



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

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

**ESTRÉS EN EL PERSONAL ASISTENCIAL DEL CENTRO
DE SALUD SANTA ELENA, AYACUCHO, 2020**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO
ACADÉMICO DE BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

PAREDES OSORIO, MERY

ORCID: 0000-0002-9963-1237

ASESOR

VALLE RIOS, SERGIO ENRIQUE

ORCID: 0000-0003-0878-6397

CHIMBOTE – PERÚ

2021

Equipo de trabajo

Autora

Paredes Osorio, Mery

ORCID: 0000-0002-9963-1237

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado, Chimbote,
Perú

Asesor

Valle Ríos, Sergio Enrique

ORCID: 0000-0003-0878-6397

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de La Salud,
Escuela Profesional de Psicología, Chimbote, Perú

Jurado

Cucho Hidalgo, Yazmin de Fátima

ORCID: 0000-0002-0508-160X

Velásquez Temoche, Susana Carolina

ORCID: 0000-0003-3061-812X

Abad Núñez, Celia Margarita

ORCID: 0000-0002-8605-7344

Jurado evaluador

Mgr. Yasmín de Fátima Cucho Hidalgo

Presidente

Mgr. Susana Carolina Velásquez Temoche

Miembro

Mgr. Celia Margarita Abad Núñez

Miembro

Mgr. Sergio Enrique Valle Ríos

Asesor

Agradecimiento

A Dios por permitirme vivir con salud el día a día y al despertarme cada mañana disfrutar el nuevo amanecer del día que me brinda

A mis padres por darme la vida y formar parte mi existencia que con mucho esfuerzo y dedicación me educaron y me formaron inculcando valores, sobre todo el respeto, humildad y sencillez en la sociedad.

Agradecer a la luz de mi camino con un alma bello y noble, el motivo y fortaleza de mi crecimiento personal y profesional junto a Él, mi hijo Álvaro Gabriel que cada día nos encaminamos hacia el futuro de muchos logros, metas y sueños por cumplir.

Agradezco a mi Docente Tutor Mgtr. VALLE RÍOS, Sergio Enrique, por guiarme en el crecimiento y formación profesional, por compartir sus experiencias, la tolerancia, paciencia y comprensión que me tuvo en la elaboración del Informe de Investigación.

Agradecer a una bella persona que me acompaña en este camino importante de mi formación profesional y la paciencia que me tiene mi bella sobrina Helen Pamela.

Dedicatoria

Agradezco a mi casa de estudios ULADECH CATÓLICA, mi gran centro de estudios, la hermosa institución donde enfoco mi camino profesional, lleno de valores y sabiduría

A mis padres Juan y Pastora, quienes en vida me dieron apoyo, educación y consejos para la construcción de mi vida personal y profesional y desde el cielo guían mi camino y mi bienestar para seguir adelante a pesar de las dificultades y la falta que me hacen de poder abrazarlos y puedan acompañarme en los logros que voy obteniendo, por sus ejemplos de perseverancia, dedicación y dejarme la mejor herencia sus enseñanzas y valores, ahora se encuentran en el eterno descanso, los extraño y los recordare por siempre

A mi hijo Álvaro Gabriel por apoyarme y acompañarme en el camino de la vida, porque es mi fortaleza y motivo de seguir creciendo como ser humano, madre y profesional

Resumen

El presente estudio tuvo por objetivo determinar el nivel prevalente de estrés en el personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020; como objetivos específicos se propuso determinar la prevalencia de las dimensiones como lo es el distrés y eutrés en trabajadores de dicho centro de salud. Este estudio tuvo como finalidad y alcance aportar información oportuna y confiable para contribuir en la salud mental de la sociedad frente a la pandemia por el nuevo coronavirus Covid-19. Para ello se utilizó una metodología de nivel descriptivo, diseño epidemiológico, de tipo observacional prospectivo, de corte analítico y transversal. La población estuvo constituida por 61 trabajadores adultos que forman parte del personal de salud, la muestra fue no probabilística por conveniencia de 48 colaboradores, la técnica utilizada fue la encuesta y la psicometría por medio de la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE). Los resultados demuestran que el 100% (48) de evaluados tienen el nivel bajo de estrés, esto equivale a la totalidad de la muestra evaluada, de los objetivos específicos se identificó la prevalencia del nivel moderado de distrés con el 41.7 % (20) y la prevalencia del nivel bajo de eutrés con el 95.8 % (46), se concluye que el 100% los evaluados se encuentran con bajo nivel de estrés.

Palabras clave: adultos, estrés, personal de salud

Abstract

The objective of the present study was to determine the prevalent level of stress in the healthcare personnel of the Santa Elena Health Center, Ayacucho, 2020; As specific objectives, it was proposed to determine the prevalence of dimensions such as distress and euters in workers of said health center. The purpose and scope of this study was to provide timely and reliable information to contribute to the mental health of society in the face of the new coronavirus Covid-19 pandemic. For this, a descriptive level methodology, epidemiological design, prospective observational type, analytical and cross-sectional was used. The population consisted of 61 adult workers who are part of the health personnel with a non-probabilistic sample of 48 collaborators, the technique used was the survey, the Global Stress Perception Scale (EPGE). The results show that 100% (48) of those evaluated have a low level of stress, this is equivalent to the entire sample evaluated, from the specific objectives the prevalence of the moderate level of distress was identified with 41.7% (20) and the prevalence of the low level of euters with 95.8% (46), se concluye que el 100% de losevaluados se encuentrsn con bajo nivel de estrés, it is concluded that 100% of those evaluated have a low level of stress.

Keywords: adults, stress, health personnel

Índice de contenido

Equipo de trabajo	2
Jurado evaluador	3
Agradecimiento	4
Dedicatoria	5
Resumen	6
Abstract	7
Índice de contenido	8
Índice de tablas	10
Índice de figuras	11
Introducción	12
1. Revisión de literatura	16
1.1. Antecedentes	16
1.2. Bases teóricas de la investigación	23
2. Método	37
2.1. El tipo de investigación	37
2.2. Nivel de investigación de la tesis	37
2.3. Diseño de la investigación	37
2.4. El universo, población y muestra	38
2.5. Operacionalización de variables	40
2.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	40
2.6.1. Técnicas	41
2.6.2. Instrumentos	41
2.7. Plan de análisis	41
2.8. Principios éticos	42

3. Resultados	44
3.1 Resultados	44
3.2 Discusión	50
4. Conclusiones	53
Referencias	55
Apéndice	64
Apéndice A. Instrumento de evaluación	64
Apéndice B. Consentimiento informado	65
Apéndice C. Cronograma de actividades	66
Apéndice D. Presupuesto	67
Apéndice E. Ficha técnica del instrumento	68
Apéndice F. Carta de autorización	70
Apéndice G. Matriz de consistencia	71

Índice de tablas

Tabla 1	40
Tabla 2	44
Tabla 3	45
Tabla 4	46
Tabla 5	47
Tabla 6	48
Tabla 7	49
Tabla 8	71

Índice de figuras

Figura 1	44
Figura 2	45
Figura 3	46
Figura 4	47
Figura 5	48
Figura 6	49

Introducción

Al estrés se considera una enfermedad de salud mental, que aún persiste en la actualidad denominado “la enfermedad del siglo XXI”, ya que el mayor porcentaje de la población lo sufre y conviven con ello sobre llevando a su manera en sus actividades diarias. El pre informe ofrece información con la finalidad de que la gerencia y los directivos del centro de salud planifiquen y programen acciones para disminuir los agentes que conllevan al estrés de manera que los trabajadores asistenciales puedan generar identificación institucional, sentirse satisfechos y alcanzar su crecimiento personal con efecto en la atención con calidad y calidez al usurario. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés como «el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción». En términos globales se trata de un sistema de alerta biológico necesario para la supervivencia (Torrades, 2007).

Reportes del Ministerio de Salud (MINSa, 2020) afirman que la preocupación es inmensa a nivel mundial por la salud física y psicológica que ocasiona la pandemia del nuevo Coronavirus Covid - 19, frente a todo esto, el personal de atención de los distintos países se encuentra en primera línea para continuar con su labor. Así mismo, la frecuencia en el contacto con los diversos factores de riesgo a los que están expuestos el personal de la salud en las distintas postas médicas del sistema de salud en el Perú, puede producir impactantes consecuencias en su bienestar emocional y laboral.

El planteamiento del problema surgió en base a las investigaciones previas que afirman que el estrés laboral es uno de problemas actuales y con más frecuencia en el

mundo, tal es el caso que el síndrome de burnout ya figura en la Clasificación Internacional de Enfermedades” (CIE-11) (Requena, 2019).

El trabajo se llevó a cabo en el centro de salud Santa Elena, el cual tiene 38 años prestando servicio de salud a la población, tomando en cuenta que el centro de salud tiene una población de 12 mil usuarios afiliados al sistema integral de salud (SIS), asimismo el centro de salud Santa Elena como cabecera de micro red tiene a su cargo los siguientes establecimientos de salud (C.S. Conchopata, P.S. Yanamilla, P.S. Guayacondo y P.S. Tambillo) usuarios que se suman para su atención de salud, el crecimiento poblacional hecho que ocasiona el incremento de la demanda sea mayor para el personal asistencial en el centro de salud Santa Elena.

En el contexto ayacuchano por medio de la observación directa e interacción personal asistencial de centros de salud, se pudo evidenciar dificultades de problemas de comunicación entre trabajadores, visión pesimista del entorno, desilusión, individualismo para trabajar en equipo, problemas para tomar decisiones, falta de entusiasmo, agotamiento a media jornada, fatiga al despertar, pérdida de apetito, dolor de cabeza y espalda. En consonancia de todo lo descrito, es innegable no decir que la situación de los profesionales en primera línea se ve afectada por las situaciones que desencadena el COVID-19. Es por esta esta razón se planteó el siguiente enunciado:

¿Cuál es el nivel de estrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020?

Con el fin de dar solución a esta interrogante se determinó el objetivo general que consistió en identificar los niveles de estrés en el personal asistencial del centro

de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020. De ahí nos planteamos los siguientes objetivos de manera específica:

- Determinar los niveles de distrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020
- Determinar los niveles de eutrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020
- Determinar el nivel de distrés según el tipo de profesión en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020
- Determinar el nivel de distrés según condición laboral en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020
- Determinar el nivel de distrés según sexo en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.

Los trabajos y publicaciones sobre estrés en ciencias de la salud son diversos desde el nivel descriptivo, mas no en un contexto de pandemia, puesto que los estudios son escasos con poca información e investigaciones en este grupo etario y en situación de aislamiento social por el nuevo Coronavirus es por ello que se pretende contribuir con información actualizada, la justificación metodológica corrobora la necesidad de aportar con estudios de niveles más elevados, pues es importante generar conocimientos actualizados de poblaciones vulnerables en el contexto de confinamiento social y a la vez continuar con estudios de niveles relacionales para ayudar a investigadores en la búsqueda de explicaciones, estrategias modelos e instrumentos confiables que sirvan de aportes y fundamento para un nivel de investigación explicativo, predictivo y terapéutico experimental. Las razones en el campo práctico, conlleva a brindar información actualizada, fiable y oportuna de los

niveles de estrés y sus respectivas dimensiones; con la probabilidad de contribuir e incitar a soluciones y propuestas de mejora en su persona y en el contexto que laboran.

El estudio optó por una metodología de nivel descriptivo, diseño epidemiológico, de tipo observacional prospectivo, de corte analítico y transversal. La población estuvo constituida por 61 trabajadores adultos que forman parte del personal de salud con una muestra fue no probabilística de 48 colaboradores, la técnica utilizada fue la encuesta, se utilizó la Escala Percepción Global de Estrés (EPGE). El análisis de datos se realizó mediante el programa estadístico *Statistical Package for the Social Sciences versión 25.0*. Los resultados demuestran que el 100% (48) de evaluados tienen el nivel bajo de estrés, esto equivale a la totalidad de la muestra evaluada, de los objetivos específicos se identificó la prevalencia del nivel moderado de estrés con el 41.7 % (20) y la prevalencia del nivel bajo de estrés con el 95.8 % (46), se concluye que el 100% los evaluados se encuentran con bajo nivel de estrés.

1. Revisión de literatura

1.1. Antecedentes

1.1.1. Internacional

Sánchez (2018), realizó un estudio titulado los determinantes del síndrome de estrés asistencial de los profesionales de enfermería del centro de salud tipo c Nueva San Rafael de la Cuidad de Esmeraldas”. El estudio hace referencia al nivel de síndrome de burnout mediante las dimensiones de agotamiento emocional, realización personal y despersonalización de los profesionales de enfermería, así mismo a los factores sociodemográficos, laborales y patológicos que inciden al aumento de estrés en los profesionales de enfermería y más aún cuando existe una falta de materiales en su ambiente laboral. Dicho estudio fue de un enfoque cuantitativo, descriptivo y de diseño transversal. Se utilizó la técnica de encuesta para la variable de caracterización y la psicométrica para la variable de su interés. Los resultados identificaron que el nivel predominante de síndrome de burnout en los profesionales de enfermería fue del nivel medio.

García (2016), en su tesis titulada estudio del estrés laboral en el personal administrativo y trabajadores de la Universidad de cuenca, 2015”, hace referencia a que el estrés laboral guarda una relación significativa entre los varones, mujeres, edad, sexo, régimen laboral, los cargos/puestos desempeñados, estado civil, habilidades laborales, es decir que el riesgo de padecer estrés está asociado a las condiciones laborales que ejercen los trabajadores y tiene probabilidades a generar enfermedades físico mentales. La metodología empleada para el estudio fue descriptivo, transversal y correlacional. La técnica usada fue la encuesta, la

entrevista, y el instrumento el cuestionario del modelo demanda–control de Karasek. Se obtuvo como resultado que la mayoría de los trabajadores padece el nivel medio de estrés y existe dos veces más probabilidades de desarrollar enfermedad física o mental.

Montalvo (2014), en su estudio denominado diagnóstico del estrés laboral y su influencia en la satisfacción del personal asistencial en Novaclínica S.A. de la Ciudad de Quito. Dicho estudio hace referencia al diagnóstico de niveles de estrés laboral y a conocer los factores estresores de los empleados, que influyen en el trabajo para que en un futuro pueda ser contrarrestado. Así mismo refiere que las motivaciones y reconocimientos, relativamente pueden influir en la calidad de su desempeño profesional y personal, modificándose en el personal a futuro en preocupación, frustración y ansiedad. La metodología para tal fin fue correlacional, observacional, lógico deductivo y estadístico. Los resultados encontrados demuestran que la mayoría de trabajadores tienen el nivel leve de estrés. Así mismo pese a no existir estrés en el personal asistencial las motivaciones y reconocimientos, relativamente pueden influir en la calidad de su desempeño profesional y personal en un nivel poco significativo, modificándose en el personal a futuro en preocupación, frustración y ansiedad.

1.1.2. Nacional

Sáenz (2019), en su estudio denominado estrés laboral en el personal del servicio de emergencia hospital Santa Rosa, Lima-2019. La tesis presentada hace referencia a un conjunto de sintomatologías del estrés laboral dentro del personal de servicio de un centro de salud, tanto a nivel individual, del entorno y organizacional.

Para ello se empleó una metodología de tipo experimental, descriptivo y transversal; se utilizó como instrumento un cuestionario de estrés laboral. Los resultados demuestran que el nivel del estrés laboral en el personal de salud del servicio se encuentra en el nivel medio y alto. Este resultado no significa que un grupo reducido pudo encontrarse en el nivel bajo de estrés, la mayoría del personal de salud del hospital en mención tiene una tendencia a padecer el estrés de manera individual.

Flores (2018), en su investigación titulada alexitimia y estrés laboral en el personal asistencial de un centro de salud del distrito de Comas, 2018, hace referencia a los distintos niveles de estrés en las diferentes áreas de servicio ya que individuos con altos niveles de estrés laboral tiene limitaciones en lograr identificar los sentimientos y diferenciarlos, límites en la capacidad de transmitir a los demás sus propios sentimientos o emociones e influir en el inadecuado manejo simbólico de sus afectos. La metodología de estudio de la investigación fue de un diseño no experimental, enfoque cuantitativo, tipo aplicado, nivel descriptivo correlacional y transversal, la técnica usada fue por medio de cuestionarios psicométricos. Los resultados identificaron que el personal asistencial del centro de salud que presenta altos niveles de estrés laboral.

Quispe (2019), en su estudio titulado influencia del nivel de estrés laboral sobre el clima organizacional en el personal asistencial de la Red de Salud Islay – 2019, que hace referencia al nivel de estrés laboral sobre el clima organizacional en el ámbito laboral de los trabajadores puesto que el estrés laboral podría estar vinculado al clima organizacional, la recompensa remunerativa y reconocimiento en el liderazgo. Así mismo el estrés puede estar influenciado por la motivación y la comunicación. La metodología utilizada fue de diseño observacional, prospectivo y

transversal de tipo correlacional; la recopilación de información de las variables se realizó mediante la técnica de la psicometría por medio del cuestionario. Los resultados encontrados demuestran que en el personal asistencial de la red de salud Islay la mayoría presentan un nivel de estrés laboral bajo.

1.1.3. Regional

Cuchuri y Jones (2018), realizaron un estudio denominado afrontamiento del estrés durante la experiencia clínica en los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2018, hace referencia al afrontamiento de estrés mediante la modificación de situaciones estresantes, regulación de los estados emocionales evocados por los acontecimientos estresantes y resistencia al afrontamiento. Todo ello mediante la regulación de los estados emocionales evocados por los acontecimientos estresantes, aplicando técnicas y actividades de relajación como herramienta para afrontar el estrés, aunque en muchos casos no aplicaron de manera correcta las técnicas de relajación. La metodología usada para tal fin fue de tipo descriptivo cualitativo y cualitativo, los instrumentos fueron el cuestionario y la entrevista semiestructurada. Los resultados demuestran que la mayoría presentan en algunos aspectos de su vida niveles moderados de estrés.

Vásquez (2016), en su estudio titulado nivel de estrés laboral en el profesional de enfermería que labora en el servicio de centro quirúrgico del Hospital Regional Miguel Ángel Mariscal Llerena Ayacucho, 2016”, hace referencia al nivel de estrés considerado como sintomatologías en tres componentes cansancio emocional, despersonalización y la falta de realización personal que son indicadores

de un deterioro de actividades y relaciones adecuadas en el ambiente laboral. La metodología utilizada fue de tipo aplicativo, prospectivo de corte transversal, la técnica usada fue la encuesta. Los resultados identificaron que la mayoría del personal de enfermería un nivel moderado de estrés laboral.

Remuzgo (2017), en su estudio titulado estrés laboral y satisfacción del personal asistencial del Centro de Salud Huancapi-Ayacucho, 2017, hace referencia a los niveles de estrés que guardan relación con la satisfacción laboral en el personal asistencial; así mismo el estrés laboral está involucrado a tres componentes entre ellas el agotamiento de estados emocionales al contacto con el paciente o usuario, la despersonalización y la baja realización personal. Se empleó la metodología de diseño descriptivo, correlacional y cuantitativo; la técnica usada fue la psicometría por medio de dos cuestionarios para cada variable. Los resultados identificaron que la mayoría de trabajadores evidencia el nivel bajo de estrés laboral.

Cárdenas (2019), en su estudio titulado relación de la satisfacción con la vida y el estrés laboral, en docentes de la institución educativa privada Saco Oliveros Ayacucho-2019, el estudio hace referencia a los niveles de estrés en la condiciones laborales de los docentes, donde se percibió las grandes brechas de desigualdad, oportunidad y condiciones de vida, añadido a estas dificultades se incrementaron las evaluaciones, capacitaciones, despidos por dominio de clase, dominio de lengua originario (quechua), entre otros, lo que dio como consecuencia insatisfacción en sus vidas y posible desarrollo de estrés laboral en sus vidas. La metodología usada fue de tipo observacional, descriptiva, prospectivo, transversal y analítico de nivel relacional, la técnica usada fue la psicometría por medio de dos cuestionarios para

cada variable. Los resultados demuestran que la mayoría de docentes tiene el nivel bajo de estrés laboral.

1.1.4. Local

Chuchon (2020), cuya tesis titulada adaptabilidad familiar y nivel de estrés en estudiantes universitarias Ayacucho, 2020, hace referencia al nivel de estrés que tienen los estudiantes y puede influir en su ambiente familia, así mismo a su relación del estrés con la capacidad de adaptabilidad familiar. La investigación tuvo la metodología de tipo observacional, descriptivo, transversal y analítico de nivel relacional con diseño epidemiológico, la técnica usada fue la psicometría por medio de dos escalas para cada variable. Los resultados identificaron que el nivel de estrés predominante de los estudiantes es bajo.

Atme y Conga (2017), investigaron sobre el estrés y su relación con el desempeño laboral de los profesionales de enfermería que laboran en el hospital regional Ayacucho y el hospital de EsSalud 2017, hace referencia a los niveles de estrés de los trabajadores en dichos centros de salud y su posible influencia en su desempeño laboral. La metodología tuvo un enfoque cuantitativo, diseño descriptivo correlacional y de corte transversal, se utilizó la técnica de la encuesta para medir ambas variables. Los resultados dan a conocer que la mayoría de los profesionales de enfermería presentan un nivel de estrés moderado.

Villagaray (2019), realizó un estudio titulado estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en la unidad de cuidados intensivos pediátricos de un hospital nacional de Ayacucho, 2019, dicho estudio hace referencia a los niveles de estrés de los trabajadores en dichos centros de salud y su posible

influencia con las estrategias de afrontamiento. La investigación utilizó la metodología de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel correlacional descriptivo y de corte transversal. La técnica usada fue la encuesta estructurada mediante instrumentos que cuentan con preguntas determinadas previamente y respuestas cerradas. Los resultados demuestran que la mayoría de trabajadores de dicho centro de salud presentan el nivel bajo de estrés.

Arango, Córdova y Sulca (2020), realizaron un estudio denominado estrés y desempeño laboral en el enfermero del servicio de emergencia del Hospital Regional de Ayacucho, 2020, esta investigación hace referencia a los niveles de estrés y su relación con el desempeño laboral, ya que dichas sintomatologías pueden estar influir en el trabajo de dicho centro de salud. La metodología de investigación fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y tipo relacional descriptivo, se utilizó la técnica de la encuesta para medir ambas variables. Los resultados dieron a conocer que el nivel de estrés predominante en enfermeros del servicio de emergencia es moderado.

1.2. Bases teóricas de la investigación

1.2.1. El estrés en el personal asistencial

1.2.2.1. Definición

El estrés es un concepto adquirido desde hace muchos años atrás, a medida que pasó el tiempo fue evolucionando y se tuvo una idea más clara de lo que era, pudiéndose conceptualizar mejor. Asimismo, Selye (1975) menciona que:

Se denomina como síndrome general de adaptación, en el que menciona tres etapas importantes (alarma de reacción, fase de agotamiento y adaptación), el término estrés proviene enunciado griego *stringere* que significa provocar tensión. En el campo de la física el término estrés tiene relación con la presión que produce el organismo sobre otro (párr. 2).

Sintetizando, el estrés es percibido como una respuesta fisiológica del cuerpo que recibe a una excesiva carga del medio externo e interno, ante ello el cuerpo responde como un mecanismo de protección automático a reacciones naturales, también pueden ser modificables, afecta de forma general a toda la población, teniendo en cuenta que los infantes también lo padecen y con factores estresores que viven cada uno de ellos dentro de su entorno familiar (discusiones, gritos, divorcios, etc) que repercute en la parte académica con sus deberes y convivencia escolar.

El estrés influye en la vida del ser humano que afecta en la salud emocional y física, además afecta a otras áreas como las relaciones interpersonales, vida familiar, eficiencia académica y laboral, las distintas definiciones del estrés, algunas respuestas resaltan los resultados orgánicos y otras se ubican en los factores externos que generan respuestas psicológicas, conductuales,

valoraciones cognitivas y la relación activa del ser humano y el medio ambiente. Para el individuo es importante entender el origen de estrés para no extender el tiempo para no alcanzar la tercera fase, estas respuestas son diversos y numerosas, entre ellas la ansiedad es una de las muestras psicológicas más nocivas del estrés y depresión (Caldera, Pulido y Martínez 2007, p. 23).

En síntesis, existen diversas formas de evitar el estrés como el fortalecimiento psicológico y físico, desarrollo de actitudes realistas y positivas, práctica continua de ejercicios, alimentación saludable, expresión de pensamientos y sentimientos aprendiendo a planificar el tiempo en actividades positivas que favorezca un estilo de vida y entorno saludable.

El estrés fue un tema de preocupación e interés por los investigadores sobre la conducta humana por las consecuencias que afectaban a la salud física y mental y repercutían en el rendimiento académico y laboral del individuo generando angustia y preocupación que conllevan a trastornos personales, desordenes sociales y familiares, todos los seres humanos tienen la necesidad de controlar y prevenir el estrés para no poner en riesgo su tranquilidad y salud, para poder disfrutar de un estilo de vida y entorno saludable (Martínez y Díaz como se citó en Oblitas, 2004) así mismo, menciona que:

Hay distintas definiciones teóricas sobre el estrés que explica los enfoques bioquímicos y fisiológicos que generan respuestas orgánicas en el ser humano para actuar ante una situación amenazante, con respecto al enfoque psicosocial se priorizan los factores externos (estímulos y eventos que

producen el estrés) y el factor interno (orientación cognitiva y aspectos propios del ambiente) (párr. 16).

Respecto al estrés y el autocuidado la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020) refiere que: los cuidados y el autocuidado del estrés dentro de la salud mental, es un problema que repercute económica y socialmente a muchos seres humanos que experimentan estos eventos del estrés acompañados de temor, angustia, ansiedad y depresión, muchos de estos cuadros sintomatológicos se relacionan con la frustración, falta de información, estigmas y pérdidas financieras repercutiendo en las personas un mayor nivel de estrés en periodos de crisis como en los adultos mayores, niños, pacientes con enfermedades crónicas, adolescentes, personal de salud, personas que padecen problemas de salud mental y distintos proveedores de atención médica en salud. Los problemas sanitarios de impacto mundial y nacional repercuten en los seres humanos representando un gran reto en el sistema de salud mental de la población.

Sintetizando, es importante atender el estrés como parte de la salud mental para el bienestar psicosocial y la salud física en el momento oportuno para no llegar situaciones desencadenantes que puede afectar al ser humano, además se debe priorizar la atención a las personas o grupos vulnerables, en la actualidad a través del ministerio de salud y la OPS se vienen incorporando las atenciones por medio de las líneas para priorizar los problemas de salud mental en relación al estrés con la finalidad de brindar el soporte emocional a las personas que vienen siendo afectado por los diferentes niveles de estrés en el contexto de emergencia de la salud mental. Los altos niveles de estrés pueden ser un factor de riesgo que pueden provocar o

desencadenar afectando orgánicamente la salud del individuo y su entorno familiar por ende la salud mental familiar.

1.2.2.2 Nociones generales del estrés.

a. Estrés.

Es un acontecimiento amenazante de procesos y hechos relacionados a cambios que exigen un sobreesfuerzo que ponen en riesgo el bienestar del ser humano, es una reacción psicológica, fisiológica y de comportamientos en el cual intenta adaptarse a presiones externas e internas, no siempre el estrés posee consecuencias negativas, algunas veces se manifiesta como oportunidades que encamina recursos que fortalece la autoestima aumentando los medios de éxito futuras ocasiones. Agotamiento mental generado por la obligación de trabajo superior de lo normal, por lo que provoca trastornos mentales y físicos en el organismo como resultado a estímulos frecuentes (miedo, frío, alegría, tristeza entre otros) (Chipana, 2017).

b. Niveles del estrés.

El estrés puede resultar complejo y confuso para el manejo por los tipos de estrés, en el que cada uno tiene sus respectivas características, sintomatología, duración y tratamiento, se puede presentar en cualquier momento de la vida con la facilidad de tratar y manejar (Flores, 2018).

b.1. Agudo

Es la forma más común, empezando por las exigencias y presiones nuevas y anticipada del futuro, en pequeñas dosis el estrés es fascinante y emocionante, pero cuando es demasiado es muy agotador y a corto plazo puede originar cefaleas

tensionales, agonía psicológica, problemas digestivos y otros. Por suerte la mayoría de los individuos identifican los síntomas y lo relacionan con las adversidades de su vida y su entorno familiar, este tipo de estrés no tiene el tiempo necesario para generar deterioros importantes como el estrés a largo plazo (Guzmán, 2016).

Los síntomas más comunes son: agonía emocional (enojo, ansiedad y depresión), problemas musculares (cefaleas tensas, dolor de espalda y mandibular, tensiones musculares) y sobreexcitación (HTA, taquicardia, sudoración de las manos, mareos, migraña, dolor en pecho, disnea, manos y pies fríos) (Flores, 2018).

b.2. Episódico

Son aquellos individuos con estrés agudo consecutivos con estilos de vida desordenada con caos y crisis, apresuradas e impuntuales, predice su infortunio con muchas responsabilidades y con falta de organización, estas personas presentan mal carácter, irritables, ansiosas, tensas, cortantes y hostil con una relación interpersonal deteriorada y un ambiente laboral estresante (Cárdenas, 2019).

Los síntomas de este tipo de estrés son: agitación prolongada, cefaleas tensas persistentes, migraña HTA, dolor en el pecho, afecciones cardiacas, el tratamiento para este tipo de estrés necesita la intervención de los distintos niveles de profesionales de la salud con una duración de meses resistentes al cambio, solo acuden para la terapia del dolor y malestares generales (Chipana, 2017).

b.3. Crónico

Es el estrés agotador de las actividades diarias de las personas en el transcurso de los años, este tipo de estrés desbasta al cuerpo, la mente y la vida a largo plazo, denominado el estrés de pobreza y familias disfuncionales con eternos

conflictos que no encuentran una alternativa de solución o una esperanza, por lo tanto, abandonan la búsqueda de soluciones por las exigencias y la falta de tolerancia (Cárdenas, 2019).

El estrés crónico se origina de las vivencias traumáticas de la infancia afectando su personalidad y sus creencias, se tiene que reformular la recuperación y el autoexamen con la ayuda de un profesional de salud. La parte negativa del estrés crónico es que los seres humanos se adaptan a él y lo olvidan porque les parece viejo y familiar. Este tipo de estrés ocasiona el suicidio, la violencia, apoplejía, infarto inclusive cáncer, los individuos se deterioran por el desgaste físico y mental prolongado, llegan a una crisis nerviosa final y fatal por las terapias complicadas del manejo y conducta del estrés por el profesional (Flores, 2018).

1.2.2.3. Etapas del estrés.

a. Reacción de alarma.

Para Sáenz (2019) en esta fase se produce una respuesta de alarma a la baja resistencia, cuando el hipotálamo segrega adrenalina hacia los vasos sanguíneos, quien abastece de energía al organismo para la hipervigilancia generando taquicardia, incremento de la frecuencia respiratoria, vaso dilatación facial, activación del sistema nervioso simpático preparando al organismo para una respuesta física inmediata.

b. Resistencia.

Es la etapa de adaptación en la que desarrollan una serie de procesos fisiológicos emocionales, cognitivos y comportamentales dirigidos a negociar el estrés sin ocasionar trastornos complejos al individuo, condición de alerta y la estimulación de las glándulas suprarrenales para para la producción de cortisol,

encargado de equilibrar la glucosa en la sangre con la finalidad de suministrar a los órganos principales (cerebro, corazón y osteomuscular) activando las reservas energéticas para mantener capacidad y el control del cuerpo (Quispe, 2019).

c. Agotamiento.

Según Sáenz (2019) se da cuando la etapa de resistencia se frustra o los mecanismos de adecuación ambiental no resultan entra a una etapa de agotamiento, en el que los trastornos fisiológicos y psicosociales pasan a ser crónicos e irreversible.

1.2.2.4. Principales estresores.

a. Ambientales.

Se considera los ruidos, temperatura, higiene, iluminación, espacio físico, equipo, mobiliario y otros relacionados (Sánchez, 2017).

b. Familiares.

El seno familiar, eventos ocasionados en el ciclo vital de la familia (ingresos y salidas de colegios, bautizos, bodas, abandono domiciliario de hijos, jubilación), eventos importantes imprevistos (muerte de algún integrante o enfermedad, separaciones o divorcio de pareja, accidentes, robos u otros eventos importante), vida diaria familiar (conflictos, presiones, maternidad, cuidado del adulto mayor, trabajo de ambos cónyuges, etc) estrés extra familiar (experiencias emocionales negativas, pérdida económica, discapacidad, ambiente físico laboral deficiente, falta de apoyo social, incorporación laboral femenino y cambio de roles domésticos) (Sánchez, 2017).

c. Fisiológico.

Refiere Arteaga (2019) que estas funciones son: digestión, reproducción, inmunidad y crecimiento, además incluye cambios internos (hipoglucemia, hemorragia, infección, lesión tisular, etc) y los cambios externos (calor, frío, agresión, dolor, etc). El estrés permite al ser humano adaptarse a corto y largo plazo en los sistemas neuroendocrino, cardiovascular, nervioso e inmunitario, dependiendo de la duración puede generar modificaciones en los antecedentes patológicos de HTA, diabetes, alteraciones neurológicas y úlceras gástricas.

d. Psicológicas.

Abarca todas las emociones y los estímulos físicos (Arteaga, 2019).

1.2.2.5. El estrés y sus factores determinantes.

Para Flores (2018) los agentes internos son los siguientes:

a. Agentes internos.

Los seres humanos tenemos la facultad de controlar el pensamiento y sentimientos que fueron nuestros aliados, para cambiar necesitamos esforzarnos con actitud positiva empleando métodos de relajación buscar ayuda profesional, algunos ejemplos de este factor:

a.1 Miedos

Con frecuencia el miedo a hablar en público, miedo al fracaso, miedo a las alturas, etc.

a.2 Falta de control e incertidumbre

Pocos individuos disfrutaban de sus actividades diarias sin darle la importancia a lo que sucederá, cómo reaccionarían al resultado de los exámenes de una muestra médica.

a.3 Creencias

Son expectativas, actitudes, experiencias y opiniones que forman parte de sus creencias que predisponen al estrés con pensamientos preestablecidos positivos y negativos.

b. Agentes externos.

Mientras que por otro lado Flores (2018) refiere que los agentes externos son:

- Eventos que se desarrollan en la persona que van relacionados al estilo de vida saludable.
- Importantes cambios en la vida: Pueden ser positivos (matrimonio, embarazo planificado, ascenso, adquisición nueva) y negativos (muerte, divorcio, despido).
- Entorno ambiental. - Acontecimientos del medio ambiente que ocasionan el estrés como la contaminación acústica, habitación iluminada o sombría.
- Eventos inesperados. - Visitas repentinas, reducción de ingresos económicos y exceso de gastos.
- Ambiente laboral. - Son factores comunes en el ambiente laboral por la sobre carga de trabajo, correos electrónicos infinitos, falta de satisfacción laboral, presión de sus superiores.

- Modificaciones sociales. - Falta de socialización y empatía entre compañeros de trabajo.

1.2.2.6. El estrés y sus factores psicosociales.

Según García (2015) el equilibrio y la necesidad de mantener la realidad y capacidad del individuo que percibe las demandas de su entorno tenemos:

a. Las demandas del trabajo:

La complejidad laboral está sobre la capacidad del trabajador para garantizar la actividad.

- La complejidad de la actividad se encuentra por debajo de lo imprescindible para conservar el nivel de activación.
- El tiempo de ejecución de la actividad está definido por las exigencias del equipo, organización y permitiendo al empleado una deficiente autonomía para definir sus actividades.
- Confusión de roles.
- Pugna de roles.
- Relaciones interpersonales deficientes.
- Inestabilidad laboral.
- Participación deficiente.
- Información insuficiente.
- Ambiente físico peligroso.
- Amplias responsabilidades.

b. La persona y sus características:

- La personalidad y sus rasgos.
- Necesidad de la persona (pirámide de Maslow).
- Aspiraciones del individuo (obtener un determinado estatus y ejecutar metas).
- Expectativas: confianza en alcanzar un trabajo con bonificaciones sociales y personales.

c. Los rasgos y la personalidad:

- Excesivo interés por la perfección y alcanzar metas programadas considerado al trabajo, el centro de su existencia, tensión e inhabilidad para relajarse, personas impacientes, competitivos y ambiciosos.
- Desorden somático en reacción al estrés con origen psicológico con sintomatología y alteraciones corporales.
- La ansiedad como característica del estado de presión excesiva del trastorno psicosomático.

1.2.2.7. Manifestaciones del estrés.

Estas se dan a conocer en distintos aspectos, para Quispe (2029) son:

a. Fisiológicos.

Manifiestan una variedad de sintomatología como: vías respiratorias y digestivas altas secas, cefalea, cambios en el metabolismo, insuficiencia respiratoria, HTA, alteraciones digestivas y dolores de espalda.

a. Psicológicos.

El estrés laboral produce distintas manifestaciones en las funciones psicológicas como: fatiga, depresión, apatía, irritabilidad, amnesia parcial, deficiente autoestima, ansiedad, falta de concentración, insatisfacción.

b. Conductuales.

Se manifiestan por medio de reacciones de conductas con frecuencia en el aumento de la ingesta de sustancias nocivas, excesivo o pérdida de apetito, alteraciones del lenguaje y sueño, conductas impulsivas, intentos de suicidio, risas nerviosas.

c. Sociales.

Se considera la satisfacción de las relaciones interpersonales y sus responsabilidades asignados en sus funciones sociales.

d. Ambientales.

La contaminación ambiental afecta la salud generando enfermedades respiratorias, dermatológicas, cardiovasculares y otros de menor a mayor complejidad, la inhalación del aire contaminado y los ruidos acústicos alteran el humor, la forma del comportamiento y modificaciones en el cerebro (dificultad en el aprendizaje y la memoria), para disminuir este problema de contaminación debemos llevar un entorno y estilo de vida saludable.

1.2.2.8. Afrontamiento del estrés.

El termino afrontamiento hace referencia a los esfuerzos que realiza el ser humano en controlar, reducir y tolerar los problemas que dirigen hacia el estrés

frente a los procesos internos y externos, la definición del afrontamiento tiene un interés en el área de la psicopatología y psicología clínica (Remuzgo, 2018).

1.2.2.9. Edad adulta.

Kaplan resume la edad adulta en el orden vital de la existencia del ser humano surge de la unión de sí mismo y el mundo, el ciclo vital no es estable evoluciona en secuencia a las etapas del desarrollo humano en los periodos de cambio y formación de una estructura ya existente que pasa formar otra nueva etapa, la mayor parte de esta etapa el adulto pasa por cambios que duran aproximadamente 5 años, finalizado este periodo la persona debe decidir y construir su estructura de ciclo vital y acompañar en la etapa de viaje, en esta fase de desarrollo se considera la primera edad adulta e intermedia.

1.2.2.10. Centro de salud.

Refieren Pérez y Merino (2014) que el centro de salud, en la actualidad se encuentra en la categoría I-3 FOMBE, en el que brinda sus servicios asistenciales en beneficio de la población en los servicios de medicina, odontología, psicología, obstetricia, enfermería, laboratorio, servicio social, nutrición, farmacia, emergencia general, tóxico, programas preventivo promocional y con servicio de hospitalización materna.

Así mismo, Pérez y Merino (2014) comentan:

El término proviene del latín *centrum*, con diversos significados, un lugar donde concurren y registran actividades comerciales o área donde se agrupan personas con un fin definido, con respecto a la salud es el estado completo de

bienestar biopsicosocial, es la ausencia de afecciones con una funcionalidad eficaz metabólica del organismo (párr. 14).

En conclusión, el centro de salud es un inmueble dirigido a la atención de salud a la población en la que las funciones de los trabajadores varían de acuerdo al nivel. El establecimiento debe contar con el equipo completo del personal asistencial y administrativos para garantizar los servicios de atención con calidad y calidez.

Menciona que la OMS conceptualiza al Centro de Salud como un componente del “Sistema Local de Salud” – SILOS. La atención primaria es la estrategia de interrelación de los servicios de salud que brinda a una población establecida, a un centro de salud se define por su capacidad de relacionarse participativamente. De acuerdo a la visión de la OMS el centro de salud es una institución del primer nivel de atención primaria en la que debe establecer la comprensión, continuidad e integración. (Mercenier, s.f., párr.4)

2. Método

2.1. El tipo de investigación

Fue de tipo observacional, porque no hubo manipulación de la variable, prospectivo, porque los datos recolectados fueron el propósito del estudio, transversal, porque se realizó en una sola medición y de nivel descriptivo, puesto que buscará describir los niveles de estrés (Supo, 2014).

2.2. Nivel de investigación de la tesis

Es de nivel descriptivo, puesto que buscará describir los niveles de estrés (Supo, 2014).

2.3. Diseño de la investigación

El diseño de la investigación fue epidemiológico, porque estudió la prevalencia del nivel de estrés en el personal asistencial de un centro de salud, es decir, su frecuencia o distribución en la población (Supo, 2014).

Según Hernández, Garrido y López (2000) menciona que:

Los principales objetivos de la investigación epidemiológica son, por un lado, describir la distribución de las enfermedades y eventos de salud en poblaciones humanas y, por otro, contribuir al descubrimiento y caracterización de las leyes que gobiernan o influyen en estas condiciones. (p.144).

2.4. El universo, población y muestra

Pérez (2012) define al universo como “El conjunto de personas, fenómenos o cosas sujetos a investigación, que tienen algunas características definitivas. Ante la posibilidad de investigar el conjunto en su totalidad, se seleccionará un subconjunto al cual se denomina muestra” (p. 26). En el presente estudio el universo estuvo constituido por el personal asistencial de un centro salud, que cumplieron con una serie de criterios de inclusión como de exclusión.

Criterios de inclusión

- Personal de salud que labora en el establecimiento de salud de Santa Elena de Ayacucho en el periodo 2020.
- Trabajadores que tengan la condición laboral de personal asistencial.
- Personal asistencial de ambos sexos.
- Personal de salud hispano hablante.
- Personal asistencial que comprenda y responda a la totalidad de los instrumentos.
- Personal de salud que brinde su consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Personal asistencial que pertenezcan a otras jurisdicciones.
- Trabajadores que no tiene la condición de personal de salud (administrativos, limpieza, vigilancia, transporte y entre otros).

- Personal asistencial que no responda a la totalidad de preguntas del instrumento.
- Personal asistencial que tenga dificultades para comprender y responder a los instrumentos.
- Personal de salud que no esté de acuerdo en participar en la investigación por motivos personales y de salud.

Respecto a la población, Arias, et al. (2016) define “A la población como un conjunto de estudio de casos, definido, limitado y accesible que será relativo para la elección de la muestra cumpliendo un orden de criterios predeterminados” (p. 202). En el estudio la población fue N=61 catalogados como personal asistencial que labora en el centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.

Para Tamayo y Tamayo (2006) menciona que la muestra es el “Conjunto de operaciones que se ejecutan para el estudiar la estructura de determinados caracteres en conjunto de una población, universo y colectivo iniciando de la observación de una fracción de la población establecida” (p.176). En el estudio se consideró a una muestra de n=48 colaboradores, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia ya que no hubo forma de obtener una muestra representativa.

2.5. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de la variable e indicadores

VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN	DIMENSIONES / INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Sexo	Autodeterminación	Femenino, Masculino	Catagórica, nominal, dicotómica
Condición laboral	Autodeterminación	Nombrados ley 276 administrativos Nombrados D.L. 1153 asistenciales Contratados CAS D.L.1057	Catagórica, nominal, politómica
Perfil profesional	Autodeterminación	Médico Psicólogo Obstetra Enfermera Biólogo Odontólogo Asistente social Farmacéutico Nutricionista Técnicos en enfermería	Catagórica, nominal, politómica
VARIABLE DE INTERÉS	DIMENSIONES / INDICADORES	VALORES FINALES	TIPOS DE VARIABLE
Estrés	Eutrés Distrés	Alto Medio Bajo	Cualitativa, ordinal, politómica.

2.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para realizar una investigación se requiere recolectar datos, razón por la cual existen técnicas e instrumentos para hacerlo.

2.6.1. Técnicas

La técnica que se utilizó para la evaluación de las variables de caracterización fue la encuesta, puesto que se recolectó datos sociodemográficos en base a una ficha de auto llenado. Para la variable de estudio se utilizó la técnica psicométrica ya que fue un instrumento psicométrico utilizado para medir el estrés.

2.6.2. Instrumentos

Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)

A. Nombre original: Perceived Stress Scale (PSS)

B. Autores : Cohen, S., Kamarck T., & Mermelstein. R.

Año : 1983

Adaptación Peruana: Guzmán-Yacamán Jaime Enrique y Reyes-Bossio

Mario

2.7. Plan de análisis

El plan de análisis según Berganza y Ruiz (2005) es:

Distribución del tiempo que duró la investigación en función y correspondencia con los contenidos de las diferentes etapas del proceso de investigación y del tipo de estudio que se pretende abordar. Adecuación y segmentación temporal a cada una de las etapas previstas en el desarrollo de la investigación. (p.71)

El procesamiento de los datos se realizó a través del software Microsoft Excel. El plan de análisis a realizar en el presente trabajo de investigación, estuvo dividido en cinco fases: primero por la naturaleza de la investigación del nivel

descriptivo se empleó el análisis estadístico univariado que es propio de la estadística descriptiva, en el cual se presentó los resultados a través de las frecuencias y porcentajes del nivel de estrés en el personal asistencial; segundo, se realizó la búsqueda de conceptos utilizando el Test de Escala de Percepción Global del Estrés; tercero, se identificó las propiedades psicométricas de la escala de estrés en el personal asistencial; cuarto, se evaluó con la escala de estrés en el personal asistencial y finalizando se realizó la discusión de los resultados hallados con las bases teóricas desarrolladas en el trabajo de investigación.

2.8. Principios éticos

El Código de Ética para la Investigación en la versión 003, aprobado por el Consejo Universitario con Resolución N° 0916-2020-CU-ULADECH Católica con fecha, octubre 29 de 2020 que tiene por finalidad establecer las normas de conducta de los investigadores promoviendo la adopción de buenas prácticas y la integridad de las actividades con las máximas exigencias de rigor, honestidad e integridad por parte de los investigadores en todas las fases de la actividad científica, considerando los principios orientados a la protección de la persona (bienestar y seguridad), donde se debe proteger su dignidad, identidad, diversidad socio cultural, confidencialidad, privacidad, creencia y religión, además de su participación voluntaria y derechos fundamentales como población vulnerable. La libre participación y el derecho a estar informado sobre los propósitos y fines de la investigación establecidas en el proyecto con la libertad de elegir su participación voluntaria. Beneficencia y no-maleficencia del balance del riesgo-beneficio positivo y justificado con el fin de asegurar el cuidado de la vida y el bienestar del participante, el investigador debe cumplir las

reglas de no causar daño disminuyendo los posibles efectos adversos e incrementando los beneficios, la integridad científica del investigador con ética profesional donde debe evaluar y declarar los daños, riesgos y beneficios que puedan afectar al participante en una investigación garantizando la veracidad y la comunicación de todo el proceso desde la formulación hasta los resultados con métodos, fuentes y datos válidos y confiables.

3. Resultados

3.1 Resultados

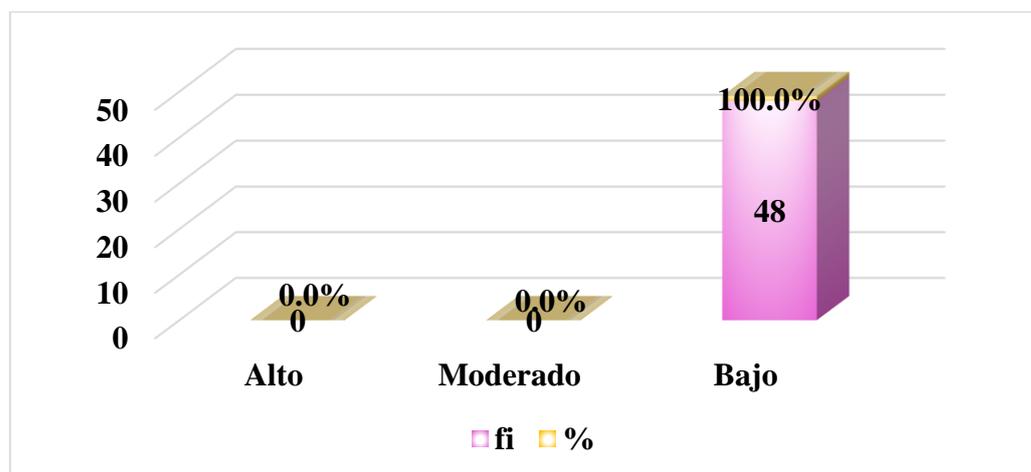
Tabla 2

Nivel de estrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.

Nivel	f	%
Alto	0	0.0 %
Moderado	0	0.0 %
Bajo	48	100 %
Total	48	100 %

Figura 1

Nivel de estrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.



Nota. En la tabla 2 y figura 1 se visualiza de la totalidad de evaluados equivalente a 48 trabajadores, ninguno de ellos se encuentra en el nivel alto o moderado de estrés y el 100 % de evaluados pertenece al nivel bajo de estrés.

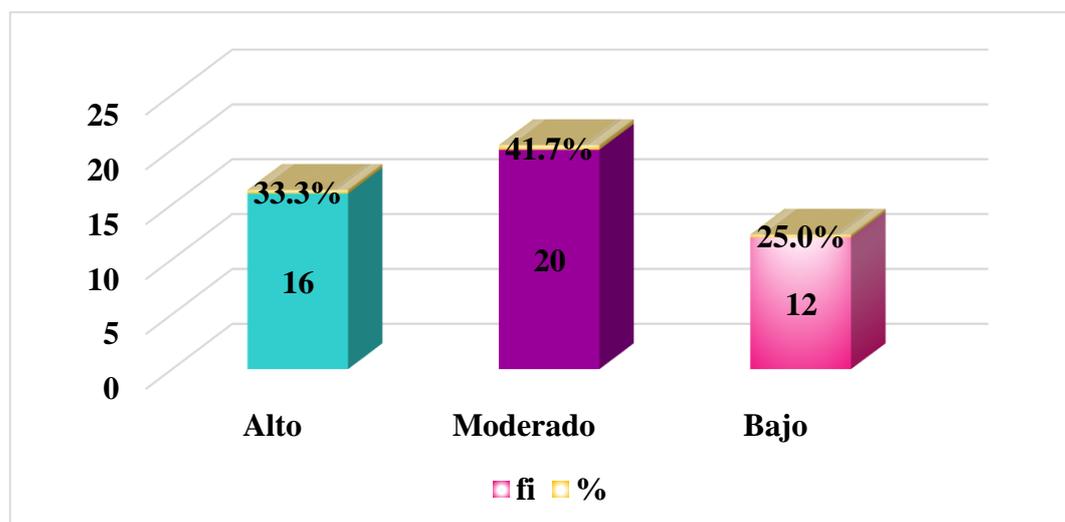
Tabla 3

Nivel de distrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.

Nivel	f	%
Alto	16	33.3 %
Moderado	20	41.7 %
Bajo	12	25.0 %
Total	48	100 %

Figura 2

Nivel de distrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.



Nota. En la tabla 3 y figura 2 se visualiza de la totalidad de evaluados equivalente a 48 trabajadores, el 41.7 % equivalente a 20 encuestados tiene el nivel moderado de distrés, seguidamente el 33.3 % de evaluados equivalente a 16 tienen el nivel alto de distrés, y para finalizar el 25.0 % con un número de 12 trabajadores se ubican en el nivel bajo de distrés.

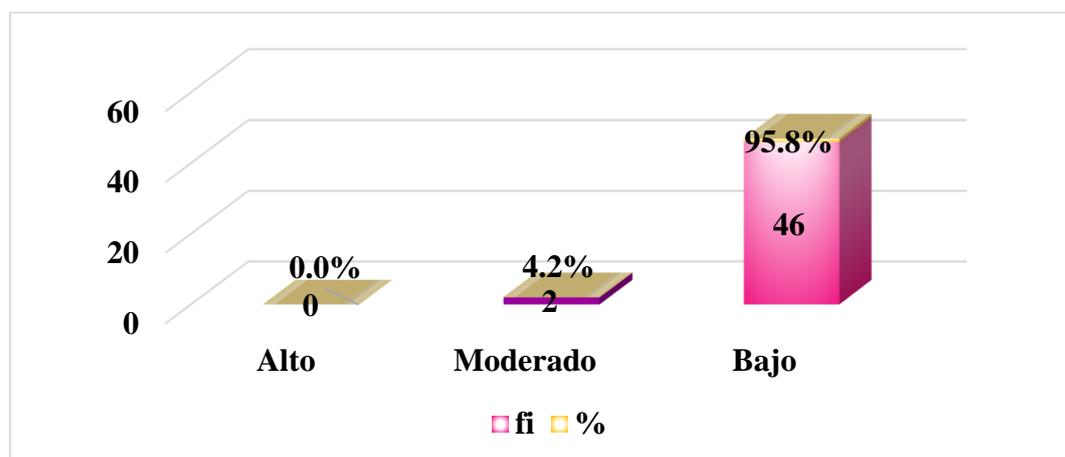
Tabla 4

Nivel de eutrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.

Nivel	f	%
Alto	0	0.0 %
Moderado	2	4.2 %
Bajo	46	95.8 %
Total	48	100 %

Figura 3

Nivel de eutrés en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.



Nota. En la tabla 4 y figura 3 se visualiza de la totalidad de evaluados equivalente a 48 trabajadores, el 95.8 % con un número de 46 trabajadores se ubican en el nivel bajo de eutrés, seguidamente el 4.2 % equivalente a 2 encuestados tiene el nivel moderado de eutrés y para finalizar ninguno de los evaluados tiene el nivel alto de eutrés.

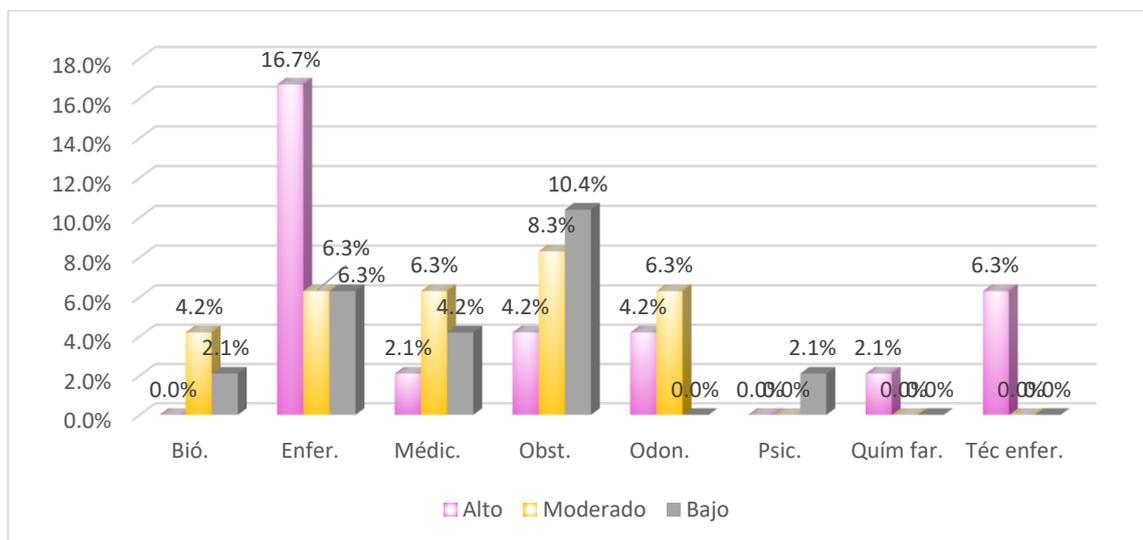
Tabla 5

Nivel de distrés según el tipo de profesión en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.

	Profesión u ocupación							
	Bió.	Enfer.	Médic.	Obst.	Odon.	Psic.	Quím far.	Téc enfer.
Alto	0.0 %	16.7 %	2.1 %	4.2 %	4.2 %	0.0 %	2.1 %	6.3 %
Moderado	4.2 %	6.3 %	6.3 %	8.3 %	6.3 %	0.0 %	0.0 %	10.4%
Bajo	2.1 %	6.3 %	4.2 %	10.4 %	0.0 %	2.1 %	0.0 %	0.0 %
Total	6.3 %	29.2 %	12.5 %	22.9 %	8.3 %	2.1 %	2.1 %	16,7%

Figura 4

Nivel de distrés según el tipo de profesión en el personal asistencial del centro de salud Santa, Ayacucho, 2020.



Nota. En la tabla 5 y figura 4 se evidencia la prevalencia del nivel alto de distrés en el personal asistencial de enfermería con el 16.7 % seguido del nivel bajo de distrés con el 10,4% en el personal de obstetricia, continuando con el moderado en profesionales de odontología, alto en técnicos en enfermería y moderado en medicina con el 6.3 % respectivamente; en profesionales de biología se observa la prevalencia del nivel moderado con el 4.2 % y para finalizar predomina el nivel bajo en psicología y nivel alto en profesionales químico farmacéuticos con el 2.1 % respectivamente.

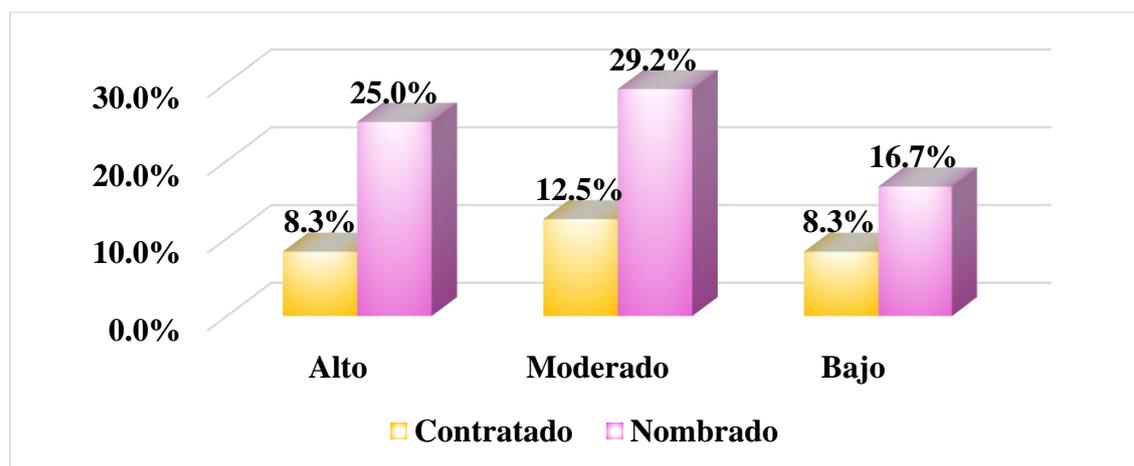
Tabla 6

Nivel de distrés según la condición laboral en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.

		Tipo de condición laboral				Total
		Contratado		Nombrado		
Nivel de distrés		f	%	f	%	
Nivel de distrés	Alto	4	8.3 %	12	25.0 %	16
	Moderado	6	12.5 %	14	29.2 %	20
	Bajo	4	8.3 %	8	16.7 %	12
Total		14	29.2 %	34	70.8 %	48

Figura 5

Nivel de distrés según la condición laboral en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.



Nota. En la tabla 6 y figura 5 se visualiza de la totalidad de evaluados equivalente a 48 trabajadores, se visualiza la prevalencia del nivel moderado de distrés en los trabajadores nombrados con el 29,2 % seguido del nivel moderado con el 12,5 % que corresponde a la condición de trabajadores contratados.

Tabla 7

Nivel de distrés según el sexo en el personal asistencial del centro de salud Santa

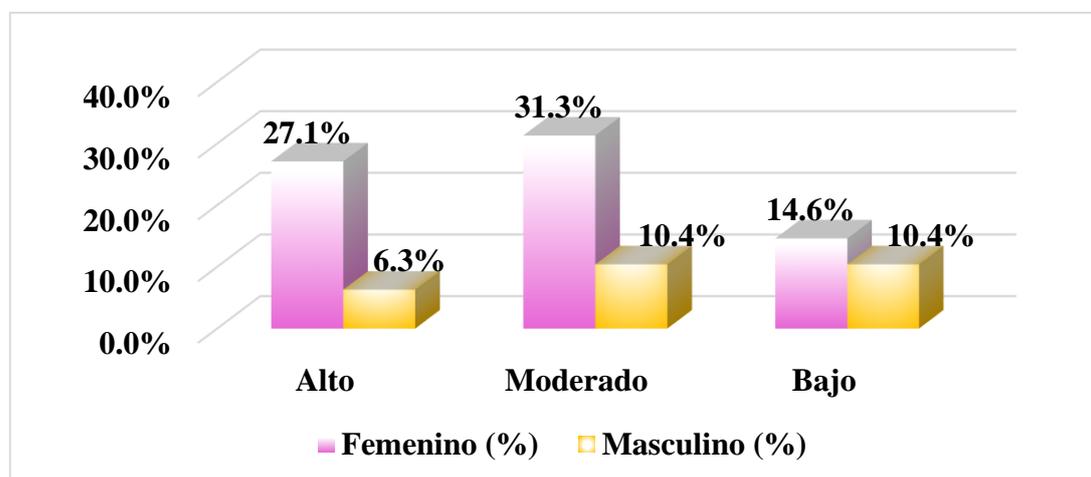
Elena, Ayacucho, 2020.

		Tipo de sexo				Total
		Femenino		Masculino		
Nivel de distrés		f	%	f	%	
Nivel de distrés	Alto	13	27.1 %	3	6.3 %	16
	Moderado	15	31.3 %	5	10.4 %	20
	Bajo	7	14.6 %	5	10.4 %	12
Total		35	72.9 %	13	27.1 %	48

Figura 6

Nivel de distrés según el sexo en el personal asistencial del centro de salud Santa

Elena, Ayacucho, 2020.



Nota. En la tabla 7 y figura 6 se visualiza que el 31.3 % son de sexo femenino y tienen nivel moderado de distrés, mientras que el sexo masculino evidencia la prevalencia del nivel moderado y bajo con el 10.4 % respectivamente.

3.2 Discusión

El presente trabajo tuvo por finalidad determinar los niveles de estrés en el personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020; cabe precisar que la Escala de Percepción Global del Estrés-EPGE cuenta con una validez y confiabilidad aceptable en su adaptación peruana, mientras que en la presente muestra de 48 trabajadores se obtuvo una fiabilidad según el Alfa de Crombach de 0.680 que quiere decir que posee una fiabilidad alta. Por otro lado, las dificultades en el momento de la evaluación, que surgieron debido al confinamiento social fueron debidamente superados de acuerdo a los protocolos establecidos de bioseguridad. Por estos motivos se puede decir que el presente estudio es válido y confiable, mientras que los resultados no pueden ser generalizados debido a la muestra no probabilística.

Del objetivo general en la tabla 1 referente al nivel prevalente de estrés en el personal se identificó al nivel bajo con el 100 % (48). Esto quiere decir que los trabajadores son capaces de afrontar adecuadamente la presión en su entorno laboral, frente a situaciones de tensión y ante sucesos difíciles. Contrastando lo encontrado con la investigación de Remuzgo (2017) cuyo estudio fue “Estrés laboral y satisfacción del personal asistencial del Centro de Salud Huancapi-Ayacucho, 2017”; se observan resultados similares ya que dicho estudio identificó el nivel bajo de estrés laboral en los trabajadores asistenciales con el 81.3%. Por otra parte, comparando este resultado frente al estudio de Sáenz (2019) sobre “Estrés laboral en el personal del servicio de emergencia Hospital Santa Rosa, Lima-2019”. Se evidencian resultados distintos ya que identificó que los personales de servicio de dicho centro de salud en su mayoría manifiestan niveles medios y altos de estrés.

Del objetivo específico en la tabla 2 de acuerdo al nivel de distrés en el personal asistencial se identificó la prevalencia del nivel moderado con el 41.7 % (20), seguido del nivel alto con el 33.3 % (16) y finalizando con el nivel bajo con el 25 % (12). El nivel prevalente moderado quiere decir que los trabajadores en su mayoría regularmente evidencian signos y síntomas del estrés desagradable que genera angustia y sufrimiento. Esto podría ser por la situación de confinamiento y vulnerabilidad al que están expuestos por la pandemia del COVID-19. Comparando dicho resultado con el estudio de Guzmán (2016) se observan resultados distintos ya que en su estudio sobre “Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en universitarios de Beca 18” identificó el nivel alto prevalente de distrés con el 54.16 % y 47.30 en una muestra de Lima y del interior del país respectivamente. De acuerdo al análisis de los resultados, el estrés puede generar enfermedades y malestar en los trabajadores, el cual probablemente repercute en la disminución de la productividad y su calidad de vida se ve afectado, lo que contribuye a generar problemas de salud laboral en el personal asistencial de los diferentes perfiles profesionales.

Respecto al segundo objetivo específico se determinó que el nivel prevalente de eutrés es bajo con el 41.7 % (20). Esto evidencia una falta de satisfacción frente al estrés bueno o a las situaciones que ayudan a salir de la zona de confort y que aportan en el desarrollo del personal de salud evaluado. Comparando este resultado frente al estudio de Guzmán (2016) evidencian diferencias ya que dicho estudio fue comparativo en donde no se analizó la dimensión eutrés desde una metodología descriptiva. Lo mismo ocurre con el estudio de Remuzgo (2018) quienes al realizar

su estudio que tuvo nivel correlacional se identificó el nivel de estrés según dimensiones.

Con respecto al nivel de distrés según el perfil profesional del personal asistencial, se evidencia la prevalencia del nivel de alto de distrés en el personal asistencial de enfermería con el 16.7 %, es decir que los trabajadores de enfermería evidencian dificultades relacionados al estrés negativo, esto podría ser porque la atención fue presencial y en primera línea durante la pandemia del Covid -19, base destacar que fueron ellos unos de los muchos profesionales que estuvieron en primera línea durante la pandemia.

En cuanto al nivel de distrés y condición laboral se analiza que existe la prevalencia del nivel moderado de distrés en los trabajadores nombrados con el 29,2 % seguido del nivel moderado con el 12,5 % que corresponde a la condición de trabajadores contratados.

Referente al nivel de distrés según sexo se identificó que el 31.3 % son de sexo femenino y tienen nivel moderado de distrés, seguido del 27.1 % del nivel de distrés alto en las evaluadas. Estos resultados podrían ser de acuerdo a las teorías porque los organismos de las mujeres son más sensibles y propensas a la segregación de hormonas que responden ante el estrés, así mismo las responsabilidades del hogar podrían influir el nivel de distrés en el que se encuentran. Esto evidencia resultados distintos frente al estudio de Pineda, Gonzáles, Romero y Guzmán (2017) quienes concluyen que el nivel prevalente de estrés se da en varones con el 70.27 % y pertenecen al nivel regular.

4. Conclusiones

Los niveles de estrés del personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020 indican que el 100% (48) de evaluados pertenecen al nivel bajo de estrés.

El nivel de distrés del personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020 indica la prevalencia del nivel moderado con el 41.7% (20).

El nivel de eutrés del personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020 identificó la prevalencia del nivel bajo con el 41.7 % (20).

El nivel de distrés según el tipo de profesión en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020 identificó la prevalencia del nivel alto de distrés en el personal asistencial de enfermería con el 16.7 % seguido del nivel bajo de distrés con el 10,4% en el personal de obstetricia, continuando con el moderado en profesionales de odontología, alto en técnicos en enfermería y moderado en medicina con el 6.3 % respectivamente; en profesionales de biología se observa la prevalencia del nivel moderado con el 4.2 % y para finalizar predomina el nivel bajo en psicología y nivel alto en profesionales químico farmacéuticos con el 2.1 % respectivamente.

El nivel de distrés según la condición laboral en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020 visualiza la prevalencia del nivel moderado de distrés en los trabajadores nombrados con el 29,2 % seguido del nivel moderado con el 12,5 % que corresponde a la condición de trabajadores contratados.

El nivel de distrés según sexo en el personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho, 2020 identificó que el 31.3 % son de sexo femenino y tienen nivel moderado de distrés, mientras que el sexo masculino evidencia la prevalencia del nivel moderado y bajo con el 10.4 % respectivamente.

Recomendaciones

Tomar en cuenta los resultados para futuras investigaciones, del mismo modo realizar un estudio probabilístico con una muestra más amplia para poder generalizar los resultados, con la finalidad de contribuir en la salud mental y bienestar en general del personal de salud de dicho establecimiento.

Informar de manera oportuna sobre los resultados a las autoridades respectivas y colaboradores de la investigación respetando los principios éticos, con el fin de influir en la toma de decisiones dentro de establecimiento, para el desarrollo de estrategias direccionadas a la disminución del nivel de estrés.

Implementar estrategias y reconsiderar programas de regulación emocional frente al estrés, para de esa manera se promuevan estrategias e incrementar el adecuado nivel de eutrés y mejorar el bienestar general de los trabajadores.

Elaborar el rol de turnos de acuerdo a las necesidades del personal asistencial en coordinación con las jefaturas de servicios y el área recursos humanos.

Implementar talleres de técnicas para el manejo de estrés que permita reforzar la autorregulación emocional, actividades dinámicas, ejercicios, deportes, paseos para mejorar el bienestar biopsicosocial-espiritual y las relaciones interpersonales.

Tener en cuenta los resultados del presente estudio como antecedentes teóricos y promover investigaciones con una muestra más amplia y con trabajadores de distintos establecimientos de salud de su jurisdicción.

Promover investigaciones cualitativas, de adaptación y validación de pruebas psicométricas de acuerdo al contexto y a las líneas de investigación actual.

Referencias

- Arango Jaico, F. de C., Córdova Huamán, C. K., y Sulca Illaconza, M. (2020). *Estrés y Desempeño Laboral en el Enfermero del Servicio de Emergencia del Hospital Regional de Ayacucho, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Callao]. Repositorio Institucional Unac.
<http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/UNAC/5451/Arango%2C>
- Arias Gómez, J., Villasís Keever, M. Á., y Miranda Novales, M. G. (2016). Metodología de la investigación. *Redalyc*, 63, 202.
www.nietoeditores.com.mx
- Arteaga Quispe, K. A. (2019). *Relación entre carga laboral y el nivel de estrés en internos de medicina. Hospital Regional Docente de Trujillo 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/40315>
- Atme Carmona, P., y Cárdenas Conga, L. (2017). *Estrés y su relación con el desempeño Laboral de los Profesionales de Enfermería que Laboran en el Hospital Regional de Ayacucho y el Hospital de EsSalud 2017* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional Uladech. <http://repositorio.unsch.edu.pe/handle/UNSCH/2303>
- Berganza Conde, M. R., y García Galera, M. del C. (2005). El método científico aplicado a la investigación en Comunicación Mediática. *Investigar En Comunicación : Guía Práctica de Métodos y Técnicas de Investigación Social En Comunicación*, 19–42.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=1204212>

- Caldera Montes, J. F., Pulido Castro, B. E., y Martínez González, G. (2007). *Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos*. *Revista de Educación y Desarrollo*;7. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf
- Cárdenas Carrasco, F. W. (2019). *Relación de la satisfacción con la vida y el estrés laboral, en docentes de la Institución Educativa Privada Saco Oliveros Ayacucho–2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional Uladech. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/15130>
- Carrillo Flores, A. L. (2015). *Población y Muestra*. Universidad Autónoma del Estado de México escuela preparatoria Texcoco. <http://ri.uaemex.mx/oca/view/20.500.11799/35134/1/secme-21544.pdf>
- Chipana Chavez, M. I. (2017). *Nivel de estrés laboral y estrategias de afrontamiento en enfermeras de un Hospital del de Chanchamayo, 2016* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional Unmsm. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/7085>
- Chuchón Guillén, J. G. (2020). *Adaptabilidad Familiar y Nivel de Estrés en Estudiantes Universitarias Ayacucho, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional Uladech. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/18686/adaptabilidad_familiar_nivel_de_estres_estudiantes_chuchon_guillen_jhoselyn_ggemys.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Cuchuri Flores, L. K., y Jones Pomacanchari, J. (2018). *Afrontamiento del Estrés Durante la Experiencia Clínica en los Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho 2018* [Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga].

Repositorio institucional Unsch.

<http://repositorio.unsch.edu.pe/handle/UNSCH/3490>

De Carmen García-Moran, M., y Gil-Lacruz, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Persona*, (19), 11-30.

<https://www.redalyc.org/pdf/1471/147149810001.pdf>

Florencia Daneri, M. (2012). *Biología del Comportamiento*. [Archivo pdf].

https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedra/s/electivas/090_comportamiento/material/tp_estres.pdf

García Alvear, J. L. (2015). *Estudio del Estrés Laboral en el Personal Administrativo y Trabajadores de la Universidad de Cuenca. Cuenca 2015* [Tesis de maestría, Universidad de Cuenca].

<https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/24644/1/Tesis.pdf>

Guzmán, J. (2016). *Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en universitarios de Beca 18*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio académico UPC.

<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/614544>

Guzmán-Yacaman, J. E., y Reyes-Bossio, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista*

de *Psicología (PUCP)*, 36(2), 719-750.

<http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v36n2/a13v36n2.pdf>

Hernández-Avila, M., Garrido-Latorre, F., y López-Moreno, S. (2000). Diseño de estudios epidemiológicos. *Salud pública de México*, 42, 144-154.

<https://www.scielosp.org/pdf/spm/2000.v42n2/144-154>

Herrera Vázquez, M. A. (2011, septiembre 7). *Técnicas de investigación fichas de registro*. [https://es.slideshare.net/herreramarina4/tcnicas-de-investigacin-](https://es.slideshare.net/herreramarina4/tcnicas-de-investigacin-fichas-de-registro)

[fichas-de-registro](https://es.slideshare.net/herreramarina4/tcnicas-de-investigacin-fichas-de-registro)

Huerta, R. E. (2014). *Como el estrés afecta a la memoria-AARP*.

<https://www.aarp.org/espanol/salud/expertos/elmer-huerta/info-2014/efectos-estres-memoria.html>

López Roldán, P., y Fachelli, S. (2016). *Metodología de la investigación social cuantitativa*.14. [Archivo pdf].

https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsoccaa_a2016_cap2-3.pdf

Martínez, E., y Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar.

Educación y Educadores, 10(2) 11-22.

<https://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/687>

Miguel Flores, D. Y. (2018). *Alexitimia y estrés laboral en personal asistencial de un centro de salud del distrito de Comas, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29858/Miguel_FDY.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- MINSA. (2018). Ministerio de Salud. *Lineamientos de Política de en Salud Mental* [Archivo pdf]. MINSA. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>
- Mercenier, P. (s.f) *El rol del centro de salud en un sistema local de salud basado en la estrategia de atención primaria* [Archivo pdf].
https://med.unne.edu.ar/sitio/multimedia/imagenes/ckfinder/files/files/salud_publica/012.pdf
- Ministerio de Salud. (2020). *Cuidado de la salud mental del personal de la salud en el contexto del Covid – 19* [Archivo pdf]. MINSA.
<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5000.pdf>
- Montalvo, F. (2014). *Diagnóstico del estrés laboral y su influencia en la en la satisfacción del personal asistencial en Novaclínica SA de la ciudad Quito* [Tesis doctoral, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio institucional Dspace. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/3582>
- OPS/OMS Perú. (2020). *OPS/OMS Perú - Cuidado y autocuidado de la salud mental en tiempos de COVID-19.*
https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=4546:cuidado-y-autocuidado-de-la-salud-mental-en-tiempos-de-covid-19&Itemid=1062
- Pérez Porto, J. y Merino, M. (2014). *Definición de centro de salud.*
<https://definicion.de/centro-de-salud/>
- Pérez Álvarez, R. (2012). *Metodología de la Investigación.*
<http://metinvc.blogspot.com/2012/02/t5b-proyecto-de-investigacion.html>

Pineda, Gonzáles, Romero y Guzmán (2017). Percepción de estrés y practicas parentales en estudiantes de Psicología de nuevo ingreso. *European Scientific Journal, ESJ*, 13, 17. <https://www.researchgate.net/profile/Rebeca-Guzman-Saldana->

Quispe Condori, D. (2019). *Influencia del nivel de estrés laboral sobre el clima organizacional en el personal asistencial de la red de salud de Islay - 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa].

Repositorio institucional UNSA.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10816/UPqucod.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Remuzgo Guevara, D. C. (2018). *Estrés laboral y satisfacción del personal asistencial del Centro de Salud Huancapi-Ayacucho, 2017* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV.

<http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/20493>

Requena, D. (2019). *Inteligencia emocional y síndrome de burnout en trabajadores del centro de salud San Juan De Miraflores* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional UNFV.

[http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3005/UNFV_Requena_Ortiz de oru% c3 % 89 Diana Pryscila titulo profesional 2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3005/UNFV_Requena_Ortiz_de_oru%c3%89_Diana_Pryscila_titulo_profesional_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Sabino, C. (1992). *El proceso de investigación*.

http://paginas.ufm.edu/sabino/ingles/book/proceso_investigacion.pdf

Sadock y Alcott (2020). (s.f). Sinopsis de psiquiatría. *Kaplan-Sadock*. Retrieved May 6, 2020. [Archivo pdf]. Bibliopsi.

[http://www.bibliopsi.org/docs/carreras/terapia.ocupacional/Psicopatologia/Sinopsis de psiquiatria, Cap. 2- Desarrollo humano y ciclo vital, Kaplan-Sadock.pdf](http://www.bibliopsi.org/docs/carreras/terapia.ocupacional/Psicopatologia/Sinopsis%20de%20psiquiatria,%20Cap.%20-Desarrollo%20humano%20y%20ciclo%20vital,%20Kaplan-Sadock.pdf)

Sampieri, H., Collado, F., y Baptista, L. (2000). *Proceso de investigación*. [Archivo pdf]. <https://josetavarez.net/compendio-metodologia-de-la-investigacion.pdf>

Sánchez Alarcón, I. M. (2018). *Determinantes del Síndrome de Estrés Asistencial de los Profesionales de Enfermería del Centro de Salud Tipo C Nueva San Rafael de la Ciudad de Esmeraldas* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio institucional PUCESE. [repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/1711/1/Sanchez Alarcon Iskra Mishelle .pdf](https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/1711/1/Sanchez%20Alarcon%20Iskra%20Mishelle%20.pdf)

Sánchez Vera, K. M. (2017). *Prevalencia de estrés laboral y factores asociados en el personal asistencial prehospitario del programa de sistema de atención móvil de urgencias Instituto de Gestión de Servicios de Salud (SAMU - IGSS)* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional UNMSM. [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/6110/Sanchez vk .pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/6110/Sanchez_vk.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Sáenz Farfán, M. E. (2019). *Estrés laboral en el personal del servicio de emergencia Hospital Santa Rosa, Lima -2019* [Tesis de maestría, Universidad César

Vallejo]. Repositorio institucional UCV.

<http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/37803>

Sarsosa Prowesk, K., y Charria Ortiz, V. (10 de noviembre de 2017). *Estrés laboral en personal asistencial de cuatro instituciones de salud nivel III de Cali, Colombia. Universidad y Salud, artículo original, 9.*

<http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v20n1/0124-7107-reus-20-01-00044.pdf>

Selye, H. (1975). Confusion and controversy in the stress field. *Journal of human stress, 1*(2), 37-44.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0097840X.1975.9940406>

Stepanian, A. O. (2006). *Sintomas, Niveles de Estres y Estrategias de Afrontamiento en una Muestra de Estudiantes Masculinos y Femeninos de una Institucion de Educacion Superior Militar: Analisis Comparativo* [Tesis de maestría, Universidad Católica de Colombia]. Repositorio institucional

UCC. <https://www.coursehero.com/file/51474413/Tesis-de-maestr%C3%8da-Andr%C3%A9s-Ospina-Stepanianpdf/>

Supo, J. (2014). *Seminarios de investigación científica* [Archivo pdf].

<https://ecobiouvm.files.wordpress.com/2015/08/sipro-sinopsis-del-libro.pdf>

Torrades, O. (2007). Estrés y burn out: definición y prevención. *Offarm: farmacia y sociedad, 26*(10), 104-107.

<13112896#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,biol%C3%B3gico%20necesario%20para%20la%20supervivencia.>

Umivale. (n.d.). *Hábitos de vida saludables Estrés* [Archivo pdf].

https://www.uv.es/preven/documentacion/105281_8.Estres.pdf

Vásquez Ccatamayo, E. (2016). *Nivel de estrés laboral en el profesional de enfermería que labora en el servicio de centro quirúrgico del Hospital Regional Miguel Ángel Mariscal Llerena Ayacucho, 2016* [Tesis de postgrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional UNMSM.

<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/13666>

Villagaray Fernández, V. S. (2019). *Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en la unidad de cuidados intensivos pediátricos de un hospital nacional de Ayacucho, 2019* Universidad Peruana Unión escuela de posgrado Unidad de Posgrado Ciencias de la Salud [Tesis de posgrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional UPU.

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2702/Vilma_Trabajo_Academico_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Apéndice

Apéndice A. Instrumento de evaluación

Escala de Percepción del Estrés

Marca con una "X" en el casillero aquella opción que exprese mejor tu situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta coloca solo una opción.					
	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	Frecuentemente	Casi siempre
1. En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?					
2. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?					
4. En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?					
5. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
6. En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
7. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
8. En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?					
9. En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?					
10. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?					
11. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?					
12. En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?					
13. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?					

Apéndice B. Consentimiento informado

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS MÉDICAS Y DE LA SALUD)

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: **“ESTRÉS EN EL PERSONAL ASISTENCIAL DEL CENTRO DE SALUD DE SANTA ELENA, AYACUCHO, 2020”** y es dirigido por **PAREDES OSORIO Mery**, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Determinar el nivel de estrés del personal asistencial del centro de salud Santa Elena, Ayacucho.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 15 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

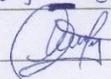
Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de una Carta. Si desea, también se le podrá escribir a su correo personal para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: Dr. Noruso Pavuca Cancho

Fecha: 22/10/20.

Correo electrónico: naratus_87@hotmail.com

Firma del participante: 

Firma del investigador (o encargado de recoger información): 

Apéndice C. Cronograma de actividades

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																	
N°	Actividades	Año 2020 - 2020								Año 2021 - 2021							
		Semestre I				Semestre II				Semestre I				Semestre II			
		Abril		Julio		Setiembre		Diciembre		Marzo		Junio		Setiembre		Diciembre	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del Proyecto																
2	Revisión del proyecto por el Jurado de Investigación																
3	Aprobación del proyecto por el Jurado de Investigación																
4	Exposición del proyecto al Jurado de Investigación o Docente Tutor																
5	Mejora del marco teórico																
6	Redacción de la revisión de la literatura.																
7	Elaboración del consentimiento informado (*)																
8	Ejecución de la metodología																
9	Resultados de la investigación																
10	Conclusiones y recomendaciones																
11	Redacción del pre informe de Investigación.																
12	Reacción del informe final																
13	Aprobación del informe final por el Jurado de Investigación																
14	Presentación de ponencia en eventos científicos																
15	Redacción de artículo científico																

Apéndice D. Presupuesto

Presupuesto desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Suministros (*)			
• Impresiones	1.00	250	250.00
• Fotocopias	0.10	150	15.00
• Empastado	30.00	4	120.00
• Papel bond A-4 (500 hojas)	0.10	100	10.00
• Lapiceros	1.00	30	300.00
Servicios			
• Uso de Turnitin	50.00	2	100.00
Sub total			745.00
Gastos de viaje			
• Pasajes para recolectar información	10.00	30	300.00
Sub total			250.00
Total de presupuesto desembolsable			1050.00
Presupuesto no desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% ó Número	Total (S/.)
Servicios			
• Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital - LAD)	30.00	4	120.00
• Búsqueda de información en base de datos	35.00	2	70.00
• Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University - MOIC)	40.00	4	160.00
• Publicación de artículo en repositorio institucional	50.00	1	50.00
Sub total			400.00
Recurso humano			
• Asesoría personalizada (5 horas por semana)	63.00	4	252.00
Sub total			252.00
Total de presupuesto no desembolsable			652.00
Total (S/.)			1702.00

Apéndice E. Ficha técnica del instrumento

Ficha técnica

Nombre original: Perceived Stress Scale (PSS)

Nombre en español: Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)

Autores : Cohen, S., Kamarck T., & Mermelstein. R.

Año : 1983

Adaptación Peruana: Guzmán-Yacaman Jaime Enrique y Reyes-Bossio

Mario

Objetivos:

Evaluar el nivel de estrés percibido

Numero de ítems: 13

Tipo de administración: Cuestionario auto aplicado

Población: Adultos

Duración: Aproximadamente 15 minutos

Descripción del instrumento:

La Escala de Percepción Global de Estrés EPGE-13 o Escala de estrés Percibido, facilita una medida global de estrés percibido en el último mes, en el cual se evalúa el grado del estado de vida que son valoradas como estrés por los trabajadores. Originalmente conformada por 14 ítems y dos escalas, positivas que pueda destacar o favorecer, en caso estén bajos y los negativos en situaciones creadoras de estrés.

Fiabilidad

En el Perú se obtuvo una confiabilidad 332 sujetos de una universidad, se utilizó el método de consistencia interna de alfa de Cronbach, el instrumento demostró, que cada uno de sus factores cuentan con una fiabilidad aceptable. En el caso de los ítems que componen el factor de eustrés, el índice de consistencia interna de alfa de Cronbach fue de .799. Para el factor de distrés el índice de consistencia interna de alfa de Cronbach fue de .770 (Guzmán y Reyes, 2018).

Por otro lado, en el presente estudio se obtuvo una fiabilidad según el alfa de Cronbach con un valor de .745 que quiere decir fiabilidad alta.

Validez

En el Perú se realizó la validez convergente y divergente, las correlaciones con las medidas de afecto positivo y negativo del SPANAS fueron adecuadas. (Guzmán y Reyes, 2018). Mientras que el presente estudio se realizó la validez denominada de constructo, mediante la correlación ítem-test cuyos indicadores evidenciaron valores \geq a 0.20 esto indica que la escala en una muestra adulta en Ayacucho evidencia una validez aceptable.

Apéndice F. Carta de autorización



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FORMATO PARA APLICACIÓN DE INSTRUMENTO DE LA INVESTIGACIÓN

Señor (a):
Obst. YUPANQUI CORAS Marlene
Gerente del CLAS Santa Elena

Ayacucho, 22 de octubre de 2020

SECRETARIA

22 OCT 2020

Nº de Registro: _____

Recibido por: _____

Hora: _____

Presente. -

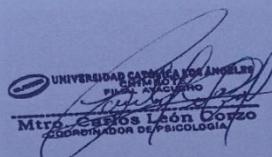
La escuela Profesional de Psicología como parte de la formación integral del estudiante de Psicología desarrolla asignaturas de investigación y talleres de investigación, los cuales concluyen con un Proyecto de Investigación.

La estudiante PAREDES OSORIO, Mery con código 3123181646 del VI ciclo académico de estudios, se dispone realizar la investigación **“NIVEL DE ESTRÉS EN PERSONAL ASISTENCIAL DEL CENTRO DE SALUD SANTA ELENA, AYACUCHO, 2020”**, el cual está dirigido al personal asistencial del centro de salud Santa Elena, haciendo uso de la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE) que contiene 13 ítems, para ello se le solicita a su persona los siguientes:

1. El acceso a la información necesaria de la situación del personal asistencial y la institución.
2. El permiso para la aplicación del instrumento físico y virtual en modo de formulario de respuesta, en el horario que se coordine con su persona.

Agradeciendo de antemano su gentil colaboración, hago propicio la ocasión para expresarle la muestra de mi especial consideración, a la espera de la atención a la presente y el permiso correspondiente quedo de usted.

Atentamente:



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE
Mtro. Carlos León Corzo
COORDINADOR DE PSICOLOGÍA

Av. Mariscal Cáceres N° 1034 - Ayacucho, Perú
Tel: (066) 317251
Cel.: 998850129 - 945090837
www.uladtech.edu.pe

Apéndice G. Matriz de consistencia

Tabla 8

Matriz de consistencia del estrés en el personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020

ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLE	DIMENSIONES/ INDICADORES	METODOLOGÍA
¿Cuál es el nivel de estrés en el personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020?	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar los niveles de estrés del personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar los niveles de distrés en el personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020 • Determinar los niveles de eutrés en el personal asistencial del centro de 	<p>- Estrés</p> <p>Florencia (2012) lo define “Como una amenaza real o supuesta a la integridad fisiológica de un individuo que resulta en una respuesta fisiológica o conductual” (p. 12).</p>	<p>-Distrés</p> <p>-Eutrés</p>	<p>Tipo: observacional</p> <p>Nivel: descriptivo</p> <p>Enfoque: cualitativo</p> <p>Diseño. Epidemiológico no experimental</p> <p>Población: La población fue P= 61 trabajadores del personal de salud que labora en el centro de salud, Ayacucho 2020.</p> <p>Muestra: n=48 trabajadores que laboran en el centro de salud Santa Elena</p> <p>Muestreo: No probabilístico por conveniencia.</p> <p>Técnica:</p>

Salud Santa Elena,
Ayacucho, 2020.

- Determinar el nivel de distrés según el tipo de profesión del personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.
- Determinar el nivel de distrés según el tipo de condición laboral del personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.
- Determinar el nivel de distrés según sexo del personal asistencial del centro de Salud Santa Elena, Ayacucho, 2020.

- Cuestionario

- Psicometría

Instrumento: Escala de Percepción Global
de Estrés EPSS 13
