  
[https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7085/Chipana\\_chm.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7085/Chipana_chm.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

26. Asociación de Psicología Americana. Los distintos tipos de estrés. [Internet]. Estados Unidos, 2010. [consultado 2 de octubre 2023]. Disponible en:  
<https://www.apa.org/topics/stress/tipos#:~:text=El%20manejo%20del%20estr%C3%A9s%20puede,duraci%C3%B3n%20y%20enfoques%20de%20tratamiento.>

27. Zalaya WD. Nivel de estrés durante las prácticas hospitalarias en internas de enfermería del Hospital Nacional Sergio E. Bernales, Comas-2018. [Tesis de

Licenciatura] [Internet]. Comas, Perú: Universidad Cesar Vallejos, 2018. [consultado 10 de octubre 2023]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27989/Zelaya\\_OWD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27989/Zelaya_OWD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

28. Chipana MI. Nivel de estrés laboral y las Estrategias de Afrontamiento que aplica la enfermera de un Hospital del MINSA, Chanchamayo, 2016. [Tesis de Especialidad] [Internet]. Lima – Perú. [consultado 10 de octubre 2023]. Disponible: [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7085/Chipana\\_chm.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7085/Chipana_chm.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
29. Martínez A, Gómez JL. Formalización del concepto de afrontamiento: Una aproximación en el cuidado de la salud. Ene [Internet]. 2017 [consultado 11 de octubre 2023]; 11(3):1-14. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2017000300011&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2017000300011&lng=es). Epub 23-Nov-2017
30. Psicología y Psicoterapia. El afrontamiento: cómo manejar el estrés. [Internet]. 2017. [consultado 10 de octubre 2023]. Disponible en: <https://marisaespina.com/afrontamiento-afrontamos-estres>.
31. Gantiva CA, Luna A, Dávila AM, Salgado MJ. Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad. *Psychologia. Avances de la disciplina* [Internet]. 2010 [consultado 10 de octubre 2023]; 4(1):63-72. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224086006.pdf>
32. Ruidiaz KS, Peinado LP, Osorio LV. Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en una institución universitaria de Cartagena Colombia. *Rev. Electrónica Archivo Medico* [Internet]. Colombia, 2019. [consultado 20 de octubre 2023], 20(2):437-448. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/09/1118899/15-estres-en-estudiantes-de-enfermeria.pdf>

33. Aguilar KJ, Baltazar MC. factores personales asociados con el estrés en las prácticas hospitalarias, estudiantes de enfermería. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Huaraz, Perú: Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo; 2018 [consultado 20 de octubre 2023]. Disponible: [https://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/3628/T033\\_48427241\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/3628/T033_48427241_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
34. Organización Mundial de la Salud. El estrés. [Internet]. Ginebra – Suiza: OMS; 2023. [consultado 20 de octubre 2023].  
<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
35. Centro psicológico. Afrontamiento. [Internet]. SP, 2023. [consultado 20 de octubre 2023]. Disponible en:  
<https://tratamientospsicologicos.es/afrontamiento/>
36. Alva Mar Psicología. Los estresores, como identificar nuestras fuentes de estrés. [Internet]. 2023. 2005 [consultado 20 de octubre 2023]. Disponible en:  
<https://albamarpsicologia.com/estresores-como-identificarlos/>
37. Real Academia de la Lengua Española. Diccionario de la Lengua Española. Madrid, España: Real Academia de la Lengua Española; 2020 [consultado 4 de noviembre 2023]. Estudiante universitario. Disponible en:  
<https://dpej.rae.es/lema/estudiante>
38. Asociación Cultural Ecoturística de Recuperación “Montaña”. Geografía de la Provincia de Chota [Internet]. Chota, Perú: Asociación Cultural Ecoturística de Recuperación “Montaña”; 2011 [consultado 4 de noviembre 2023]. Disponible en:  
<http://www.acermontania.org/geografia/123-geografia-de-la-provincia-dechota>

39. Universidad Nacional Autónoma de Chota. Reseña histórica [Internet]. Chota, Perú: Universidad Nacional Autónoma de Chota; 2016 [consultado 4 de noviembre 2023]. Disponible en:  
<http://www.unach.edu.pe/index.php/universidad/historia>
40. Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria. Resolución del Consejo Directivo N° 160-2018-SUNEDU/CD [Internet]. Lima, Perú: Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria; 2018 [consultado 4 de noviembre 2023]. Disponible en:  
[https://intranet.sunedu.gob.pe/documentos/directorios/290/resolucion\\_consejo\\_directivo\\_160-2018-resuelve-aprobar-el-licenciamiento-institucionalunch.pdf](https://intranet.sunedu.gob.pe/documentos/directorios/290/resolucion_consejo_directivo_160-2018-resuelve-aprobar-el-licenciamiento-institucionalunch.pdf)
41. Supo J. Taxonomía de la investigación (Tipos de investigación) [Internet]. Taxonomía de la investigación. [consultado 4 de noviembre 2023]. Disponible en:  
<https://taxonomiadelainvestigacion.blogspot.com/2012/02/tipos-de-investigacion-exhaustivo-y.html>
42. Zupira X, Erizaintza D, PasealeKua. cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. Revista Gac Sanit [Internet]. España, 2003. [consultado 4 de noviembre 2023], 17(1):37-51. Disponible en:  
<https://scielo.isciii.es/pdf/gsv17n1/orig5.pdf>
43. Valle II, Villar JL. Relación entre los Factores estresores y afrontamiento del estrés en el interno de enfermería de la universidad nacional del santa, nuevo Chimbote, 2014. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Perú - Nuevo Chimbote: Universidad Nacional del Santa, 2014. [consultado 10 de noviembre 2023]. Disponible en:  
<https://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14278/1894/27197.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

44. Polit D, Hungler BP. Investigación científica en ciencias de la salud: principios y métodos. 6ª ed. México: McGraw-Hill; 2000.
45. Franco E. Nivel de estrés nivel de estrés en internos de enfermería modalidad hospitalaria en un hospital público - Lima, 2022. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima Perú: Universidad privada del norte. 2022. [consultado 10 de abril 2024]. Disponible en:  
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/32651/Franco%20Humano%20Estefani.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
46. Aroste NK. Factores estresores en estudiantes de Enfermería que realizan prácticas Pre-profesionales de la Universidad Privada Norbert Wiener. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima - Perú: Universidad Norbert Wiener. 2019. [consultado 10 de abril 2024]. Disponible en:  
<https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/3048/TESIS%20Aroste%20Nataly.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
47. Arambulo CM, Sandoval YC. Estresores percibidos durante las prácticas clínicas en estudiantes de enfermería del II al IX ciclo [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Chiclayo - Perú: Universidad Privada Santo Toribio de Mogrovejo. 2019. [consultado 10 de abril 2024]. Disponible en:  
[https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1818/1/TL\\_ArambuloGamarraClaudia\\_SandovalValderaYadira.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1818/1/TL_ArambuloGamarraClaudia_SandovalValderaYadira.pdf)
48. Tessa R. Dificultades percibidas por los estudiantes de Enfermería en su inserción a la práctica clínica de Enfermería Medicoquirúrgica. Rev. Aladefe. [Internet] 2014; [consultado 23 abril 2024]; 4(4):35-43. Disponible:  
<http://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/137/dificultad-es-percibidaspor-los-estudiantes-de-enfermeria-en-su-insercion-a-la-practica-clinica-de-enfermeriamedicoquirurgica/>
49. Jimenez M. Determinar las estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista 2018.

[Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima – Perú: Universidad San Juan Bautista. 2018. [consultado 12 de abril 2024]. Disponible en:  
<https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/2276/T-TPLEMARIA%20TERESA%20JIMENEZ%20HINOSTROZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

50. Ramírez RL. Determinar el nivel del Síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento frente al estrés en enfermeros en la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima – Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. 2018. [consultado 12 de abril 2024]. Disponible en:  
<file:///C:/Users/usuario/Downloads/DialnetSindromeDeBurnoutYEstrategiasDeAfrontamientoEnDoce-4905126.pdf>

51. Tessa R. Dificultades percibidas por los estudiantes de Enfermería en su inserción a la práctica clínica de Enfermería Médico quirúrgica. Rev. Aladefe. [Internet] 2014; [consultado 19 abril 2024]; 4(4):35-43. Disponible:  
[http://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/137/dificultad es-percibidaspor-los-estudiantes-de-enfermeria-en-su-insercion-a-la-practica-clinica-de-enfermeriamedicoquirurgica/](http://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/137/dificultad-es-percibidaspor-los-estudiantes-de-enfermeria-en-su-insercion-a-la-practica-clinica-de-enfermeriamedicoquirurgica/)

52. Abriejo MY, Delgado JA. Afrontamiento y estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional de Huacho. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima – Perú: Universidad José Faustino Sánchez Carrión. 2024. [consultado 26 de abril 2024]. Disponible en:  
<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/8917/TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

## ANEXOS

### Anexo 1. Consentimiento informado

**Título de la investigación:**

“Relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés en el interno de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024”.

**Objetivo de la investigación:**

Determinar la relación entre los factores estresores y el afrontamiento del estrés en el interno de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.

Yo....., identificado (a) con DNI N° ....., mediante la información dada por el Bach. Enfermería. Ander Tello Cubas, identificado con DNI N° 60715417; acepto brindar la información solicitada por el investigador de manera personal, teniendo en cuenta de que la información obtenida será confidencial y mi identidad no será revelada.

Chota.....de..... del 2024.

-----  
Firma 

## Anexo 2. Instrumento de recolección de datos



UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE CHOTA  
Escuela Académico Profesional de  
Enfermería

“Relación entre los factores  
estresores y el afrontamiento del  
estrés en el interno de enfermería  
de la Universidad Nacional  
Autónoma de Chota, 2024”

### CUESTIONARIO BILINGÜE DE FACTORES ESTRESORES (Zupira X, Erizaintza D y PasealeKua, 2003).

**INSTRUCCIONES:** El presente cuestionario será utilizado sólo para fines de investigación científica. Se le ruega sea sincero(a) en sus respuestas. Muchas gracias por su participación.

**Marcar “x”:** 0 = no estresa, 1 = estresante

N	ITEMS	No estresante	estresante
		0	1
	FALTA DE COMPETENCIA		
1	Pincharme con una aguja infectada		
2	Confundirme con la medicación		
3	Contagiarme a través del paciente		
4	Hacer daño físico o psicológico al paciente		
5	Sentir que no puedo ayudar al paciente		
	CONTACTO CON EL SUFRIMIENTO		
6	Estar con la familia del paciente cuando está a punto de fallecer.		
7	Ver morir a un paciente.		
8	Tener que hablar con un paciente sobre su sufrimiento.		
9	Tener que dar malas noticias.		
10	Encontrarme ante una situación de urgencia		
	RELACIÓN CON LOS TUTORES O COMPAÑEROS		
11	La relación con los profesionales de la salud		
12	La relación con los compañeros estudiantes de enfermería		
13	La relación con el profesor responsable de prácticas de la escuela		
14	No sentirme integrado/a en el equipo de trabajo		
15	Encontrarme en alguna situación sin saber qué hacer		
	IMPOTENCIA E INCERTIDUMBRE		
16	No poder atender a todos los pacientes.		

17	No encontrar al médico cuando la situación lo requiera.		
18	Que un paciente que estaba mejorando comience a empeorar		
19	Las diferencias entre lo que aprendemos en clase y lo que vemos en prácticas		
20	Hacer daño físico al paciente		
21	Tener que realizar procedimientos que duelen al paciente		
22	Sentir que no puedo ayudar al paciente		
23	Hacer mal mi trabajo y perjudicar al paciente		
	NO CONTROLAR LA RELACIÓN CON EL PACIENTE O USUARIO		
24	No saber cómo responder a las expectativas de los pacientes		
25	No saber cómo terminar un tema de conversación		
26	Tener que estar con un paciente y no poder comunicarse		
27	Tener que estar con un paciente terminal		
	IMPLICACIÓN EMOCIONAL		
28	Implicarme demasiado con el paciente		
29	Que me afecten las emociones del paciente		
30	Que mi responsabilidad en el cuidado del paciente sea importante		
31	Tener que estar con un paciente al que se le ha ocultado una mala noticia		
	DETERIORO DE LA RELACIÓN CON EL PACIENTE		
32	Que el paciente me trate mal.		
33	Que el paciente no me respete.		
34	Recibir una queja o denuncia de un paciente		
	PACIENTE O USUARIO BUSCA UNA RELACIÓN ÍNTIMA		
35	Que el paciente toque ciertas partes de mi cuerpo.		
36	Que el/la paciente me acose constantemente.		
37	Cuando el paciente malinterpreta mis atenciones		
	SOBRECARGA LABORAL		
38	Tener sobrecarga de trabajos académicos dentro y fuera del hospital.		
39	Recibir órdenes contradictorias.		
40	Tener que trabajar con pacientes agresivos		

### Anexo 3. Instrumento de recolección de datos



UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE CHOTA  
Escuela Académico Profesional de  
Enfermería

“Escala de Evaluación del  
Afrontamiento del Estrés de los  
Internos de Enfermería”

### ESCALA DE EVALUACIÓN DEL AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (Carver, Scheier y Wientraub. 1989)

**INSTRUCCIONES:** El presente cuestionario será utilizado sólo para fines de investigación científica. Se le ruega sea sincero(a) en sus respuestas. Muchas gracias por su participación.

**I. Marcar “x”:** 0 = nunca, 1 = pocas veces, 2= a veces, 3 = frecuentemente y 4 = casi siempre

#### II. Contenido del instrumento

¿Cómo se ha comportado ante una situación de estrés?

N	Ítems					
		0	1	2	3	4
1	Traté de analizar las causas del problema para hacerle frente					
2	Me convencí de que haga lo que haga las cosas siempre me saldrán bien					
3	Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema					
4	Descargué mi mal humor con los demás					
5	Cuando me viene a la cabeza el problema, trato de concentrarme en otras cosas					
6	Le conté a familiares y amigos como me sentía					
7	Asistí a la iglesia					
8	Traté de solucionar el problema siguiendo algunas soluciones					
9	No hice nada correcto puesto que las cosas suelen ser malas					
10	Intenté sacar algo positivo del problema					
11	Insulté a ciertas personas					
12	Me centré en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema					
13	Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar el problema					
14	Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc)					
15	Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo					
16	Comprendí que yo fui el principal causante del problema					
17	Descubrí en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás					
18	Me comporté de manera hostil con los demás					

19	Salí al cine, cenar, dar unas vueltas, etc. Para olvidarme del problema					
20	Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema					
21	Acudí a la iglesia a rogar que solucionase mi problema					
22	Hablé con otras personas implicadas para encontrar una solución al problema					
23	Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación					
24	Comprendí que otras cosas diferentes al problema, eran para mi más importante					
25	Agredí a algunas personas					
26	Procuré pensar en el problema					
27	Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba en problemas					
28	Tuve fe en que dios remediaría la situación					
29	Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas					
30	Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema					
31	Experimente personalmente eso de que no hay mal de que por bien no venga					
32	Me irrite con alguna gente					
33	Practique algún deporte para olvidarme del problema					
34	Pedí algún amigo o familiar que me indicara cual sería el mejor camino a seguir					
35	Recé					
36	Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema					
37	Me resigné a las cosas como eran					
38	Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor					
39	Luché y desahugué expresando mis sentimientos					
40	Intente olvidarme de todo					
41	Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos					
42	Acudí a la iglesia para poner velas o rezar					

#### Anexo 4. Matriz de consistencia

Título	Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Técnicas de instrumentos
<p>Relación entre factores estresantes y afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.</p>	<p>¿Existe relación entre los factores estresantes y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar la relación entre los factores estresantes y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.</p>	<p><b>Hi:</b> Existe relación significativa entre los factores estresantes y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024. <b>Ho:</b> No existe relación significativa entre los factores estresantes y el afrontamiento del estrés en el interno hospitalario de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024.</p>	<p><b>Técnicas</b> ✓ la entrevista y la observación científica</p> <p><b>Instrumentos</b> ✓ cuestionario bilingüe factores estresores ✓ Escala de evaluación de factores estresores.</p>