

## **NIVEL DE ESTRÉS Y SU RELACIÓN CON LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE LAS INTERNAS DE ENFERMERÍA. HOSPITAL BELÉN DE TRUJILLO – 2013**

### **STRESS LEVEL AND ITS RELATIONSHIP WITH COPING STRATEGIES OF INTERNAL NURSING. BETHLEHEM HOSPITAL OF TRUJILLO - 2013**

**Carmen Angélica, Rojas Camacho<sup>1</sup>; Helen Soledad Rivera Tejada<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Exalumna de la Escuela Profesional de Enfermería, angelikita\_rc\_89@hotmail.com  
Universidad César Vallejo

<sup>2</sup>Docente del área de Investigación, hriviera@ucv.edu.pe  
Universidad César Vallejo

Recibido: 30 marzo 2014 - Aceptado: 30 mayo 2014

#### **RESUMEN**

El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo, no experimental correlacional, con un diseño correlacional simple de corte transversal prospectivo. Tuvo como objetivo determinar el Nivel de estrés y su relación con las Estrategias de afrontamiento. La muestra estuvo conformada por 80 internas de enfermería, a las cuales se les aplicó la Escala de Valoración del Nivel de Estrés y la Escala de Valoración de Estrategias de Afrontamiento. Más de la mitad de las internas de enfermería entrevistadas (51.3%) tienen un nivel de estrés alto, seguido de nivel de estrés medio (36.3%) y sólo la octava parte de ellas (12.5%) tienen un nivel de estrés bajo. El 53.8% tienen un nivel de estrategias desadaptativas, mientras que el 46.3% un nivel de estrategias adaptativas. Existe relación significativa entre el Nivel de Estrés y el Nivel de Estrategias de Afrontamiento de las internas de enfermería según los resultados de la prueba de independencia de criterios Chi-cuadrado  $p=0.012 < 0.05$ .

**Palabras clave:** Nivel de estrés, Estrategias de afrontamiento, Nivel de adaptación.

#### **ABSTRACT**

This research is correlational with a quantitative approach with a simple prospective correlational cross-sectional design. Aimed to determine the level of stress and their relation to coping strategies. The sample consisted of 80 internal nursing, to which we applied the Rating Scale Stress Level Rating Scale and Coping Strategies. More than half of the interviewed domestic nursing (51.3%) have a high stress level, followed by medium level of stress (36.3%) and only one-eighth of them (12.5%) have a low level of stress. 53.8% have a level of maladaptive strategies, while the 46.3% level of adaptive strategies. There is significant relationship between the level of Stress and Coping Strategies Level of internal nursing according to the results of the test of independence of criteria Chi-square  $p = 0.012 < 0.05$ .

**Key words:** Level of stress, coping strategies, adaptation level.

## I. INTRODUCCIÓN

Durante el proceso de vida, el ser humano busca adaptarse continuamente a los cambios que le ocurren, tratando de lograr el equilibrio entre su organismo y el medio ambiente lo que origina una respuesta al estrés necesaria para afrontar nuevas situaciones.<sup>1</sup> En el caso de los profesionales de enfermería, al ser una profesión sanitaria ejercida fundamentalmente por mujeres, es un caso típico de personas sometidas a estrés; ya que el interés fundamental es el cuidado del ser humano.<sup>2</sup> El trabajo hospitalario muchas veces es una fuente de estrés, que ha tomado importancia en las últimas décadas, considerándose un factor determinante en la salud. En el Perú la prevalencia anual del estrés es del 14% aproximadamente siendo más frecuente en mujeres que en varones.<sup>3</sup> Todo este problema repercute en el estilo de vida y genera la necesidad de adaptabilidad permanente frente a eventos como la pérdida continua de trabajo, la economía, la posición social, las amistades, la seguridad, los estados emocionales o simplemente eventos que se repiten a diario, van a ser situaciones que generan estrés.<sup>2</sup> Los fundamentos teóricos y humanísticos del presente estudio los brinda el modelo de Callista Roy que se centra principalmente en la adaptación del hombre con un enfoque sistémico y en los conceptos de persona, salud, enfermería y entorno, cuyo objetivo es que el individuo alcance su máximo nivel de adaptación.<sup>4</sup>

La Organización Mundial de la Salud<sup>5</sup> define al estrés como el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción<sup>6</sup>; así también reacciones psicológicas que experimenta el organismo cuando se le somete a estímulos internos y/o externos que se denominan agentes estresantes o estresores, en donde la persona los percibe como desafiantes, amenazadores o lesivos de su equilibrio dinámico. También se define como una respuesta adaptativa mediada por las

características individuales y/o procesos psicológicos, como consecuencia de alguna acción, situación o un evento externo que plantean a las personas demandas físicas y/o psicológicas.<sup>7</sup>

Son múltiples los factores estresantes a los que se enfrenta diariamente el profesional de enfermería, los que originan una demanda de energía psicológica y/o física excesiva para satisfacer sus necesidades así como para conservar el equilibrio emocional y de su entorno de trabajo.<sup>8</sup> El estrés en el campo de enfermería, es un potencial para la investigación y el desarrollo de estrategias de intervención.

Cada profesional de enfermería percibe las situaciones y reacciona ante ellas con cambios que dependen de sus características individuales, actitudes y experiencias, los sistemas de apoyo externo del que dispone y las características del agente estresante.<sup>9</sup>

Los mecanismos innatos de afrontamiento son procesos automáticos, aunque los seres humanos no piensan en ellos. Las experiencias vividas a lo largo de la vida ayudan a presentar reacciones habituales ante estímulos particulares.

El campo de actuación de la enfermera estaría vinculado a aquellas situaciones en las que la persona transita por un proceso de adaptación presenta reacciones ineficaces.<sup>10</sup> Para disminuir el estrés existen estrategias de afrontamiento; que son esenciales para regular las respuestas emocionales que pueden aparecer ante circunstancias estresantes;<sup>10</sup> las estrategias de afrontamiento se definen como el conjunto de respuestas conductuales aprendidas que resultan efectivas para disminuir el estrés mediante la neutralización de una situación potencialmente nociva o peligrosa; las estrategias varían dependiendo de las continuas evaluaciones que se van produciendo a través del proceso de interacción individuo-entorno, de los cambios en la situación y de los cambios

en la persona.<sup>28</sup> Lo mencionado anteriormente nos lleva a formularnos el problema siguiente: ¿Qué relación existe entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento de las internas de enfermería del Hospital Belén de Trujillo – 2013?; cuyo objetivo es determinar el nivel de estrés y su relación con las estrategias de afrontamiento de las internas de enfermería. Durante las prácticas pre-profesionales, en los servicios asistenciales de los diversos hospitales de la ciudad de Trujillo, se pudo

## II. MATERIAL Y MÉTODOS

La presente investigación de tipo no experimental correlacional con enfoque cuantitativo, con un diseño correlacional simple de corte transversal prospectivo. Se trabajó con el universo muestral conformado por las 80 internas(os) de enfermería de universidades públicas y privadas que realizan sus prácticas en el Hospital Belén de Trujillo.

Los instrumentos utilizados fueron: la Escala de Valoración del Nivel de Estrés que consta de 16 ítems, la calificación se consideró mediante el siguiente criterio: nunca: 1, a veces: 2, siempre: 3, estableciéndose las siguientes categorías: Bajo: 16 -26 puntos, Mediano: 27-37 puntos y Alto: 38- 48 puntos. En tanto que la Escala de Valoración de las Estrategias de Afrontamiento consta de 15 ítems la calificación se consideró mediante el siguiente criterio: nunca: 1, a veces: 2, siempre: 3, estableciéndose las

## III. RESULTADOS

Tabla 1: Distribución de internas de enfermería, según nivel de estrés; Hospital Belén Trujillo - 2013.

Nivel de Estrés	Internas de Enfermería	%
Alto	41	51.3
Medio	29	36.3
Bajo	10	12.5
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta realizada sobre nivel de estrés.

observar que las internas de enfermería llegan al servicio preocupadas, molestas, calladas o retraídas; lo que probablemente conducen a conductas inadecuadas, aunándose a esto las actividades rutinarias que desarrollan en los diferentes servicios. Queda el interés de investigar el nivel de estrés y su relación con las estrategias de afrontamiento que optan las internas de enfermería frente a las causas que generan estrés.

siguientes categorías: estrategias de afrontamiento desadaptativas: 15 a 30 puntos y estrategias afrontamiento adaptativas de: 31 a 45 puntos.

Los resultados de la prueba de consistencia Alpha de Cronbach aplicada en ambos instrumentos fueron: 0.70 para la escala de valoración de estrés, lo cual significa confiabilidad aceptable y 0.78 para la escala de valoración de las estrategias de afrontamiento, indicando igualmente una confiabilidad aceptable. Para facilitar el proceso de tabulación, reporte y análisis estadístico presentando los resultados se utilizó el programa SPSS versión 15.0.

El análisis estadístico comprendió un análisis descriptivo y el análisis relacional. La contrastación de la hipótesis se realizó mediante la prueba estadística Chi-Cuadrado, lo que permitió establecer la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento, considerando que existen evidencias significativas con un valor  $p < 0,05$ .

Tabla 2: Distribución de internas de enfermería, según nivel de estrategias de afrontamiento; Hospital Belén Trujillo - 2013.

Nivel de Estrategias de afrontamiento	Internas de Enfermería	%
Estrategias Desadaptativas	43	53.8
Estrategias Adaptativas	37	46.3
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta realizada sobre nivel de estrategias de afrontamiento.

Tabla 3: Distribución de Internas de Enfermería por nivel de estrés; Hospital Belén Trujillo - 2013.

Nivel de Estrés	Internas	Nivel de Estrategias de afrontamiento		Total
		Desadaptativas	Adaptativas	
Bajo	Nº	25	16	41
	%	60.98	39.02	100
Medio	Nº	17	12	29
	%	58.62	41.38	100
Alto	Nº	1	9	10
	%	10	90	100
<b>Total</b>		<b>43</b>	<b>37</b>	<b>80</b>
		<b>53.75</b>	<b>46.25</b>	<b>100</b>

$$\chi^2 = 8.837$$

$$p=0.012 < 0.05$$

Fuente: Encuesta realizada sobre nivel de estrés y de estrategias de afrontamiento.

#### IV. DISCUSIÓN

El estrés de las internas de enfermería ha sido dividido en tres niveles, siendo el nivel Alto, con 41 casos de un total de 80, el más elevado (51.3%)(Tabla 1).

Del total de la muestra estudiada, la mayoría de internas de enfermería presentan niveles de estrés alto; llama la atención la percepción que ellas tienen sobre el factor de mayor relevancia que les genera estrés, a) Las exigencias del equipo de salud les provocan estados de tensión, conducta impulsiva e irritable, seguido de b) estudiar para un examen escrito de las diferentes rotaciones, prepararse para la elaboración y exposición del Proceso de Atención de Enfermería, c) recibir llamadas de atención por las enfermeras, las cuales fueron reportadas por más del 70% de la

muestra de estudio. La carrera de enfermería al ser una profesión sanitaria ejercida fundamentalmente por mujeres, es un caso típico de personas sometidas a estrés, ya que el interés fundamental es el cuidado del ser humano<sup>6</sup>; el estrés es un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que experimenta el organismo de forma variable, cuando se le somete a estímulos internos y/o externos. Esta situación genera un grado de atención importante trayendo como consecuencias la modificación de sus estilos de vida; según el transcurso del internado, convirtiéndose en hábitos no saludables, lo que, a la larga, puede llevar a la aparición de trastornos de salud como gastritis, cefaleas, etc. Más de la mitad de internas de enfermería se encuentran en

el nivel de estrategias desadaptativas, con 53.8% (Tabla 2). Dentro de los ítems con mayor relevancia del cuestionario empleado los más marcados fueron; intento sentirme mejor comiendo, bebiendo, tomando, fumando, tomando medicamentos; no ser capaz de afrontar me hace sentirme nerviosa(o); acumulo los problemas, explotando a la menor ocasión; oculto a los demás lo mal que me siento; estoy preocupada(o) por lo que voy hacer; me desquito con otras personas. Según Lazarus y Folkman<sup>8</sup> las estrategias de afrontamiento son el conjunto de respuestas conductuales aprendidas que resultan efectivas para disminuir el grado de estrés mediante la neutralización de una situación potencialmente nociva o peligrosa.

Se dividen en estrategias adaptativas y desadaptativas. Las desadaptativas son aquellas estrategias que no logran reducir el estrés y aumentan la reacción emocional negativa, evitando la solución del problema.<sup>28</sup> Este tipo de estrategias fueron las más utilizadas por las internas de enfermería. La variable nivel de estrategias de afrontamiento de las internas de enfermería ha sido dividido en los tres niveles de estrés y cuya frecuencia absoluta bidimensional simple más resaltante se encuentra en el nivel de estrategias desadaptativas con el nivel de estrés alto, donde 25 casos de un total de

41 internas que pertenecen a ese nivel y que es el 60,9%. Existe relación significativa entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento de las internas de enfermería según los resultados de la prueba de independencia de criterios Chi-cuadrado  $p=0.012 < 0.05$ . (Tabla 3). El nivel de estrés alto se relaciona de manera significativa con la estrategia de afrontamiento desadaptativa; es decir, que a mayores niveles de estrés, las internas de enfermería hacen menor uso de estrategias adaptativas enfocadas a la resolución del problema, las cuales son inadecuadas y consideradas negativas ya que no trabajan directamente con la situación estresante de modo que ésta no se reduce o desaparece. Lo que plantea Lazarus y Folkman<sup>11</sup> es que ante situaciones estresantes, las personas despliegan unos "esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo". Estos mecanismos de afrontamiento, a la vez que sirven para manipular el problema en sí, son esenciales para regular las respuestas emocionales que pueden aparecer ante circunstancias estresantes.

## V. CONCLUSIONES

- 1.El 51.3% de las internas de enfermería presentan un nivel de estrés alto, seguido del nivel de estrés medio con 36.3% y solo 12.5% de ellas tienen un nivel de estrés bajo.
- 2.El 53.8% de las internas de enfermería tienen un nivel de estrategias

- desadaptativas y el 46.3% tienen un nivel de estrategias adaptativas.
- 3.Existe relación significativa entre el nivel de estrés y el nivel de estrategias de afrontamiento de las internas de enfermería, con  $p=0.012 < 0.05$ .

## V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Castillo R., Mautino K. Nivel de Estrés de la enfermera (o) y Calidad de cuidado a pacientes de Emergencia. Tesis para optar el Grado de Licenciada en Enfermería. Trujillo, Perú. Universidad Nacional de Trujillo, 2010. 40 pp.
2. Benavides D., León K. Grado de estrés de la Enfermera y su interrelación enfermera paciente. Tesis para optar el Título de Licenciada en Enfermería. Trujillo, Perú. Universidad Nacional de Trujillo, 2001. 66 pp.
3. Berrios F. Nivel de Vulnerabilidad frente al Estrés y Mecanismos de Afrontamiento en estudiantes de enfermería. Tesis para optar el título de Licenciatura. Lima, Perú. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2005. 60 pp.
4. Díaz L., Durán M., Gallego P. et Al. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. Aquichan 2012; 14 (1): 2. URL disponible en: <http://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/18/36> (fecha de acceso: 28 de setiembre del 2012).
5. Monografías Universia. URL disponible en: <http://contenidos.universia.es/especiales/burn-out/relaciones-estres-burnout/index.htm> (fecha de acceso: 29 de setiembre del 2012).
6. Long B. Enfermería Médico Quirúrgico. Tercera Edición. España: Mc Graw-Hill Interamericana; 1998. p.35.
7. Ivancevich J., Mattenson M. Estrés y Trabajo: Una Perspectiva Gerencial. Segunda Edición. México: Trillas; 1995.p.40-42.
8. Herrera R., Cassals M. Algunos Factores Influyentes en la Calidad de Vida Laboral de Enfermería. Rev Cubana Enfermer 2005; 21(1):1. URL disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192005000100003&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192005000100003&script=sci_arttext) (fecha de acceso: 29 de setiembre del 2012).
9. Smeltzer S., Bare B. Enfermería Médico - Quirúrgico de Brunner y Suddarth. Novena edición. México: Mc Graw-Hill Interamericana; 2003. p. 56.
10. Bonfill E., Lleixa Mar; Saez F.; Romaguera G. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. IndexEnferm [online] 2010; 19(4): 279-282. URL disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S113212962010000300010&script=sci\\_arttext](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S113212962010000300010&script=sci_arttext) (fecha de acceso: 29 de setiembre del 2012).
11. Lazarus R., Folkman S. Estrés y Procesos Cognitivos. Barcelona; 1986. URL disponible en: <http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm> (fecha de acceso: 27 de Setiembre del 2012).
12. Long B. Enfermería Médico Quirúrgico. Tercera Edición. España: Mc Graw-Hill Interamericana; 1998. p. 35.