



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

TESIS

**“EFECTOS DE LA CURRICULA DE EMERGENCIA Y DESATRES
SOBRE LA ANSIEDAD ANTE LA MUERTE EN EL
PROFESIONAL DE ENFERMERIA QUE LABORA EN EL
AREA DE EMERGENCIA DEL HOSPITAL
VICTOR RAMOS GUARDIA”**

PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD DE:

EMERGENCIAS Y DESASTRES

PRESENTADO POR:

LIC. SONIA LUPE JAMANCA ESPINOZA

CHINCHA-ICA-PERU, 2016

INDICE

Caratula	
Índice	
Introducción	
CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	8
1.1. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA.	8
1.1.1. Identificación del problema.	8
1.1.2. Descripción del problema.	11
1.2. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.	12
1.2.1. Delimitación espacial.	12
1.2.2. Delimitación social.	12
1.2.3. Delimitación temporal.	12
1.2.4. Delimitación conceptual.	12
1.3. PROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN.	13
1.3.1. Problema principal.	13
1.3.2. Problemas secundarios.	13
1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	14
1.4.1. Objetivo general o principal	14
1.4.2. Objetivos específicos.	14
1.5. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN.	14
1.5.1. Justificación.	14
1.5.2. Importancia.	16
1.5.3. Limitaciones.	16
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	17
2.1. Antecedentes del problema	17

2.2.	Bases teóricas	21
2.3.	Definición de términos básicos	37
CAPITULO III: HIPOTESIS Y VARIABLES		38
3.1.	Hipótesis general o principal	38
3.2.	Hipótesis secundarias	38
3.3.	Variables e indicadores	38
CAPITULO IV: METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION		40
4.1.	Tipo y nivel de investigación	40
4.1.1.	Tipo de investigación	40
4.1.2.	Nivel de investigación	40
4.2.	Método y diseño de la investigación	40
4.2.1.	Método de la investigación	40
4.2.2.	Diseño de la investigación	41
4.3.	Población y muestra de la investigación	41
4.3.1.	Población de la investigación	41
4.3.2.	Muestra de la investigación	41
4.4.	Técnicas e Instrumentos de la recolección de información	42
4.4.1.	Técnicas	42
4.4.2.	Instrumentos	43
4.4.3.	Análisis de datos	43
CAPITULO V: ADMINISTRACION DEL PROYECTO DE INVESTIGACION		
5.1.	Recursos (Humanos y Materiales)	44
5.2.	Presupuesto	46
5.3.	Cronograma de Actividades	47

5.4. Referencias Bibliográficas	47
ANEXOS	49
1. Consentimiento informado	50
2. Instrumentos: Encuestas-Cuestionarios-Entrevistas y otros	53

INTRODUCCION

Las áreas de emergencia son espacios donde se requiere personal de enfermería calificado en el manejo de pacientes críticos, ya que en este servicio a diario se tiene que cargar con una gran responsabilidad, debido a que es aquí donde se asumen ciertas medidas para salvar el mayor número de vidas posibles. Frente a esta situación se concluye que el personal de salud está expuesto a diario a situaciones de estrés.

Por tanto el estrés es concebido como la respuesta fisiológica, psicológica y conductual del organismo ante cualquier estímulo estresor o situaciones estresantes donde el individuo intenta adaptarse y ajustarse a las presiones internas y externas que ponen en peligro su equilibrio psicofísico. Los factores que pueden causar estrés están relacionados con el grado de responsabilidad del profesional de la salud, sobrecarga de trabajo y la presión del tiempo, el contacto con la muerte, el sufrimiento, el conflicto y la ambigüedad de roles, el clima organizacional, los horarios irregulares, no tener oportunidad de exponer quejas, inestabilidad laboral, falta de apoyo por parte de los compañeros, problemas de interrelación con el equipo multidisciplinario. Todo ello afecta en la calidad de vida del profesional y su entorno más próximo, así como también en el desempeño laboral disminuyendo la calidad de los cuidados y la productividad.

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática.

1.1.1. Identificación del problema:

El personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock de los hospitales nacionales constantemente evidencian estrés y variaciones en su desempeño laboral producto de su propio trabajo, ya que al área de emergencia y trauma shock llegan todo tipo de pacientes, ya sea por enfermedad crónica, politraumatizados, intoxicados, pacientes referidos de hospitales y/o postas de menor complejidad, etc.; constituyendo un grave problema de salud pública; además que debido a la escasez de recurso humano con que cuentan los hospitales nacionales, las actividades se sobrecargan en el personal de enfermería; razón por la cual los turnos son sumamente saturados de actividades, y debido a ello les genera carga de trabajo y por lo tanto estrés laboral.

Las instalaciones del Hospital Víctor Ramos Guardia no están estructuradas física y técnicamente para proporcionar seguridad y protección a los pacientes, debido a que dicho hospital fue construido pensando en una población que a la actualidad se ha visto multiplicada por casi 20 veces, constituyéndose estos elementos un factor de riesgo en el enfoque de la atención de la enfermera hospitalaria y auxiliar.

Es sabido que el trabajo hospitalario es fuente de estrés, éste es un fenómeno universal que ha tomado importancia en las últimas décadas, y se considera factor determinante en el cual cada individuo presenta

respuestas muy personalizadas, originando diversas patologías físicas y mentales.

El concepto de estrés fue introducido por primera vez en el ámbito de la salud en el año 1926 por Hans Selye, quien lo definió como “la respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor o situación estresante”.

En el ámbito laboral de salud se puede definir (SATSE, 2000) como "la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento de un individuo que intenta adaptarse y ajustarse a presiones internas y externas".

El personal de enfermería que laboran en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia está sometido a situaciones que pudieran causar estrés, como son: la responsabilidad del trabajo, la iluminación defectuosa, espacio inadecuado o insuficiente para las labores a realizar, ausencia de personal médico en situaciones de urgencia, ambigüedad en la asignación de las funciones de enfermería, falta de personal para atender adecuadamente el servicio, sobre carga de trabajo, falta de comunicación entre las compañeras de trabajo sobre los problemas del servicio, información insuficiente o inadecuada con respecto a los pacientes.

Tales eventos o condiciones estresantes que confronta el personal de enfermería del área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia pueden arrojar consecuencias que inciden en el deterioro

eminente de su salud, y por ende una degradación del desempeño laboral que afecta al mismo equipo de salud y también al usuario de esta área.

Algunos factores estresantes que surgen está el hecho de que el personal de enfermería, son en su mayoría del sexo femenino, las cuales no sólo deben cumplir con las exigencias laborales sino también con las domésticas, que la hacen mantener un esfuerzo continuo, sin una reposición adecuada de su capacidad laboral; al no cumplir satisfactoriamente con ambas, puede presentar alteraciones que presumimos están relacionadas con el estrés. Además de las dificultades personales que suelen presentarse como las obligaciones familiares, los deberes con la pareja, falta de habilidad en el manejo de las personas, entre otras.

Por otra parte, muchas de ellas cumplen doble jornada laboral, la cual puede estar generando situaciones estresantes continuas, que aumentan el desgaste corporal y producen fatiga, lo mismo que el esfuerzo muscular continuo que requieren las tareas del hogar pueden convertirse en una situación de estrés.

El Hospital Víctor Ramos Guardia no está aislado de esa problemática puesto que a diario ingresa un promedio de 20 pacientes por servicio y en cada servicio está a cargo en promedio de 1-2 enfermeras según rol de turnos. Por lo tanto de acuerdo a la OMS (Organización Mundial para la Salud) una enfermera tiene que ver: un paciente en estado crítico, dos pacientes en estado semi-crítico y cinco en estado no tan delicado. Y en el Hospital Víctor Ramos Guardia cada enfermera está a cargo de 19 a 37

pacientes por servicio aproximadamente. Lo cual demuestra que la sobrecarga laboral es clave, tomando en cuenta que la calidad de atención que se da a los pacientes aumenta o disminuye en la mejoría de los pacientes, costos hospitalarios, etc.

1.1.2. Descripción del problema:

Debido a que el personal de enfermería que labora en el área emergencia y trauma shock a diario tiene que enfrentarse al estrés propio del manejo de las diferentes patologías de los pacientes que atienden; por lo que con este trabajo, lo que se busca es determinar si los enfermeros que laboran en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia modifican su desempeño laboral cuando se enfrentan a altos niveles de estrés, debido a que algunos estudios mencionan que existe una estrecha relación entre estas dos variables en estudio, es decir si logran dominar el estrés que pueda causar el manejo de las diferentes enfermedades de los pacientes que acuden al área de emergencia y trauma shock, se logrará una mayor eficacia de los procedimientos que se deben realizar.

1.2. Delimitación de la investigación:

1.2.1. Delimitación espacial:

Esta investigación recopilará y analizará la información referente al problema de la relación entre el estrés y el desempeño laboral del personal de enfermería que laboran en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia.

1.2.2. Delimitación social:

El grupo social objeto de estudio son los enfermeros que laboran en el área emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia, ya mencionados, sin hacer ninguna diferenciación de clase social.





1.2.3. Delimitación temporal:

Esta investigación tomara como punto de partida el 1 del mes de enero del 2015 hasta el 31 de julio del presente, por considerar un periodo que permitirá establecer los objetivos planteados.


1.2.4. Delimitación conceptual:

El presente proyecto tiene una cobertura a nivel de especialidad en Emergencias y desastres de la Universidad Autónoma de Ica 2015, que pretende desarrollar profesionales de enfermería capaces de actuar rápida y oportunamente ante cualquier paciente que llegue a la emergencia y trauma shok del Hospital Víctor Ramos Guardia con la finalidad de salvarle la vida.

Académicamente, el proyecto se encuentra enmarcado dentro del área de Emergencias y desastres de la carrera de Enfermería aplicando conocimientos de las siguientes áreas:

-  Metodología de la investigación
-  Enfermería
-  Especialidad en Emergencias y Desastres
-  Investigación en Emergencias y Desastres

 Estadística

 Formulación y elaboración de proyectos.

 Psicología

 Estrés

 Desempeño laboral del personal de enfermería

1.3. Problemas de investigación:

1.3.1. Problema principal:

¿Cuál es la relación entre el estrés y el desempeño laboral del personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia?

1.3.2. Problemas secundarios:

- ¿Cuál es el nivel del estrés en el personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia?
- ¿Cuál es el nivel del desempeño laboral en el personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia?

1.4. Objetivos:

1.4.1.1. Objetivo General:

Identificar la relación entre el estrés y el desempeño laboral del personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia.

1.4.1.2. Objetivos Específicos:

✚ Determinar el nivel del estrés en el personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia.

✚ Conocer el nivel del desempeño laboral en el personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia.

1.5. Justificación e importancia de la investigación:

1.5.1. Justificación:

Los profesionales de la salud deben prestar un óptimo servicio a la comunidad, para ello además de los conocimientos teóricos y prácticos que deben poseer, deben contar con un equilibrio mental y físico que les permita ejercer su actividad de una manera eficiente y ser efectivo en la práctica diaria de atención a los pacientes.

Particularmente las enfermeras por su constante relación con los enfermos están sometidas a una responsabilidad consigo mismas, con el hospital y con los familiares del paciente. Esta responsabilidad lleva ansiedad la cual incide sobre su vida familiar y sus actividades personales, y puede llegar a determinadas conductas y respuestas emocionales que pueden tener dificultades en su capacidad para brindar atención adecuada, sobre su bienestar emocional y su vida particular.

En la época contemporánea encontramos a las personas sometidas a un ritmo de vida sumamente acelerado, donde las exigencias de las esferas individual, social y laboral son elevadas, aún más al referirse al género femenino que en la actualidad cumple cabalmente diferentes roles. En el caso particular de las enfermeras, como una de las profesiones

sanitarias ejercida fundamentalmente por mujeres, es un caso típico de personas sometidas a estrés, ya que deben enfrentar diariamente situaciones muy complejas, derivadas de la responsabilidad en el trabajo, de las condiciones físicas donde el mismo se ejerce, de las relaciones con los compañeros de trabajo y otros miembros del equipo de salud, con los pacientes y sus familiares, etc., conjugado todo ello con su vida particular.

Todos estos hechos inducen a pensar que es necesario preparar a las enfermeras para afrontar todas las exigencias de su vida familiar, laboral y por ende el estrés que tales tensiones generan.

Por otra parte es importante involucrar a las autoridades competentes del Departamento de Enfermería para la planificación y organización de actividades que promuevan el descenso del posible nivel de estrés favoreciendo así a un óptimo rendimiento de su personal.

Por todo lo antes expuesto, se ve la necesidad de investigar cómo repercute el estrés laboral en el desempeño laboral de las enfermeras del Hospital Víctor Ramos Guardia, siendo su profesión de vital importancia tanto para el hospital donde laboran como para las personas de bajos recursos que tienen que acudir a hospitales nacionales por no poder costearse servicios hospitalarios privados.

1.5.2. Importancia.

La importancia del tema radica en establecer si hay relación entre el nivel del estrés y el desempeño laboral del personal de enfermería y de esta manera en el manejo del paciente debido a la necesidad del cuidado especializado de este el tipo de paciente.

Es así que el cuidado del paciente ha evolucionado hacia una especialidad que requiere formación en conocimientos especializados subrayando la autonomía profesional, la responsabilidad y toma de decisión en el personal del que hacer de enfermería en estas unidades para el logro de metas de calidad en la prestación de servicios de salud.

1.5.3. Limitaciones:

En relación al estudio:

- ✚ La poca apertura de la institución para el desarrollo de la investigación.
- ✚ Susplicacia de los sujetos al momento de contestar el instrumento.

CAPITULO II: MARCO TEORICO

1.1. Antecedentes del problema:

Savio¹ (2008), en EEUU, en el artículo "El Síndrome de Burnout, un proceso de estrés laboral crónico", cuyo objetivo fue desarrollar el tema del Burnout como un proceso de estrés laboral crónico. Concluye identificando las consecuencias que el síndrome presenta tanto a nivel personal como organizacional. Se describe su impacto sobre distintas áreas de la vida de la persona. Se aprovecha la discusión para reflexionar acerca de sobre quién recae la responsabilidad de encontrar alternativas para la prevención del síndrome.

González y Quiroa², México, en la tesis "Consecuencias del Estrés Laboral hacia la institución", cuyo objetivo fue medir el nivel de estrés que puedan presentar los empleados de este lugar. Los autores refieren que la influencia del estrés dentro del ámbito laboral afecta de manera significativa el desempeño en la empresa y esta situación se relaciona con algunos trastornos como de ansiedad, el cual puede ser una reacción normal al momento de enfrentarse a situaciones diversas de vida, pero en el momento de que esta se da en exceso altera la vida de las personas y puede convertirse en una seria enfermedad. Concluyeron en que el estrés puede llegar a ser positivo si se maneja de manera adecuada e incluso apoya al trabajador en la realización de sus tareas, pero si sobrepasan los parámetros normales se corre el riesgo de tener consecuencias negativas como la falta de actividad física y mental. Como principal recomendación establecieron brindar más atención a los colaboradores de la institución para mejorar su desempeño y reducir el estrés.

Flores M., Troyo R, Valle M, Vega G.³ En “Ansiedad y estrés en la práctica del personal de enfermería en un hospital de tercer nivel en Guadalajara” estudiaron el grado de estrés y ansiedad y sus consecuencias en la práctica profesional de la enfermera, así como su relación con la salud y la eficiencia laboral. Concluyendo que es necesario un programa de intervención preventiva en el personal de enfermería con mayores condiciones estresantes para contribuir a reducir sus manifestaciones de estrés y ansiedad para mejorar la calidad de la práctica profesional.

Seguel F, Valenzuela S.⁴ En el trabajo titulado “Relación entre la fatiga laboral y el síndrome burnout en personal de enfermería de centros hospitalarios” estudiaron la relación que existe entre la fatiga laboral y el síndrome de burnout en el personal de enfermería (profesional de enfermería y técnicos paramédicos), de dos hospitales del sur de Chile. Concluyendo que es necesario poner atención a la presencia de la fatiga en el personal de enfermería, pues puede ser indicio del desarrollo del síndrome de burnout y evaluar cada servicio del centro asistencial de acuerdo con sus características.

Luengo C, Astudillo A. Contreras S.⁵ En “Relación Entre los Cambios del Ambiente Laboral Ocasionados Post-evento Sísmico del 27 Febrero 2010 y la Presencia de Ansiedad y Estrés Laboral en el Profesional de Enfermería” cuyo objetivo fue determinar la relación entre síntomas de ansiedad y estrés laboral en el profesional de enfermería de dos establecimientos hospitalarios de la Provincia de Ñuble, Chile. Hallándose que el 56,25% de los sujetos presentó síntomas de ansiedad, un 59,38% de depresión, el 84,38% un nivel medio de estrés. La modificación del espacio físico fue el cambio más estresante. El cambio en la

calidad de los insumos utilizados, patología de los usuarios y en el flujograma de atención se asocia estadísticamente con la presencia de estrés en los profesionales de enfermería. Concluyéndose que el evento sísmico ocasionó diversas modificaciones en el ambiente laboral, cuyos cambios pueden ser relacionados con la generación de ansiedad en el profesional de enfermería, que es un pilar fundamental de todas las atenciones de salud; por tanto, en la medida que tengan buena salud mental sus prestaciones serán más efectivas, eficaces y oportunas, incrementando la calidad en la atención a los usuarios.

Ávila J., Gómez L, Montiel M.⁶ En el trabajo titulado “Características demográficas y laborales asociadas al Síndrome de Burnout en profesionales de la salud” Estudiaron la relación entre variables demográficas y laborales con la ansiedad en una muestra de 99 profesionales de la salud de dos clínicas privadas de la ciudad de Montería (Costa Caribe, Colombia). Los resultados señalan que alrededor del 29,3% de la muestra presenta ansiedad, las cuales se relacionan con el número de horas de trabajo diario y el servicio clínico desempeñado. También se observaron diferencias de acuerdo al que se da con más frecuencia en las mujeres. Concluyendo que en el medio profesional colombiano, el profesional sanitario se ve expuesto con frecuencia a la sintomatología propia de la ansiedad, afectando especialmente su nivel de identificación con el paciente y su rendimiento emocional. La mayoría las condiciones laborales y demográficas no se relacionan con la experiencia de desmoralización individual en el trabajo, conllevando a la necesidad de exploración de los recursos personales y psicológicos.

Díaz I, Gaviria K.⁷ en la tesis titulada “Estrés laboral y su relación con el desempeño profesional en el personal de enfermería del Hospital II-2 Tarapoto. Abril – Julio 2013”. Estudiaron la relación que existe entre el desempeño laboral y el desempeño profesional, cuya población estuvo constituida por 60 profesionales de enfermería. Hallándose que el 28.3% de la población en estudio mostraron estrés en ciertas situaciones laborales. Siendo el 10% con estrés laboral y nivel bajo de desempeño profesional, mientras que el 18.3 % con estrés laboral y nivel medio de desempeño profesional. Concluyéndose que existe relación significativa entre el estrés laboral y el desempeño profesional del personal de enfermería del Hospital II- 2 Tarapoto.

Encala y Zerraga⁸ en el artículo “Factores que desencadenan el estrés y sus consecuencias en el desempeño laboral en emergencia”, cuyo objetivo fue estudiar detenidamente las situaciones desencadenantes del estrés. Concluyen en que si las ocupaciones u obligaciones asignadas van más allá de la capacidad de realizarlas de parte del individuo como un trabajo apresurado, peligroso, riesgo económico o alta responsabilidad pueden causar muchos más factores estresantes que al momento de darse con menor exigencia.

1.2. Bases teóricas

1.2.1. Estrés

1.2.1.1. Definición del estrés

Según la Organización Mundial de la Salud⁹ se puede considerar al estrés como el “conjunto de reacciones fisiológicas que preparan el organismo para la acción”. Así como también, el proceso que se pone en marcha cuando una persona percibe una situación o acontecimiento como

amenazante o abundante de sus recursos. El estrés no siempre tiene consecuencias negativas, en ocasiones representa una excelente oportunidad para poner en marcha nuevos recursos personales, fortaleciendo así la autoestima e incrementando las posibilidades de éxito en ocasiones futuras. Un mismo hecho no resulta igual de estresante para todas las personas, ni siquiera en todas las circunstancias o momentos de la vida para el mismo sujeto ni aún en el trabajo.

La biología y la medicina¹⁰ han incorporado el término “stress” (que en lenguaje técnico como vocablo inglés designa “una fuerza que deforma los cuerpos o provoca tensión”), como “el proceso o mecanismo general con el cual el organismo mantiene su equilibrio interno, adaptándose a las exigencias, tensiones e influencias a las que se expone en el medio en que se desarrolla”.

Según Selye¹¹ el estrés "es la respuesta no específica del organismo a toda demanda que se le haga", esto implicaría la interacción del organismo con el medio ambiente, ya sea éste otro organismo o el medio en que nos desenvolvemos, lo que nos podría llevar a definir el estrés según el estímulo (a), la respuesta (b) o el concepto estímulo-respuesta (c).

(a) Estrés es la fuerza o el estímulo que actúa sobre el individuo y que da lugar a una respuesta de tensión.

(b) Estrés es la respuesta fisiológica o psicológica que manifiesta un individuo ante un estresor ambiental.

(c) Estrés es una consecuencia de la interacción de los estímulos ambientales y la respuesta idiosincrásica del individuo.

Selye para llegar a estas conclusiones se basó en dos teorías previas:

1.- La teoría de BERNARD (1956): sobre la tendencia que tiene todo organismo a mantener constante su medio externo.

2.- La teoría de CANNON (1932): sobre la homeostasis, es decir, la capacidad que posee el organismo para permanecer estable y mantener un adecuado equilibrio interno.

Al mencionar la evaluación o atribución de estrés no podemos dejar de lado la definición de Richard Lazarus¹²: “estrés es el resultado de la relación entre el individuo y el entorno, evaluado por aquel como amenazante, que desborda sus recursos y pone en peligro su bienestar”.

Cuando estas respuestas se realizan en armonía, respetando los parámetros fisiológicos y psicológicos del individuo, es adecuado en relación con la demanda y se consume biológica y físicamente la energía dispuesta por el Sistema General de Adaptación, adoptamos el concepto de “estrés” como “eustrés”.

Cuando por el contrario las respuestas han resultado insuficientes o exageradas en relación con la demanda, ya sea en el plano biológico, físico o psicológico, y no se consume la energía mencionada, se produce el “distrés”, que por su permanencia (cronicidad) o por su intensidad (respuesta aguda) produce el Síndrome General de Adaptación.

Hasta llegar a la enfermedad de adaptación o enfermedad psicosomática por distrés, el sistema deberá pasar por las fases de alarma, resistencia y agotamiento.

1.2.2. Orígenes del estrés

La palabra estrés¹³ deriva del griego STRINGERE, que significa provocar tensión. Esta palabra se utilizó por primera vez en el siglo XIV y a partir de entonces se empleó en diferentes textos en inglés como STRESS, STRESSE, STREST y STRAISSE.

El concepto de Estrés¹¹ se remonta a la década de 1930, cuando un joven austriaco de 20 años de edad, estudiante de segundo año de la carrera de medicina en la Universidad de Praga, Hans Selye (1907 – 1982), hijo del cirujano austriaco Hugo Selye, observó que todos los enfermos a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad propia, presentaban síntomas comunes y generales: cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, etc. Esto llamó mucho la atención a Selye, quien le denominó el "Síndrome de estar Enfermo".

Cannon¹⁴ en 1922 propuso el término homeostasis (del griego homoios, similar y stasis, posición) "Conjunto de fenómenos de autorregulación, que conducen al mantenimiento de la constancia en la composición y propiedades del medio interno de un organismo" para designar los procesos fisiológicos coordinados que mantienen constante el medio interno mediante numerosos mecanismos fisiológicos.

En 1939 adopta el término stress, y se refirió a los "niveles críticos de estrés", los cuales definió como aquellos que podrían provocar un debilitamiento de los mecanismos homeostáticos. Cannon insistió en especial sobre la estimulación del Sistema Nervioso y en la descarga de Adrenalina por las Glándulas suprarrenales que se produce cuando hay agresiones, ya que este proceso autónomo provoca a su vez modificaciones cardiovasculares que preparan al cuerpo para la defensa. Son éstas quizás las referencias más importantes en las cuales se basa Selye para sus experiencias y la evolución de sus estudios con respecto al Síndrome General de Adaptación y su enorme repercusión en los diferentes órganos de los seres humanos, como así también de los animales.

1.2.2.1. Niveles del estrés¹⁵

Escala de estrés de Holmes y Rahe:

En 1967, Holmes y Rahe inventaron una escala de estimación del reajuste social a través del cual media el estrés. La cual fue adaptada a la población de estudiantes, siendo modificada y aprobada por el psicólogo clínico del "Centro de Salud Mental Moisés Heresi", Doctor Ernesto Cazorla. La escala consta de 40 acontecimientos o sucesos vitales acaecidos en el último año, a los cuales se les asigna valores (UCV) relacionados con la cantidad de estrés, de tal manera que relaciona la acumulación de los cambios de vida que totaliza el estrés con la probabilidad de presentar manifestaciones psicósomáticas. De acuerdo a los puntajes obtenidos se presenta los siguientes niveles de estrés.

- ✚ Estrés Normal: Estrés dentro de los límites normales, cuando existe el 0% de posibilidad de presentar manifestaciones psicósomáticas. Va de 0 a 149 UCV
- ✚ Estrés Leve: Cuando existe el 33% de posibilidad de presentar manifestaciones psicósomáticas. Va de 150 a 199 UCV
- ✚ Estrés Moderado: Cuando existe el 50% de posibilidad de presentar manifestaciones psicósomáticas. Va de 200 a 299 UCV
- ✚ Estrés Severo: Cuando existe el 80% de posibilidad de presentar manifestaciones psicósomáticas. Va de 300 a más UCV

1.2.2.2. Teorías del estrés

1.2.2.2.1. La perspectiva de Selye¹¹

Desde el principio de la década de 1930 hasta el año de su muerte, en 1982, Hans Selye investigó y popularizó el concepto del estrés, destacando su relación con las enfermedades físicas, concientizando a la opinión pública acerca de la importancia del estrés.

En el transcurso de su carrera, Selye consideró inicialmente el estrés como un estímulo y posteriormente lo contempló como respuesta. Su postura original partía de la base de que el estrés era un estímulo, centrándose en las condiciones medioambientales que lo producían. En la época de 1950, Selye empezó a utilizar el término estrés para referirse a una respuesta desarrollada por el organismo. Para distinguir ambos elementos, Selye empezó a utilizar los términos estresor para referirse al estímulo y estrés para designar las respuestas.

Entre las contribuciones de Selye a la investigación del estrés se incluye el concepto de estrés y un modelo que explica de qué manera se defiende el cuerpo en situaciones estresantes. Selye conceptualiza el estrés como una respuesta no específica, insistiendo reiteradamente en que el estrés es una respuesta física general provocada por uno de tantos estresores medioambientales. Selye consideraba que una gran variedad de situaciones distintas podían probar la respuesta del estrés, pero que dichas respuestas serían siempre las mismas

1.2.2.2.2. La perspectiva de Lazarus¹²

De acuerdo a la perspectiva de Lazarus, es más importante interpretar los acontecimientos estresantes. Según Lazarus el estrés no proviene de factores medioambientales, sino en la forma en que la persona mira la situación psicológica.

✚ Factores Psicológicos: los seres humanos experimentan estrés, ya que poseen capacidades cognitivas de alto nivel. Según Lazarus (1984,1993) el efecto que el estrés tiene sobre las personas está basado en la sensación de amenaza, vulnerabilidad y capacidad para afrontar el estrés; la visión que la persona tiene de los acontecimientos hace que la situación resulte estresante.

✚ Valoración: Lazarus reconoce que las personas utilizan tres clases de valoración: la primaria es cuando las personas se enfrentan por primera vez a una situación, al hacerse una idea de cómo controlar el peligro surge la valoración secundaria, y cuando se hace una

reevaluación al disponer de nueva información surge la tercera evaluación.

✚ La Vulnerabilidad: El estrés puede aumentar cuando la persona carece de recursos físicos o sociales en una situación de importancia personal determinada por factores psicológicos, como la percepción o evaluación de la situación. La vulnerabilidad aparece cuando la falta de recursos crea una situación probablemente amenazante o peligrosa.

✚ Afrontamiento: Es importante señalar que uno de los factores de la teoría del estrés de Lazarus es la capacidad o incapacidad de afrontar una situación estresante.

1.2.2.3. Fases del estrés¹¹⁻¹⁶

El organismo del ser humano está dotado de la capacidad para detectar las señales que indican peligro es como una voz de alarma. El estrés consta de tres fases desde que aparece hasta alcanzar su máximo efecto.

1.2.2.3.1. Fase de alarma

Es la que constituye el aviso de un estresor, y son las reacciones físicas las primeras que aparecen para indicar al organismo. Una vez consciente de la situación la persona puede enfrentarlo y resolverlo favorablemente; con esto la señal del estrés no llega a concluirse; pero cuando la persona no logra solucionarlo es donde se da cuenta que sus fuerzas no dan para más ante la situación estresante de modo que se sitúa en la fase de alarma. Los eventos que producen esta alarma pueden ser: de naturaleza única, una sola fuente de estrés; o de naturaleza polimorfa que tiene varias situaciones estresantes que producen estrés. (Gestoso, 2000).

1.2.2.3.2. Fase de resistencia

Esta fase se presenta como resultado de la prolongación de la fase de alarma. La persona intenta enfrentar la situación estresante pero muchas veces se da cuenta que su capacidad tiene límite y es cuando se frustra y sufre como consecuencia de la situación, por lo tanto pierde energía y baja su rendimiento. Aunque su deseo de hacer el trabajo le da ánimo para afrontarlo pero en la realidad materialmente no es posible por lo tanto la situación se ve acompañada de ansiedad por un posible fracaso.

1.2.2.3.3. Fase de agotamiento

Se caracteriza por fatiga, ansiedad y depresión apareciendo simultánea o separadamente. La persona en esta fase de agotamiento se encuentra en una situación física y psicológica bastante deteriorada, por la constante presencia de estresantes de diferentes orígenes.

Fatiga: cansancio difícilmente restaurable con el sueño nocturno, que afecta el desempeño de todo tipo de actividades, acompañado de nerviosismo, irritabilidad, tensión e ira.

Ansiedad: se da ante situaciones estresantes y también ante experiencias que normalmente no producirían ansiedad.









Depresión: la persona no posee motivación para disfrutar de sus actividades diarias, sufre de insomnio, sus pensamientos son pesimistas, y los sentimientos hacia sí mismo son cada vez más negativos.

1.2.2.4. Factores desencadenantes del estrés ¹¹⁻¹⁶

El origen del estrés puede considerarse como de naturaleza externa o interna. Cuando los agentes externos o ambientales son excesivamente fuertes, hasta los individuos mejor capacitados pueden sufrir estrés. Cuando alguien es muy frágil psicológicamente, aún los agentes estresantes más ligeros le afectan de modo considerable.

Según el material de Melgosa la gente es la principal fuente de estrés por lo contrario, estar solo es también altamente estresante dependiendo de las circunstancias.

Según Melgosa las ocupaciones con elevado nivel de estrés son:

-  **Médico**
-  **Enfermeras**
-  **Auxiliares de enfermería**
-  **Piloto**
-  **Policías**
-  **Madre de niños pequeños**
-  **Maestro**
-  **Empresario, entre otros.**

Según Selye la predisposición que tengamos a determinadas enfermedades afectará en alguna medida cuando haya un nivel de estrés, por ejemplo la madre de un niño padece Lumbago (dolor parte inferior de la espalda) y presenta estrés por la responsabilidad, las tareas de casa el cuidado del niño etc, esto viene a generar un dolor intenso producido por el estrés y por la predisposición al dolor en esa zona del cuerpo.

1.2.3. Estrés laboral ¹⁷

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) se refiere al estrés laboral en los siguientes términos: “Esta enfermedad es un peligro para las economías de los países industrializados y en vías de desarrollo. Resiente la productividad, al afectar la salud física y mental de los trabajadores”. Según Kalimo, “múltiples estudios epidemiológicos han demostrado que la salud está relacionada con factores psicosociales presentes en el trabajo y que la función de esos factores, tanto con respecto al estado de salud como a las causas de la enfermedad, es de alcance relativamente general. Los factores psicosociales pueden contribuir a causar y agravar una enfermedad e influir en los resultados de las medidas de curación y rehabilitación”.

Se ha planteado muchas veces la idea de que estos factores no afectan a todos por igual y plantean el problema desde el concepto exclusivo de la vulnerabilidad. No obstante, habrá que tener en cuenta que cuando los factores psicosociales son intensos, es menor la importancia de la vulnerabilidad individual, al igual que la resistencia individual a padecer enfermedades infecciosas, por ejemplo, no invalida combatir las mismas, aunque sólo afecte a una parte de la población.

El estado de agotamiento emocional y estrés producido por el trabajo constituye en la actualidad un problema de salud mental que afecta a muchas personas. Entre los profesionales afectados con mayor frecuencia se encuentran los trabajadores de la salud, profesores y policías. Una de las dificultades esenciales en el enfrentamiento del burnout y del estrés es

el hecho que en la mayoría de los casos, ni los afectados ni quienes los rodean reconocen a tiempo esta situación como un problema en su salud mental.

Existen muchos estudios que señalan que el estrés propio de los profesionales de la salud es mayor que el que se asocia a otras ocupaciones (Conasida, 2001). Se espera que los niveles de estrés laboral sean altos, debido a que estos profesionales se enfrentan a diario a situaciones como el dolor, la muerte, la enfermedad terminal, situaciones límite de otras personas, muchas veces con la sensación de poder hacer poco o nada. Además, estas situaciones vienen definidas por la urgencia y la toma de decisiones inmediatas en cuestiones de vida o muerte.

Pese a que poseen elementos comunes, se hace necesario distinguir a nivel cualitativo entre estrés laboral y burnout. En ese sentido, el burnout no es un proceso asociado a la fatiga, sino a la desmotivación emocional y cognitiva que sigue al abandono de intereses que fueron importantes para la persona en algún momento. El alto nivel de estrés y la insatisfacción laboral asociada al burnout constituyen los aspectos que más destacan en cuanto a la salud mental de los trabajadores de la salud.

El estrés laboral se ha definido como una relación entre una persona y su entorno laboral que es percibido como impuesto, o excediendo sus recursos y poniendo en peligro su bienestar (Conasida, 2001), e implica una interacción desfavorable entre los atributos del trabajador y las condiciones de trabajo que conducen a trastornos psicológicos, conductas insanas y finalmente a enfermar. En este sentido, se enfatiza que el estrés

laboral es un proceso interactivo entre características individuales y estresores físicos y psicosociales del ambiente laboral. Sus efectos psicológicos incluyen tanto distrés emocional (ansiedad, burnout, etc.) como cambios conductuales (uso de alcohol, fumar, cambios alimenticios). Además, la exposición continuada a situaciones de estrés laboral puede exponer a problemas médicos crónicos (hipertensión, depresión crónica, etc.).

Se han descrito siete categorías de fuentes de estrés para este grupo de profesionales (Conasida, 2001):

- ✚ Los conocimientos y la tecnología.
- ✚ Las relaciones interpersonales.
- ✚ La naturaleza de los pacientes a quienes se presta la atención.
- ✚ El ambiente físico de trabajo.
- ✚ Las condiciones administrativas.
- ✚ La gestión de la unidad.
- ✚ Los eventos críticos.

1.2.3.1. Repercusiones provocadas por el estrés laboral¹⁷⁻¹⁹

Efectos del estrés en nuestra vida: El estrés que, en situaciones apropiadas puede salvarnos la vida, se convierte en un enemigo mortal cuando se extiende en el tiempo. Para muchos, las condiciones de hacinamiento, las presiones económicas, la sobrecarga de trabajo, el ambiente competitivo, etc., son circunstancias que se perciben inconscientemente como amenazas.

Esto les lleva a reaccionar a la defensiva, tornándose irritables y sufriendo consecuencias nocivas sobre todo el organismo pues eleva la presión sanguínea (hipertensión arterial), susceptibilidad a los resfriados o las dolencias víricas, dolores de cabeza provocados por la tensión, migrañas, trastornos respiratorios, aumenta el riesgo de los problemas de los trastornos cardiacos, diabetes, asma, colitis o síndrome del colon irritable, y cáncer. Gastritis y úlceras en el estómago y el intestino (úlcera gastroduodenal), disminución de la función renal, problemas del sueño, alteraciones del apetito, agotamiento, dolores de espalda, entre otros.

Por otra parte, el efecto del estrés en el matrimonio y en la familia “Cada vez es más frecuente que las familias ya ni se vean, ni se hablen, ni convivan, pues nadie tiene ni tiempo, ni ganas de hacerlo. Todos y cada uno están en sus ocupaciones y si no, tratando de descansar unos momentos antes de enrolarse nuevamente en alguna otra actividad”. (Prieto, 2004).



El agotamiento físico y mental también es característico en el individuo que sufre este trastorno, puesto que la persona que lo padece varía sus hábitos alimenticios y consume una dieta desequilibrada que se traduce en falta de energía para afrontar el día. Todas estas dolencias pueden tratarse. Sin embargo, existen otras asociadas al estrés en el trabajo que pueden resultar mucho más graves. Este problema puede precipitar la aparición de la depresión, una patología que llega a incapacitar al paciente y puede inducir pensamientos suicidas. Las enfermedades coronarias son también una consecuencia común del estrés. De hecho, un estudio reciente

publicado en la revista científica “Epidemiology” indica que los hombres de mediana edad que padecen estrés laboral podrían ser más propensos a desarrollar arteriosclerosis, una enfermedad que obstruye las arterias y que puede desencadenar un infarto de miocardio.

1.2.3.2. Consecuencias del estrés laboral¹⁹

Si las situaciones de estrés se presentan en forma frecuente e intensa en el ambiente del individuo, entonces estas manifestaciones se presentarán en el individuo. La manifestación del estrés varía de acuerdo a la persona y puede implicar consecuencias médicas, psicológicas y conductuales. El impacto de situaciones estresantes sobre el bienestar físico y mental del individuo puede ser substancial o extremo como es el caso del suicidio o arritmias cardíacas. Los cambios conductuales que pueden presentarse por el aumento de los niveles de estrés, abarcan estados de nerviosismos, decaimiento corporal, tensión física, problemas cardíacos. El estrés laboral individual una vez presente en el ambiente de las diferentes áreas de una organización, tendrá consecuencias que afectarán negativamente a la misma. Se establecen dos tipos de consecuencias: directas e indirectas.

Directas:

-  Ausentismo laboral, Tardanzas y retraso en el trabajo.
-  Rotación de personal.

- + Poca membresía y participación.

Indirectas: En la relación a la ejecución del trabajo los aspectos organizacionales más afectados son los siguientes:

- + Cantidad de la productividad.
- + Calidad de la productividad.
- + Accidentes.
- + Equipos, maquinarias averiadas y demoras en su reparación.
- + Desperdicio o sobre-utilización de la iniciativa y la creatividad.

1.2.4. Desempeño laboral²⁰

El Desempeño Laboral se puede definir, según Bohórquez, como el nivel de ejecución alcanzado por el trabajador en el logro de las metas dentro de la organización en un tiempo determinado (citado en Araujo y Guerra, 2007). Además otra definición interesante es la que usa Chiavenato, ya que expone que el desempeño es eficacia del personal que trabaja dentro de las organizaciones, la cual es necesaria para la organización, funcionando el individuo con una gran labor y satisfacción laboral (citado en Araujo y Guerra, 2007) En este sentido, el desempeño laboral de las personas va a depender de su comportamiento y también de los resultados obtenidos.

También otro aporte importante en la conceptualización del desempeño laboral es dada por Stoner, quien afirma que el desempeño laboral es la manera como los miembros de la organización trabajan eficazmente, para alcanzar metas comunes, sujeto a las reglas básicas establecidas con

anterioridad (citado en Araujo y Guerra, 2007). Así, se puede notar que esta definición plantea que el Desempeño Laboral está referido a la manera en la que los empleados realizan de una forma eficiente sus funciones en la empresa, con el fin de alcanzar las metas propuestas.

Sin embargo, otro concepto fundamental y que va más acorde con esta investigación es la que utilizan Milkovich y Boudreau, pues mencionan el desempeño laboral como algo ligado a las características de cada persona, entre las cuales se pueden mencionar: las cualidades, necesidades y habilidades de cada individuo, que interactúan entre sí, con la naturaleza del trabajo y con la organización en general, siendo el desempeño laboral el resultado de la interacción entre todas estas variables.

1.2.5. Definición de términos básicos

Estrés laboral: Tensión que surge en el individuo respecto de las exigencias del trabajo.

Desempeño laboral: Es la manera como los miembros de la organización trabajan eficazmente, para alcanzar metas comunes

VARIABLES	DEFINICIÓN	TIPO	ESCALA DE MEDICIÓN	INDICADORES
-----------	------------	------	--------------------	-------------

CAPITULO III: HIPOTESIS Y VARIABLES

1.1. HIPOTESIS GENERAL O PRINCIPAL

El estrés se relaciona con el desempeño laboral en el profesional de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia-Huaraz.

1.2. HIPÓTESIS SECUNDARIAS

Los niveles de estrés se relacionan con el desempeño laboral en el profesional de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia-Huaraz.

El estrés se relaciona con los niveles de desempeño laboral en el profesional de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia-Huaraz.

1.3. VARIABLES E INDICADORES

1.3.1. Variables:

VARIABLES INDEPENDIENTES: Estrés.

VARIABLES DEPENDIENTES: Desempeño laboral.

VARIABLE INDEPENDIENTE	Tensión que surge en el individuo	Cualitativa	Nominal	Si
Estrés laboral.	respecto de las exigencias del trabajo.			No

VARIABLE DEPENDIENTE	Es la manera como los miembros de la organización			Menor
Desempeño laboral.	trabajan eficazmente, para alcanzar metas comunes	Cualitativa	Nominal	Normal
				Mayor

VARIABLES INTERVINIENTES **Del sujeto:** Poco interés a colaborar en la investigación, suspicacia para contestar el instrumento, poco tiempo para contestar el cuestionario.

Del medio: Espacio inadecuado para completar el cuestionario.

1.3.2. Operacionalización de la variables:

CAPITULO IV: METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

4.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN:

4.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN:

Por el tipo de investigación, el presente estudio reúne las condiciones metodológicas de una investigación descriptiva, en razón, que se utilizaron conocimientos de Enfermería, a fin de aplicarlas en el proceso de desempeño del personal de enfermería.

4.1.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN:

De acuerdo a la naturaleza del estudio de la investigación, reúne por su nivel las características de un estudio descriptivo, transversal, correlacional.

4.2. METODO Y DISEÑO DE INVESTIGACION:

4.2.1. METODO DE INVESTIGACION:

Los principales métodos que se utilizaron en la investigación fueron: describir, sintetizar, deducir e inducir.

4.2.2. DISEÑO DE LA INVESTIGACION

De acuerdo con el enfoque, el problema y los alcances de la investigación el diseño es no experimental, porque no se manipulará las variables. De acuerdo al tiempo de recolección de información es transversal; porque se recolectará la información en un solo momento en un tiempo único. Y correlacional la cual me permitirá elaborar conclusiones sobre el fenómeno que investigare.

4.3. POBLACION Y MUESTRA DE LA INVESTIGACION

4.3.1. POBLACION DE LA INVESTIGACION

Población de estudio: Está compuesta por todo el personal de enfermería (30) que laboran en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia - Huaraz, durante el período comprendido entre el 1 de Enero del 2015 y el 31 de Julio del 2015.

4.3.2. MUESTRA DE LA INVESTIGACION

Unidad de análisis: Encuestas realizadas a todo personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia - Huaraz, durante el período comprendido entre el 1 de Enero del 2015 y el 31 de Julio del 2015, y Desastres, y que cumplieron los criterios de inclusión y exclusión.

Unidad de muestreo: Encuestas realizadas a todo el personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia-Huaraz, durante el período comprendido entre el 1 de Enero del 2015 y el 31 de Julio del 2015, establecido estadísticamente.

Tamaño de muestra: Para la aplicación del instrumento de investigación, se tomó la población total del personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia. La muestra comprende personas del sexo femenino y masculino, de edades entre 20 y 56 años.

Criterios de selección:

Criterios de inclusión:

- ✚ Encuestas realizadas al personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia-Huaraz.

Criterios de exclusión:

- ✚ Encuestas mal llenadas.
- ✚ Negativa por parte del personal de enfermería a llenar la encuesta.

4.4. TECNICAS E INSTRUMENTOS DE LA RECOLECCION DE INFORMACION:

4.4.1. TECNICAS:

La captación de datos se realizará mediante una encuesta (ANEXO 02), la cual fue tomada por la autora de acuerdo a la bibliografía y llenadas por el personal de enfermería encuestado en el Hospital Víctor Ramos Guardia – Huaraz, durante el periodo comprendido entre el 1 de Enero del 2015 y el 31 de Julio del 2015.

Se tendrá la participación de la investigadora para la recolección de datos de las encuestas. Se contará con la presencia de una persona con conocimientos en estadística para el procesamiento de la información.

4.4.2. INSTRUMENTOS:

Los principales instrumentos que se aplicaran en las técnicas son:

La encuesta.

4.4.3. ANÁLISIS DE DATOS

Los registros de datos se consignaran en las correspondientes hojas de recolección de datos y serán procesadas en una base de datos en Excel 2013 en el cual se realizará el análisis estadístico descriptivo, obteniéndose la frecuencia y porcentaje de las variables. Se utilizará también el análisis de Chi-cuadrado para determinar si existe relación entre el estrés y el desempeño laboral del personal de enfermería que labora en el área de emergencia del Hospital Víctor Ramos Guardia; se definirá como diferencia estadísticamente significativa un valor de $p < 0.05$, entre dichas variables comparadas.

CAPITULO V: ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

5.1. Recursos

Humanos:

+ Estadístico.

+ Investigador responsable.

+ Asesor.

Bienes:

Material de Escritorio

+ Un millar de papel bond A4.

+ Lapiceros 02 unidades



+ Folder manila 04 unidades

+ Lápiz carbón 02 unidades



+ CD 02 unidades

-  Corrector de tinta 01 unidad
-  Grapas 01 paquete
-  Memoria USB 01 unidad




Material de Impresión:

-  Un millar de papel bond.
-  Dos cartuchos de impresora.

Material Bibliográfico:

-  Tesis de investigación
-  Fotocopias.

Servicios:

-  Viáticos.
-  Pasajes.
-  Estadístico.
-  Asesor.

5.2. Presupuesto

CODIGO	PARTIDAS	PARCIAL	TOTAL
2.3.1.5.1.2	Bienes		
	Material de escritorio:		47.00
	- Un millar de bond	40.00	
	- Tres lapiceros	3.00	
	- Un corrector	4.00	
	Material de Impresión:		80.00
	- Un millar de papel bond	40.00	
	- Dos cartuchos de impresora	40.00	
	Material Bibliográfico:		20.00
	- Fotocopias	20.00	
5.3.11.30	Servicios:		2750.00
	- Viáticos	400.00	
	- Pasajes	200.00	
	- Estadístico	150.00	
	- Asesor	2000.00	
2.3.2.1.2	Consolidados:		S/. 2 897.00
	- Bienes	147.00	
	- Servicios	2750.00	

5.3. Cronograma de actividades

	2015						
	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio
1. Planificación.	X	X					
2. Implementación.		X	X	X	X		
3. Recolección de datos.				X	X		
4. Análisis de datos.				X	X	X	
5. Elaboración de informe.							X

5.4. Referencias bibliográficas

1. Savio, S. El síndrome de burnout: un proceso de estrés. Revista académica hologramatica, EEUU 2008. 8 (6): 121-138
2. González y Quiroa, R. (2011). Tesis. Consecuencias del estrés laboral hacia la institución. Quetzaltenango. México
3. Flores M., Troyo R, Valle M, Vega G. "Ansiedad y estrés en la práctica del personal de enfermería en un hospital de tercer nivel en Guadalajara". Rev. Electrónica de Psicología. México 2010; 13 (1): 1-17
4. Seguel F, Valenzuela S. "Relación entre la fatiga laboral y el síndrome burnout en personal de enfermería de centros hospitalarios". Enfermería Universitaria. Chile 2014;11(4):119-127
5. Luengo C, Astudillo A. Contreras S. "Relación Entre los Cambios del Ambiente Laboral Ocasionados Post-evento Sísmico del 27 Febrero 2010 y la Presencia de Ansiedad y Estrés Laboral en el Profesional de Enfermería". Ciencia y trabajo. Chile 2014; 16(49): 1-8
6. Ávila J., Gómez L, Montiel M. "Características demográficas y laborales asociadas al Síndrome de Burnout en profesionales de la salud". Pensamiento Psicológico. Colombia 2010; 8 (15): 39-52
7. Díaz I, Gaviria K. "Estrés laboral y su relación con el desempeño profesional en el personal de enfermería del Hospital II-2 Tarapoto. Abril – Julio 2013".

- Escuela Profesional de Enfermería. Perú 2015. Disponible en <http://tesis.unsm.edu.pe/jspui/handle/11458/517>
8. Cutshall S, Wentworth L, Wahner-Roedler D, Vincent A, Schmidt J, Loehrer L, Stephen S, Brent A. Evaluation of Biofeedback-Assisted Meditation Program as a Stress Management Tool for Hospital Nurses: A Pilot Study. *J Sci Healing*. 2011; 7(2):110-112.
 9. Jélvez C, Ibañez J P, Olivares V. Validez factorial del Maslach Burnout Inventory Human Services (MBI-HSS) en profesionales chilenos. *Cienc y trab*. 2011; 13 [41]: 176-180. Citado 10 mayo 2013. Disponible: <http://edu.uamericas.cl/psicologia/files/2011/11/articulo-carolina-jelvez.pdf>
 10. Adriaenssens J, de Gucht V, Maes S. The Impact of traumatic events on emergency room nurses: Findings from questionnaire survey. *Int J Nurs Stud*. 2012;49(11):1411-1422
 11. Stavroula L. La organización del trabajo y el estrés: estrategias sistemáticas de solución de problemas para empleadores, personal directivo y representantes sindicales. Institute of Work, Health & Organisations. 2008. Disponible en: http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1
 12. Salud, Estrés y Factores Psicológicos. Disponible en: <http://www.aidex.es/estres/articuloseloisa/eloisa2.htm>
 13. Bustamante M, Celis J, Cabrera D, Cabrera M, Alarcón W, Monge E. Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año UNMSM. 2000. Disponible en: <http://sisbib.unmsm.edu.pe/Bvrevistas/Anales/v62n1/Ansiedad.htm>
 14. Hernández H. y Cols. Factores determinantes de estrés y su asociación a toxicomanías en universitarios de la universidad autónoma del estado de México. 2005. Disponible en: <http://blog.pucp.edu.pe/item/9091>
 15. González J, Morera A. La valoración de sucesos vitales: Adaptación española de la escala de Holmes y Rahe. *Psiquis, España* 1983; 4 (1): 7-11
 16. Houtman I, Jettinghoff K, Cedillo L. Sensibilizando sobre el Estrés Laboral en los Países en Desarrollo. Un riesgo moderno en un ambiente tradicional de trabajo: Consejos para empleadores y representantes de los trabajadores. Institute of Work, Health & Organisations. 2008. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43770/1/9789243591650_spa.pdf?ua=1
 17. Gutiérrez A, Vilorio J. Riesgos Psicosociales y Estrés en el ambiente laboral. *Revista Científica Salud Uninorte*. Colombia 2014; 30 (1)
 18. Peiro J, Rodríguez I. Estrés laboral, liderazgo y salud organizacional. *Papeles del psicólogo* 2008; 29 (1): 68-82. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77829109>
 19. Slipak O. Estrés Laboral. *Mobbing Opinion: Psicología y psiquiatría. Antropología y sociología* 2007. Disponible en: http://mobbingopinion.bpweb.net/artman/publish/printer_3864.shtml
 20. Mejía Y. "Evaluación del desempeño con enfoque en las competencias laborales". México 2012. Disponible en <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2012/05/43/Mejia-Yessika.pdf>

ANEXOS

ANEXO N° 01

HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,..... identificado(a)
con DNI....., He escuchado con atención la
información proporcionada por el investigador, he tenido oportunidad
de efectuar preguntas sobre el estudio, he recibido respuestas
satisfactorias. He recibido suficiente información en relación con el
estudio:

1. Entiendo que la participación es voluntaria.
2. Entiendo que puedo no aceptar formar parte el estudio:
 - Cuando lo desee.
 - Sin que tenga que dar explicaciones.

También he sido informado de forma clara, precisa y suficiente
de los siguientes extremos que afectan a los datos personales que se
contienen en este consentimiento y en la ficha o expediente que se
abra para la investigación:

- Estos datos serán tratados y custodiados con respeto a mi
intimidad y a la vigente normativa de protección de datos.

- Sobre estos datos me asisten los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición que podré ejercitar mediante solicitud ante el investigador responsable en la dirección de contacto que me hizo entrega.

Doy mi consentimiento sólo para la extracción necesaria de información en la investigación de la que se me ha informado y para que sean utilizadas exclusivamente en ella, sin posibilidad de compartir o ceder éstas, en todo o en parte, a ningún otro investigador, grupo o centro distinto del responsable de esta investigación o para cualquier otro fin.

Declaro que he leído y conozco el contenido del presente documento, comprendo los compromisos que asumo y los acepto expresamente. Y, por ello, firmo este consentimiento informado de forma voluntaria para manifestar mi deseo de participar en este estudio de investigación sobre **“Relación entre el estrés y el desempeño laboral del personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia”**, hasta que decida lo contrario. Al firmar este consentimiento no renuncio a ninguno de mis derechos. Recibiré una copia de este consentimiento para guardarlo y poder revocar mi consentimiento si así lo quisiera.

ANEXO 02

Encuesta

La presente encuesta está elaborada con el objeto de recabar datos sobre el trabajo de investigación titulado “Relación entre el estrés y el desempeño laboral del personal de enfermería que labora en el área de emergencia y trauma shock del Hospital Víctor Ramos Guardia”

PRIMERA PARTE: DATOS GENERALES

a) SEXO:

Femenino

Masculino

b) EDAD: _____

c) ESTADO CIVIL:

Soltero(a): _____

Casado(a): _____

Conviviente: _____

Separado(a): _____

Divorciado(a): _____

Viudo(a): _____

d) NIVEL ACADÉMICO: _____

e) PUESTO DE TRABAJO Y SERVICIO:

f) HORAS POR TURNOS: _____

g) TIEMPO DE TRABAJAR EN EL HOSPITAL: _____

h) TRABAJA EN OTRO LUGAR:

SI _____

NO _____

CUÁNTAS HORAS: _____

SEGUNDA PARTE

• Marque con una X la casilla de SI, si lo que dice coincide SIEMPRE o CASI

SIEMPRE con su forma de sentir.

• Marque con una X la casilla del NO, si lo que dice NO coincide NUNCA o

CASI NUNCA con su forma de sentir.

	SI	NO
1. Siente inseguridad y miedo a cometer errores en el trabajo		
2. Tiene miedo a perder su empleo		
3. Su labor cotidiana le provoca mucha tensión		
4. Tiene problemas en sus relaciones familiares/conyugales		
5. Realiza de forma imprecisa las instrucciones encomendadas		
6. Desconfía de usted mismo al momento de realizar las actividades propias del trabajo		

7. Se le dificulta terminar las actividades que se le asignan dentro de su turno laboral
8. Presenta con frecuencia problemas conyugales debido a sus horarios de trabajo
9. Se lleva mal con sus compañeros de trabajo horarios de trabajo
10. Siente dudas luego de cumplir algún procedimiento o indicación
11. Se le dificulta comer en horarios establecidos debido a que está tratando de terminar alguna tarea
12. Ha sentido deseos de no querer ir a trabajar
13. Considera usted que realiza algunas actividades que no están incluidas dentro de sus funciones establecidas.
14. Siente que los médicos y los pacientes esperan mucho de usted
15. Hay ausencia de personal médico en situaciones de emergencia
16. Sufre de frecuentes dolores de cabeza
17. Trabajar directamente con pacientes le produce estrés
18. Suele olvidarse de algunas cosas o piensa mucho para tomar una decisión debido a que tiene problemas de concentración
19. Se siente cansado al final de la jornada de trabajo
20. Presenta molestias en la zona lumbar
21. Siente que los pacientes lo culpan por alguno de sus problemas
22. Hay confusión en la asignación de funciones en su área laboral.
23. Trabajar todo el día con mucha gente es un esfuerzo
24. Ha presentado episodios de exceso o falta de apetito
25. Se siente frustrado en su trabajo
26. Se siente cansado y sin energía
27. Cree que está trabajando demasiado
28. Sufre de insomnio
29. Carece de tiempo suficiente para realizar su trabajo de forma más eficiente
30. Cuando está nervioso toma tranquilizantes
31. Se siente atareado con tanto trabajo
32. Tiene algún tipo de vicio

33. Siente que acarrea con muchas responsabilidades para usted solo

34. Vive en un ambiente hostil en su hogar y/o vecindario

35. Se siente fatigado cuando se levanta por la mañana y tiene que ir a trabajar
