



UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

**“ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS)
QUE LABORAN EN CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO
GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO - 2023”**

Línea de investigación: Promoción de la salud ocupacional.

Presentado por:

Bach. Miriam Peña Carmona

Código ORCID: 0009-0002-7047-524X

Para optar al título profesional de Licenciada en Enfermería

Asesor:

Dr. Luis Alberto Chihuantito Abal

Código ORCID: 0000-0002-3340-981X

CUSCO, PERÚ

2023



Metadatos

Datos del Autor	
Nombres y Apellidos	Miriam Peña Carmona
Número de documento de identidad	41965404
URL de Orcid	0009-0002-7047-524X
Datos del Asesor	
Nombres y Apellidos	Dr. Lic. Luis Alberto Chihuantito Abal
Número de documento de identidad	23997606
URL de Orcid	0000-0002-3340-981X
Datos del jurado	
Presidente del jurado (jurado1)	
Nombres y Apellidos	Mtra. Lic. Carmen Rosa Rojas Pariona
Número de documento de identidad	23838326
Jurado 2	
Nombres y Apellidos	Mtra. Lic. Yasmany Concepción Olivera Moscoso
Número de documento de identidad	41382862
Jurado 3	
Nombres y Apellidos	Mg. Lic. Sdenka Caballero Aparicio
Número de documento de identidad	23984715
Jurado 4	
Nombres y Apellidos	Mtro. Lic. Julio Cesar Valencia Garcia
Número de documento de identidad	23966117
Datos de la investigación	
Línea de investigación de la Escuela Profesional	Promoción de la Salud Ocupacional



AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Andina del Cusco, por brindarme la oportunidad de realizar mi tesis en este prestigioso centro de estudios. Su apoyo y compromiso han sido fundamentales para el desarrollo de mi investigación.

A la Escuela Profesional de Enfermería por su invaluable apoyo durante el desarrollo de mi tesis. Gracias a su respaldo y orientación, he logrado completar este importante proyecto de investigación.

Al asesor de tesis Dr. Lic. Luis Alberto Chihuantito Abal, por su dedicación y disposición para ayudarme en cada etapa.

A los dictaminantes Mg. Lic. Sdenka Caballero Aparicio y Mtro. Lic. Julio Cesar Valencia García, quienes contribuyeron en gran medida a la finalización exitosa de este trabajo de investigación.

A los enfermeros(as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco - EsSalud Cusco por su invaluable colaboración y facilidades brindadas para llevar a cabo esta investigación de manera exitosa.

Al Mg. Edson Jhosimar Cupi Qquellón, por su guía y apoyo en la realización de la presente investigación, su compromiso permitió culminar el presente trabajo de investigación.

La Tesista



DEDICATORIA

A Dios, que por su gracia divina me permite estar bien de salud.

A mi madre por todo su amor que desde el cielo me ilumina y guía para seguir adelante con mis proyectos

A mi padre por el amor y la paciencia en todo este proceso.

A mis hermanos amados que a lo largo de mi vida han estado conmigo apoyándome en todo momento, a ustedes con todo mi amor, gracias.

La Tesista



RESUMEN

La tesis titulada “**Estilos de vida y condiciones laborales en enfermeros(as) que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco-EsSalud Cusco - 2023**”, tuvo como objetivo determinar los estilos de vida y condiciones laborales en Enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco – 2023, la metodología fue de enfoque cuantitativo, descriptivo, no experimental y transversal, se estudió a 39 profesionales con el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) y el cuestionario de condiciones laborales de Carmen Hayde Cisneros Centeno.

Los resultados mostraron como características generales de los enfermeros que 47,4% presentan edades entre 41 a 46 años, 97,4% son del sexo femenino, 42,1% son casados, 32,4% tienen 1 y 2 hijos respectivamente, 85,0% posee una segunda especialidad, 68,4% presentan una condición laboral de plazo indeterminado 728 y 44,7% tiene un tiempo de servicio mayor a 10 años. En cuanto a las dimensiones de los estilos de vida: el 57,9% presenta una nutrición no saludable, el 92,1% tiene hábitos de actividad física poco saludables, el 78,9% muestra una responsabilidad de salud no saludable, el 94,7% no maneja saludablemente el estrés, el 68,4% cuenta con un soporte interpersonal saludable y el 92,1% muestra una autorrealización saludable. En general, el 52,6% de los enfermeros tiene un estilo de vida saludable y el 47,4% uno no saludable. En relación con las condiciones laborales, el 71,1% de los enfermeros percibe su condición física como buena, el 89,4% percibe su condición psicológica como regular y el 78,9% percibe su condición social como regular. En general, el 81,6% percibe sus condiciones laborales como regulares, el 13,2% como buenas y el 5,3% como malas.

Palabras clave: Estilos de vida, condiciones laborales, salud, enfermeros



ABSTRACT

The thesis titled "Lifestyles and Working Conditions of Nurses Working at the Surgical Center of the Adolfo Guevara Velazco Hospital - EsSalud Cusco - 2023" aimed to determine the lifestyles and working conditions of nurses working at the Surgical Center of the Adolfo Guevara Velazco Hospital - EsSalud Cusco - 2023. The methodology adopted was of a quantitative, descriptive, non-experimental, and cross-sectional approach, studying 39 professionals using the Lifestyle Profile questionnaire (PEPS-I) and the working conditions questionnaire by Carmen Hayde Cisneros Centeno.

The results highlighted the general characteristics of the nurses: 47.4% are aged between 41 and 46 years, 97.4% are female, 42.1% are married, 32.4% have either one or two children, 85.0% hold a second specialization, 68.4% are under an indefinite term contract 728, and 44.7% have over 10 years of service. Regarding lifestyle dimensions: 57.9% have unhealthy nutrition habits, 92.1% have unhealthy exercise habits, 78.9% demonstrate unhealthy health responsibility, 94.7% manage stress unhealthily, 68.4% have healthy interpersonal support, and 92.1% exhibit healthy self-actualization. Overall, 52.6% of the nurses maintain a healthy lifestyle, while 47.4% do not. In terms of working conditions, 71.1% perceive their physical condition as good, 89.4% regard their psychological state as regular, and 78.9% view their social condition as regular. In general, 81.6% perceive their working conditions as regular, 13.2% as good, and 5.3% as poor.

Keywords: Lifestyle, Working Conditions, Health, nurses



ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO - 2023

por Miriam Peña Carmona

Fecha de entrega: 09-oct-2023 10:36a.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2190415793

Nombre del archivo: TESIS_CONCLUIDA_DESPUES_DE_SUSTENTAR_Miriam_Pe_a.docx (6.23M)

Total de palabras: 28734

Total de caracteres: 161692

Dr. Luis Alberto Chihuantito Abal
Asesor



UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

"ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS)
QUE LABORAN EN CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO
GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO - 2023"

Línea de investigación: Promoción de
la salud ocupacional.

Presentado por:

Bach. Miriam Peña Carmona

Código ORCID: 0009-0002-7047-524X

Para optar al título profesional de
Licenciada en Enfermería

Asesor:

Dr. Luis Alberto Chihuantito Abal

Código ORCID: 0000-0002-3340-981X

Dr. Luis Alberto Chihuantito Abal
Asesor

CUSCO, PERÚ

2023



ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN
ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN CENTRO QUIRÚRGICO
DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO
- 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

18%

INDICE DE SIMILITUD

18%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

4%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

hdl.handle.net

Fuente de Internet

6%

2

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

1%

3

repositorio.uandina.edu.pe

Fuente de Internet

1%

4

repositorio.unsm.edu.pe

Fuente de Internet

1%

5

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

1%

6

repositorio.unap.edu.pe

Fuente de Internet

1%

7

repositorio.uma.edu.pe

Fuente de Internet

1%

8

repositorio.unac.edu.pe

Fuente de Internet

1%

Dr. Luis Alberto Chihuantito Abal
Asesor



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Miriam Peña Carmona
Título del ejercicio: Tesis
Título de la entrega: ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERME...
Nombre del archivo: TESIS_CONCLUIDA_DESPUES_DE_SUSTENTAR_Miriam_Pe_a.d...
Tamaño del archivo: 6.23M
Total páginas: 172
Total de palabras: 28,734
Total de caracteres: 161,692
Fecha de entrega: 09-oct.-2023 10:36a. m. (UTC-0500)
Identificador de la entre... 2190415793



Dr. Luis Alberto Chihuantito Abal
Asesor



ÍNDICE GENERAL

AGRADECIMIENTOS

DEDICATORIA

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN

1.1	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.2	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	4
1.2.1	PROBLEMA GENERAL	4
1.2.2	PROBLEMAS ESPECÍFICOS	4
1.3	JUSTIFICACIÓN	4
1.3.1	CONVENIENCIA	4
1.3.2	RELEVANCIA SOCIAL	5
1.3.3	IMPLICANCIAS PRÁCTICAS	5
1.3.4	VALOR TEÓRICO	5
1.3.5	UTILIDAD METODOLÓGICA	5
1.4	OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	6
1.4.1	OBJETIVO GENERAL	6
1.4.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
1.5	DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO	6



1.5.1	DELIMITACIÓN ESPACIAL	6
1.5.2	DELIMITACIÓN TEMPORAL	6

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1	ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	7
2.1.1	ANTECEDENTES INTERNACIONALES	7
2.1.2	ANTECEDENTES NACIONALES.	10
2.1.3	ANTECEDENTES LOCALES	15
2.2	BASES TEÓRICAS	15
2.3	MARCO CONCEPTUAL	43
2.4	VARIABLES	44
2.4.1	IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES	44
2.4.2	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	45

CAPÍTULO III MÉTODO

3.1	ALCANCE DEL ESTUDIO	50
3.2	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	50
3.3	POBLACIÓN Y MUESTRA	50
3.4	TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	51
3.4.1	TÉCNICA	51
3.4.2	INSTRUMENTO	51



3.5	VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO	53
3.6	ANÁLISIS DE DATOS	54

**CAPÍTULO IV
RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN**

**CAPÍTULO V
DISCUSIÓN**

5.1	DESCRIPCIÓN DE LOS HALLAZGOS MÁS RELEVANTES Y SIGNIFICATIVOS	73
5.2	LIMITACIONES DEL ESTUDIO	75
5.3	COMPARACIÓN CRÍTICA CON LA LITERATURA EXISTENTE	75
5.4	IMPLICANCIAS DEL ESTUDIO	79
	CONCLUSIONES	80
	SUGERENCIAS	81
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	82
	INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	91
	CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO	97
	ANEXOS	



ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO	DETALLE	Pág.
N° 1	EDAD, SEXO Y ESTADO CIVIL DE ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023.....	56
N° 2	NÚMERO DE HIJOS Y NIVEL ACADÉMICO ALCANZADO DE ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023.....	58
N° 3	CONDICIONES LABORALES Y TIEMPO DE SERVICIO EN EL ÁREA DE ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023.....	60
N° 4	ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN NUTRICIÓN EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023.....	62
N° 5	ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN ACTIVIDAD FÍSICA EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023.....	63
N° 6	ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN RESPONSABILIDAD EN SU SALUD ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023.....	64



N° 7	ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN MANEJO DE ESTRÉS EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023.....	65
N° 8	ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN SOPORTE INTERPERSONAL EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023	66
N° 9	ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN AUTORREALIZACIÓN EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023	67
N° 10	ESTILOS DE VIDA EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023	68
N° 11	CONDICIONES LABORALES EN LA DIMENSIÓN FÍSICA EN ENFERMEROS(AS) EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- EsSalud CUSCO – 2023	69
N° 12	CONDICIONES LABORALES EN LA DIMENSIÓN PSICOLÓGICA EN ENFERMEROS(AS) EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023	70
N° 13	CONDICIONES LABORALES EN LA DIMENSIÓN SOCIAL EN ENFERMEROS(AS) EN EL CENTRO QUIRÚRGICO	



DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- EsSalud
CUSCO – 202371

N° 14 CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS) EN
EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO
GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023.....72



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los estilos de vida son un conjunto de ideas, comportamientos y patrones que un individuo posee para mantener, restablecer o mejorar su salud, bienestar y calidad de vida de manera integral. Las condiciones laborales son el conjunto de factores que determinan la situación en la que labora un profesional de enfermería y donde realiza sus tareas de atención al paciente, como las condiciones físicas, psicológicas y sociales.

Las enfermedades relacionadas con el estilo de vida comparten factores de riesgo semejantes a los de la exposición prolongada a tres conductas modificables también relacionadas con el estilo de vida el tabaquismo, una dieta poco saludable y la inactividad física sumada a condiciones laborales desfavorables conlleva a desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles como enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes, obesidad, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y algunos tipos de cáncer¹.

Un estudio de la Universidad de Leicester, Reino Unido, publicado en la revista Plos Medicine en 2020 encontró que un estilo de vida saludable se relaciona con una vida más larga y saludable, independientemente de las enfermedades crónicas. Los datos de estudio se recopilaban de 480.940 adultos de 38 a 73 años, evaluando 36 afecciones crónicas y cuatro factores de estilo de vida. Los resultados sugieren la adopción de un estilo de vida saludable para reducir el riesgo de desarrollar afecciones crónicas y destacan la abstinencia de fumar, que aumenta la esperanza de vida en hasta 7 años².

¹ Maskari F. Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud. [Internet] Organización de Naciones Unidas, 2020. [Citado 9 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>

² Chudasama Y. y otros. Estilos de vida saludables aumenta más de 6 años la esperanza. [Internet] El Médico Interactivo septiembre 2020 Reino Unido. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1003332>



La pandemia de COVID-19 generó una crisis económica y sanitaria mundial, hecho que ha llevado a la adaptación de nuevos estilos de vida, considerando a la salud como un conjunto de aspectos diferentes e integrales en la vida de un individuo y que va más allá del estado físico. Sin embargo, Según el Instituto de Investigación DYM en España el 2020 publica que, aunque la gran mayoría de las personas se consideran sanas, un 20% de la población sigue percibiendo que no lo está³.

Según la Organización Internacional del Trabajo en el informe “Las malas condiciones de trabajo” el principal problema de los mercados de trabajo en el mundo es el empleo de mala calidad. Donde la mayoría de los 3300 millones de personas empleadas en el mundo no gozan de un nivel suficiente de seguridad económica, bienestar material e igualdad de oportunidades; de esta manera se entiende que las condiciones laborales son deficientes y que repercute en la salud de los trabajadores.⁴

Un estudio conjunto realizado en 2020 por las Universidades de Chile y Columbia en colaboración con la Organización Panamericana de la Salud reveló que el personal de salud de once países de América Latina experimenta altas tasas de síntomas depresivos, malestar psicológico y pensamientos suicidas. Los resultados indicaron que entre el 14,7% y el 22% del personal (14502) entrevistados mostró síntomas de depresión, y del 5% al 15% reportó haber tenido pensamientos suicidas, lo que subraya que el cuidado de la salud mental del personal de salud no se lleva de forma adecuada ⁵.

En el Perú diversos estudios sobre los estilos de vida en profesionales de la salud evidencian una problemática persistente, así el estudio de Contreras E., realizado en el Hospital II-2 de Tarapoto sobre la actividad física evidencia que los niveles de actividad física en médicos y enfermeros(as) del Hospital II-2 Tarapoto son bajos

³ Instituto DYM. Salud y estilos de vida en el mundo. [Internet] octubre diciembre 2020 España. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://institutodym.es/es/salud-y-estilos-de-vida-en-el-mundo/>

⁴ Organización Internacional de Trabajo. El gran problema del empleo en el mundo: Las malas condiciones de trabajo. [Internet] Ginebra 2019. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_670577/lang--es/index.htm

⁵ Organización Panamericana de la Salud. Estudio advierte sobre elevados niveles de depresión y pensamientos suicidas en personal de salud de América Latina durante la pandemia. [Internet] Washington enero del 2022. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/13-1-2022-estudio-advierte-sobre-elevados-niveles-depresion-pensamientos-suicidas-personal>



en 63,82% y la conducta sedentaria evaluada mediante el tiempo sentado al día fue en promedio 306,38 minutos⁶.

Otro estudio realizado por Muñante E. llevado a cabo en el hospital San José de Chíncha en el 2020 evidenció que el estrés de los profesionales de salud encuestados presentaba un 56% de tensión leve y 25% moderada, así mismo encontró que el 70% presentó puntuaciones medias a baja en los hábitos alimentarios saludables, y solo 20% tuvieron puntuaciones medias a altas⁷.

Así mismo Caballero J. y otros en el estudio realizado en 220 profesionales de la salud en un hospital público de Trujillo, mostró que 17,0% padece de insomnio donde los factores asociados fueron el consumo habitual de alcohol, el hábito de fumar, la sobrecarga horaria y los turnos nocturnos⁸.

Por otro lado, el estudio realizado por Cauvi en 560 trabajadores administrativos de una institución pública realizado en Lima el 2018, reveló que la mitad de los trabajadores presentaba sobrepeso (36,69%) u obesidad (13,67%) y aproximadamente el 60% presentaban riesgo cardiovascular lo que demuestra que no llevan una buena nutrición, asimismo el 80,58% de los participantes reportaban tener un estilo de vida saludable y 16,55% un estilo de vida poco saludable⁹.

La ciudad del Cusco, cuenta con el Hospital Adolfo Guevara Velazco de categoría III-1 y el servicio de Centro Quirúrgico lugar de estudio, donde los profesionales de enfermería laboran dentro de las distintas salas realizando la función de instrumentista y circulante para las intervenciones quirúrgicas, a las que se observa con un desgaste físico y agotamiento luego de cumplir extensas horas de labor para las intervenciones de alto riesgo que implican un alto grado de responsabilidad; al

⁶ Contreras E. Nivel de actividad física en médicos y enfermeros(as) del Hospital II - 2 Tarapoto en el periodo agosto 2017 - enero 2018. [Internet] Tarapoto Perú enero del 2018. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/2652/MEDICINA%20-%20Eber%20Contreras%20D%20c3%adaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

⁷ Muñante E. Nivel de estrés y hábitos alimentarios en profesionales de la salud en el Hospital San José de Chíncha, 2020. [Internet] Lima Perú 2012. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/1939/TL-Mu%C3%B1ante%20E-Ext.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

⁸ Caballero J. y otros. Factores asociados a insomnio en profesionales de salud de un hospital público de Trujillo-Perú. [Internet] Trujillo Perú 2020. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en: <file:///C:/Users/User/Downloads/1228-articulo-fichero-4162-1-10-20201229.pdf>

⁹ Cauvi S. Relación entre el estado nutricional y estilos de vida saludable de los trabajadores administrativos de la sede principal del Instituto Nacional de Defensa de la Competencia y de la Protección de la Propiedad Intelectual (INDECOPI), Lima, Perú 2018. [Internet] Universidad Científica Lima Perú 2019. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12805/1139>



diálogo con los profesionales manifestaron no cumplir con sus horarios de alimentación las que son interrumpidas o suplidas con comida rápida para ahorrar tiempo y atender las urgencias y emergencias dentro del servicio, así mismo, indican que no realizan ejercicios por los horarios que manejan y que a su vez ha limitado el tiempo de interacción con familiares y amistades. Es por todo lo descrito que se formuló la siguiente interrogante de investigación.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1 PROBLEMA GENERAL

¿Cómo son los estilos de vida y condiciones laborales en Enfermeros (as) que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud CUSCO - 2023?

1.2.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cuáles son las características generales de los Enfermeros (as) que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud CUSCO - 2023?
- ¿Cómo son los estilos de vida de los Enfermeros (as) que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud CUSCO - 2023?
- ¿Cómo son las condiciones laborales de los Enfermeros (as) que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud CUSCO – 2023?

1.3 JUSTIFICACIÓN

1.3.1 CONVENIENCIA

La investigación es importante para comprender los estilos de vida y las condiciones laborales de los profesionales de salud en enfermería que trabajan en un Centro Quirúrgico, y así identificar áreas de mejora en cuanto a la actividad física, nutrición, responsabilidad de salud, manejo del estrés, sueño y hábitos poco saludables. También permite conocer las condiciones físicas, psicológicas y sociales en las que trabajan estos profesionales.



1.3.2 RELEVANCIA SOCIAL

La presente investigación es relevante, debido a que los estilos de vida y las condiciones laborales tienen implicancia en la adaptación al entorno laboral de los profesionales de salud y por consiguiente al desarrollo óptimo de sus funciones. En este sentido, la información presentada a través de la descripción y caracterización de las variables beneficia a los profesionales de salud, así como a los pacientes que interactúan con los mismos.

1.3.3 IMPLICANCIAS PRÁCTICAS

Los enfermeros que laboran en los centros quirúrgicos se enfrentan frecuentemente a escenarios que están al borde de la muerte, en este sentido el cuidado de la salud del usuario, así como las condiciones laborales, los horarios de turno, el estrés y condiciones sociales pueden provocar cambios en su estilo de vida. En este sentido la presente investigación permite describir las dimensiones de los estilos de vida y condiciones laborales de los enfermeros.

1.3.4 VALOR TEÓRICO

Los resultados y conclusiones del presente estudio permiten complementar la literatura científica existente en el contexto local sobre los estilos de vida y las condiciones laborales que tienen los profesionales que laboran en Centros Quirúrgicos; en este sentido la información presentada sirve como antecedente a futuras investigaciones que aborden esta problemática.

1.3.5 UTILIDAD METODOLÓGICA

La investigación facilitó el uso de instrumentos de recolección de datos previamente validados, consolidando su robustez y fiabilidad. Esta investigación no solo contribuye a definir con mayor precisión las variables de los estilos de vida y las condiciones laborales de los enfermeros que trabajan en el Centro Quirúrgico, sino que también establece un precedente metodológico. Por otro lado los instrumentos utilizados pueden servir como referencia o punto de partida para futuras investigaciones sobre el tema o para el desarrollo y mejora de otros instrumentos de medición relacionados.



1.4 OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar los estilos de vida y condiciones laborales en Enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco - 2023.

1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir las características generales de los Enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco - 2023.
- Determinar los estilos de vida de los Enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud CUSCO -2023.
- Caracterizar las condiciones laborales de los Enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud CUSCO – 2023.

1.5 DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO

1.5.1 DELIMITACIÓN ESPACIAL

El estudio se llevó a cabo en el Hospital Adolfo Guevara Velazco, en el Servicio de Sala de Operaciones de Nivel III-1, ubicado en Av. Juan Anselmo Álvarez S/N Cusco.

1.5.2 DELIMITACIÓN TEMPORAL

El estudio se desarrolló entre los meses de marzo del 2023 a setiembre del 2023.



CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1 ANTECEDENTES INTERNACIONALES

SILVA A. Y OTROS. En el estudio titulado, “**CALIDAD DE SUEÑO, VARIABLES PERSONALES, LABORALES Y ESTILO DE VIDA DE ENFERMEROS DE HOSPITAL**” **BRASIL, 2022.** **Objetivo:** Identificar posibles asociaciones entre la calidad de sueño, las variables personales y laborales y los estilos de vida de los enfermeros de hospital. **Metodología:** El estudio fue transversal, exploratorio, correlacional, cuantitativo, se consideró una muestra de 42 profesionales los datos fueron encuestados mediante un cuestionario que abordó las características personales, estilo de vida y condiciones de trabajo de los encuestados.

Resultados: El 73,8% mujeres, con edad entre 26 y 66 años (media 40,2); el 61,9% trabajaba horas extras; el 26,2% tenía dos vínculos laborales y el 40,5% faltó al trabajo. La calidad de sueño fue considerada buena por el 9,5% de los participantes, mala por el 64,3% y con trastornos del sueño por el 26,2%. El 26,2% de la población que hacía turnos rotativos, calificó la calidad de sueño como mala. Los peores resultados se encontraron en la franja etaria de 30 a 39 años y hubo significación estadística en la variable “vive en pareja”; la calidad de sueño de los enfermeros se vio afectada; es necesario monitorear a estos trabajadores, en particular a los que trabajan por turnos, a fin de implementar medidas preventivas que reduzcan los daños a su salud.¹⁰

LUENGO C. Y OTROS. En el estudio titulado, “**CONDICIONES DE TRABAJO EN PROFESIONALES SANITARIOS DE HOSPITALES PÚBLICOS EN CHILE**” **CHILE, 2021.** **Objetivo:** Analizar las condiciones de trabajo en médicos y enfermeras de hospitales públicos de Chile. **Metodología:** Fue un estudio transversal analítico con 375 médicos y enfermeras. Se diseñó una base de datos,

¹⁰ Silva a. y Otros. Calidad de sueño, variables personales, laborales y estilo de vida de enfermeros de hospital. [Internet] Rev. Latino-Am. Enfermagem Brasil 2022. [Citado 1 de marzo del 2023]. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/Ypx9vyWY5WQcjmZg4nkqJVR/?format=pdf&lang=es>



donde se recogieron datos sociodemográficos, laborales, autopercepción de salud y la Escala de Condiciones de Trabajo. En el análisis se usaron pruebas de diferencia de medias y rho de Spearman.

Resultados: El 77,33% (n=290) fueron profesionales de enfermería y 22,67% (n=85) médicos. El 68% (n=255) de la muestra total fueron hombres; la edad promedio fue de $35,19 \pm 11,17$ años y el 89,6% (n=336) se auto percibe con un estado general de salud bueno o muy bueno. En el mismo puesto de trabajo han permanecido en promedio $6,27 \pm 8,42$ años, y en total $9,57 \pm 10,53$ años. Además, el 57,87% (n=217) de los profesionales indicó que labora bajo la modalidad de contrato a plazo fijo y el 81,33% (n=305) trabaja por turnos. En específico, el 84,48% (n=245) de los profesionales de Enfermería declararon trabajar en turnos nocturnos, mientras que el 58,82% (n=50) de los médicos indicaron trabajar con el sistema diurno-nocturno. Por otro lado, el 95,86% (n=278) de los profesionales de enfermería poseen el grado de licenciatura y el 94,12% (n=80) de los médicos una especialidad. Y los profesionales sanitarios que laboran en el servicio clínico de medicina y urgencia suman al 64% (n=240) de la muestra¹¹.

RIVERA D. En el estudio titulado, “**RELACIÓN ENTRE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE Y SATISFACCIÓN LABORAL COMO ELEMENTOS FAVORECEDORES EN LA SALUD LABORAL**” COLOMBIA, 2019. **Objetivo:** Analizar la relación que existe entre los hábitos de vida saludable y la satisfacción laboral. **Metodología:** Cuantitativa, diseño no experimental de tipo correlacional, los sujetos de investigación se determinaron por muestreo aleatorio simple, en total fueron 75 personas que participaron en el estudio que se realizó en la ciudad de Cúcuta- Norte de Santander, Colombia, en trabajadores de una institución pública, la recolección de datos se realizó con un cuestionario.

Resultados: Dentro de las dimensiones de los estilos de vida: en la interacción con otros 57% presentaba un nivel bajo, en actividad física 73% bajo, descanso 69% bajo, nutrición 84% bajo, salud oral 48% bajo, sexualidad 61% moderado, movilidad 61% moderado, consumo de sustancias 76% bajo y sentido de vida 52% bajo;

¹¹ Luengo C. y otros. Condiciones de Trabajo en profesionales sanitarios de hospitales públicos en Chile. [Internet] Medicina y Seguridad del Trabajo Chile abril 2021. [Citado 29 de julio del 2022]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2020000200069&lang=es



dentro de las dimensiones de la satisfacción laboral obtuvo que en la comunicación con superiores 61% un nivel muy bajo, tensión en el puesto 64% moderado, exceso de trabajo 35% bajo y entorno físico 43% alto. Finalmente, encontró un estilo de vida en nivel bajo con una frecuencia de 69 personas el cual corresponde al 92%, y la satisfacción laboral se encontró en un nivel moderado con una frecuencia de 58 personas y un porcentaje del 77%¹².

CHUN S. En el estudio titulado, “**PRÁCTICAS DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA, DISTRITO DE SALUD SANTA LUCÍA LA REFORMA, TOTONICAPÁN, GUATEMALA. AÑO 2017**” **GUATEMALA, 2017.**

Objetivo: Medir las prácticas de estilo de vida saludable en el personal de enfermería, Distrito de Salud Santa Lucía La Reforma. **Metodología:** Descriptivo cuantitativo de corte transversal. El instrumento que se utilizó fue un cuestionario de 22 preguntas la cual fue de selección múltiple y una cerrada, los sujetos de estudio fueron 8 enfermeras profesionales y 33 auxiliares de enfermería que laboran en el Distrito de Salud de Santa Lucía La Reforma.

Resultados: En la actividad física 32% de enfermeros hacen la actividad de caminar. Realizan ejercicios con frecuencia 80% del personal. Los hábitos alimenticios el 100% del personal come 3 veces al día. El 57% del personal realiza una refacción al día. Un 87% del personal señala que se alimenta con comida casera. El personal manifiesta que consume agua de 1 a 2 vasos por día lo que en porcentaje es 35%. Un 75% del personal escucha música para disminuir el stress. El 100% del personal manifiesta que no consume cigarrillos. El 95% del personal señala que no consume alcohol. Un 58% del personal aduce que no asiste a su chequeo médico. Un 38% del personal manifiesta que de 6 a 8 horas cada 8 días comparte momentos con su familia. Un 57% del personal dice que duermen de 7 a 8 horas por día¹³.

¹² Rivera D. Relación entre hábitos de vida saludable y satisfacción laboral como elementos favorecedores en la salud laboral. [Internet] Colombia, 2019. [Citado 29 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/559/55962867008/html/>

¹³ Chun S. Prácticas de estilo de vida saludable en el personal de enfermería, distrito de salud santa lucía la Reforma, Tonicapán, Guatemala. año 2017. [Internet]. Guatemala noviembre 2017. [Citado 23 de julio del 2022]. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/09/02/Chun-Sandy.pdf>



2.1.2 ANTECEDENTES NACIONALES.

SILVA M. En el estudio titulado, “**ESTILOS DE VIDA SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE LICENCIADOS EN ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL DE PUCALLPA, 2020**” PUCALLPA, 2021. **Objetivo:** Determinar la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional de los licenciados en enfermería del Hospital Regional de Pucallpa, 2020. **Metodología:** De este estudio es de nivel descriptivo correlacional, prospectivo y transversal; de diseño no experimental; el ámbito de estudio fue en el Hospital Regional de Pucallpa; la muestra estuvo conformada por 106 licenciados en enfermería; la técnica usada fue la encuesta y el instrumento fue un cuestionario sobre estilos de vida.

Resultados: Del total de licenciados en enfermería, el 68.9% (74) pertenecen al género femenino; el 59.4% (63) tienen de 41 años a más; el 18.9% (20) laboran en el servicio de emergencia; el 52.8% (56) no desarrollaron ningún estudio de post grado; y el 49.1% (52) son casados. Respecto al estilo de vida predomina el 46.2% con estilos poco saludable; y sobre el estado nutricional el 48.1% (51) de ellos tienen sobrepeso. Se concluyó: que si existe relación entre estilos de vida y estado nutricional ya que el (46,2%) de ellos poseen estilos de vida poco saludable, situación que repercute directamente en su estado nutricional evidenciado en el mayor porcentaje en estado nutricional (48.1%) que tienen sobrepeso¹⁴.

MACHACA M. En el estudio titulado, “**CONDICIONES LABORALES Y CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO DE LAS ENFERMERAS DEL HOSPITAL REGIONAL MANUEL NÚÑEZ BUTRÓN, PUNO – 2019**” PUNO, 2020. **Objetivo:** Determinar la relación entre las condiciones laborales y la calidad de vida en el trabajo de las enfermeras del Hospital Regional Manuel Núñez Butrón, Puno-2019. **Metodología:** Fue de enfoque cuantitativo de tipo descriptivo correlacional diseño no experimental de corte transversal; la muestra estuvo conformada por 84 profesionales de

¹⁴ Silva M. Estilos de vida saludable y su relación con el estado nutricional de Licenciados en Enfermería del Hospital Regional de Pucallpa, 2020. [Internet]. Perú Pucallpa 2021. [Citado 1 de marzo del 2023]. Disponible en: https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/9901/Tesis_estilos_vida%20saludable_relaci%C3%B3n_estado%20nutricional_Hospital%20Regional%20Pucallpa.pdf?sequence=1&isAllowed=y



enfermería, para la recolección de datos utilizó la técnica encuesta y como instrumento dos cuestionarios.

Resultados: Muestran que del 77.38% de enfermeras que tienen buena calidad de vida en el trabajo, el 39.28 % tienen regulares condiciones laborales, 25 % buenas condiciones laborales, y 11.90% muy buenas condiciones laborales. Por otro lado, del 3.57% de enfermeros que tienen deficiente calidad de vida en el trabajo el 2.38% presentan malas condiciones laborales y 1.19% muy malas condiciones laborales; asimismo 41,67% percibió condiciones intralaborales regulares, 36,90% percibió condiciones individuales buenas. Se concluyó que existe relación entre las condiciones laborales y la calidad de vida en el trabajo corroborado por el coeficiente de correlación de Pearson de 0.652 y una significancia de $p = 0.0001^{15}$.

CARHUAPOMA S. En el estudio titulado, “**FACTORES LABORALES Y ESTILOS DE VIDA DEL PERSONAL DE SALUD DEL PUESTO DE SALUD DEL HUAYCO. PROVINCIA Y REGIÓN DE SAN MARTÍN. AGOSTO – DICIEMBRE 2018**” **TARAPOTO, 2019. Objetivo:** Determinar la relación que existe entre los factores laborales y el estilo de vida del personal de salud del Puesto de Salud del Huayco. Provincia y Región de San Martín. Agosto – Diciembre 2018. **Metodología:** Fue de tipo no experimental, cuantitativo, descriptivo, transversal, correlacional, la muestra estuvo constituido por 31 personales de salud del Puesto de Salud del Huayco, instrumento utilizado fue un cuestionario.

Resultados: Encontró que la mayoría del personal de salud se encuentran entre las edades de 31 a 50 años de edad (58,06%), son de sexo femenino (70,96%), profesan la religión católica (77,41%), son técnicos de enfermería (38,70%), el 54,84% (17) presentan factores laborales relacionados con la presión y exigencia con un nivel medio, seguido de un 25,81% (8) nivel bajo y un 19,35% (6) nivel alto, el 67,74% (21) presentan factores organizativos estresantes medio, seguido de un 19,35% (6) bajo y un 12,90% (4) alto, el 67,74% (21) presentan factores ambientales estresantes medio, seguido de un 16,13% (5) que son alto y bajo simultáneamente, el 58,06% (18) presentan estilos de vida saludables, seguido de

¹⁵ Machaca M. Condiciones laborales y calidad de vida en el trabajo de las enfermeras del Hospital Regional Manuel Núñez Butrón, Puno – 2019. [Internet]. Perú Puno 2020. [Citado 23 de julio del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/13798>



estilos de vida poco saludables con un 29,03% (9) y solo un 12,90% (4) presentan estilos de vida muy saludables. Concluyendo que: Para determinar entre los factores laborales y estilos de vida personal de salud del Puesto de Salud del Huayco, se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado con un nivel de significancia al 95%. Los resultados reflejan que no existe relación significativa entre ambas variables de estudio por tener un p valor $> 0,05$ ¹⁶.

RATTO D. En el estudio titulado, “**NIVEL DE ESTRÉS LABORAL Y ESTILOS DE VIDA EN ENFERMEROS DEL HOSPITAL GENERAL LA MERCED, CHANCHAMAYO, 2018**” CHANCHAMAYO, 2019. **Objetivo:** Determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y estilos de vida en enfermeros. **Metodología:** Fue descriptivo correlacional de corte transversal, tomó como muestra de 102 enfermeros. Se aplicó la técnica de la encuesta y el instrumento fue un cuestionario.

Resultados: En el estrés laboral en el nivel medio 48 (47,1%) y en el nivel alto 54 (52,9%). En la variable estilos de vida en el nivel bajo 96 (94,1%) y en el nivel medio 5,9%¹⁷.

LAURACIO G. En el estudio titulado, “**ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL DESEMPEÑO LABORAL DE LA ENFERMERA (O) DE LA RES DE SALUD ILO – 2018**” ILO, 2018. **Objetivo:** Determinar los Estilos de vida y su relación con el desempeño laboral de la enfermera (o), de la Red de Salud Ilo, 2018. **Metodología:** Fue de tipo cuantitativo descriptivo correlacional, corte transversal, se utilizó como técnica la encuesta, y los instrumentos fueron el cuestionario de Estilos de vida y el cuestionario de desempeño laboral. La población y muestra estuvo conformado por 80 enfermeras (os) que laboran en la Red de Salud Ilo

Resultados: Evidenciaron que el 85,0% de los profesionales de Enfermería presentan estilos de vida poco saludables, el 61,2% presentaron un desempeño

¹⁶ Carhuapoma S. Factores laborales y estilos de vida del personal de salud del Puesto de Salud del Huayco. Provincia y Región de San Martín. Agosto – diciembre 2018. [Internet] Tarapoto, 2019. [Citado 29 de julio del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3548/ENFERMERIA%20-%20Sandy%20Julissa%20Carhuapoma%20Herrera.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

¹⁷ Ratto D. Nivel de estrés laboral y estilos de vida en enfermeros del hospital general la merced, Chanchamayo, 2018. [Internet] Chanchamayo, 2019. [Citado 29 de julio del 2022]. Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4693/TESIS_RATTO_DOUGLAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y



laboral bueno, al relacionar ambas variables con la prueba estadística Chi cuadrado, se evidenció que no existe relación estadística entre los estilos de vida y el desempeño laboral de la enfermera (o), sin embargo al analizar por dimensiones del estilo de vida, se encontró relación estadística entre el manejo del tiempo libre del estilo de vida y el desempeño laboral, de la enfermera de la Red de Salud Ilo¹⁸.

ALMANZA J. En el estudio titulado, “**ESTILOS DE VIDA Y DESEMPEÑO LABORAL DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA H.R.H.D.E. AREQUIPA 2018**” AREQUIPA 2018. **Objetivo:** Relacionar los estilos de vida con el desempeño laboral de los profesionales de enfermería. **Metodología:** Estudio de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo correlacional retrospectivo, se realizó en 112 personas a quienes se les aplicó los cuestionarios: Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) de Nola Pender y el cuestionario Desempeño de los profesionales de enfermería en las Prácticas Hospitalarias elaborado por Mantilla y Córdova.

Resultados: Muestran que los profesionales de enfermería tienen un estilo de vida en la dimensión nutrición: regular en un 90.1%, con respecto a la dimensión ejercicio inadecuado en un 81.2%, responsabilidad de la salud, inadecuado en un 68.3%; en la dimensión manejo de estrés se aprecia que en el 60.4% es regular; el 96% tiene un soporte interpersonal regular y el 99% tiene un adecuado nivel con respecto a su autorrealización¹⁹.

DÍAZ E. Y OTROS, En el estudio titulado. “**ESTILOS DE VIDA EN PROFESIONALES DE SALUD DE UN HOSPITAL EN CHICLAYO, PERÚ 2017**” CHICLAYO 2017. **Objetivo:** Determinar los factores asociados a los estilos de vida no saludables de los profesionales de la salud en un hospital de Chiclayo. **Metodología:** Realizó un estudio descriptivo transversal, aplicó el cuestionario adaptado de prácticas y creencias sobre estilos de vida, el cuestionario media variables sociodemográficas, estado nutricional y prácticas saludables (actividad física, hábitos alimenticios, consumo de tabaco y alcohol); las respuestas fueron

¹⁸ Lauracio G. Estilos de vida y su relación con el desempeño laboral de la enfermera (o) de la res de salud Ilo – 2018. [Internet] Tacna Perú 2018. [Citado 23 de julio del 2022]. Disponible en: http://repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/3432/103_2018_lauracio_apaza_gn_facst_enfermeria.pdf?sequence=1&isAllowed=y

¹⁹ Almanza J. Estilos de vida y desempeño laboral de los profesionales de Enfermería H.R.H.D.E. Arequipa 2018. [Internet] Arequipa Perú 2019. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12827/UPalchj.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



clasificadas en saludables y no saludables. Se aplicó la prueba de chi cuadrado para asociar estilos de vida y sus factores asociados.

Resultados: Un 44,6 % tenían sobrepeso y obesidad. La categoría de los estilos de vida que predominó fue no saludable con 58,7 %. Las categorías que predominaron fueron: hábitos alimentarios poco saludables con 52,1 %, hábito de fumar (pasivo/activo) con 58,7%. Se encontró asociación entre edad joven, sexo femenino, sobrepeso u obesidad, ser profesional no médico y ser fumador con los estilos de vida no saludables²⁰.

URIBE C. En el estudio titulado, “**CONDICIÓN LABORAL Y SATISFACCIÓN DE LA ENFERMERA DEL HOSPITAL AUGUSTO HERNÁNDEZ MENDOZA - ICA 2014**” AREQUIPA, 2017. **Objetivo:** Analizar la influencia de la condición laboral en la satisfacción de la enfermera del Hospital Augusto Hernández Mendoza Ica, en el año 2014. **Metodología:** Fue de enfoque cuantitativo, descriptivo transversal. La población estuvo compuesta por 139 enfermeras, las cuales 60 son de la 276 (nombradas) 65 bajo la ley 728 (contratos indeterminados) y 13 son Cas. Trabajó con toda la población, aplicó encuestas donde están incluida las dos variables principales que son satisfacción y la variable condición Laboral.

Resultados: Permiten afirmar que existe una influencia significativa de la condición laboral en la satisfacción de la enfermera del Hospital Augusto Hernández Mendoza Ica. Esto quiere decir que en profesión y status están de acuerdo 71.4% de enfermeras en que el sueldo es muy adecuado, indecisos 26.1% de enfermeras dicen que tienen pocas oportunidades para aprender, en desacuerdo 55.5% de enfermeras manifiesta que tienen pocas oportunidades. En el nivel de la profesión y status 89.1% de enfermeras dice que es poco aceptable. Respecto a la relación interpersonal 54.6% de enfermeras están de acuerdo que la relación con los jefes es muy cordial, 31.1% de enfermeras están indecisos que la relación con los jefes es muy cordial, y 29.4% de enfermeras están en desacuerdo que la relación con los compañeros es cordial. Asimismo 52.1% de enfermeras dice que es poco aceptable el nivel de la relación interpersonal. En las características laborales están

²⁰ Díaz E. y otros. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo, Perú 2017. [Internet] Chiclayo Perú 2017. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2876>



de acuerdo 40.3% de enfermeras que el trabajo es el mismo todos los días los días, indecisos 45.4% de enfermeras manifiesta que fuera del Hospital pienso en el trabajo, están en desacuerdo 59.7% de enfermeras dice el trabajo es el mismo todos los días; en cuanto al nivel de la relación interpersonal 51,1% menciona que es poco aceptable²¹.

2.1.3 ANTECEDENTES LOCALES

No se encontraron antecedentes de estudio.

2.2 BASES TEÓRICAS

ESTILOS DE VIDA

En las sociedades industrializadas, los últimos cien años han visto un cambio progresivo en el patrón actual de enfermedad. Durante el siglo XIX, las enfermedades infecciosas fueron la principal causa de morbilidad y mortalidad. Sin embargo, la mejora de las condiciones de vida a fines de este siglo y el desarrollo de la medicina para la alergia (basada en el uso de antibióticos y vacunas) en la primera mitad del siglo XX, permitió controlarlas. Así que hoy solo explican un pequeño porcentaje de la tasa de mortalidad. Al mismo tiempo, hay cada vez más enfermedades crónicas no transmisibles como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares y la discapacidad física por accidentes.

De esta forma, las principales causas de los problemas de salud se han desplazado paulatinamente de los procesos infecciosos a los factores ambientales y estilos de vida individuales²².

Por lo tanto, las discusiones sobre el estilo de vida y su impacto en la salud se vuelven importantes. De hecho, el estilo de vida occidental se puede asociar con muchos comportamientos que amenazan la salud. El consumo de tabaco y alcohol, una dieta alta y alta en grasas, la inactividad o la conducción temeraria son algunos

²¹ Uribe C. Condición laboral y satisfacción de la enfermera del Hospital Augusto Hernández Mendoza - Ica 2014. [Internet] Arequipa Perú 2017. [Citado 23 de julio del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/4771/ENDurqucp.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

²² Veramendi G. y otros. Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. [Internet] Rev. Univ. Soc. Perú 2020 [Citado 18 de julio del 2022] Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000600246



ejemplos de conductas no saludables o de riesgo. Todos estos comportamientos están estrechamente relacionados con las tres causas de muerte más importantes en la actualidad: las enfermedades cardiovasculares, el cáncer y los accidentes de tráfico²³.

El estilo de vida como concepto ha sido desarrollado durante varias décadas por la sociología y la psicología; sin embargo, en el campo de la salud, fue Lalonde quien lo explicó con un modelo cuádruple de salud: biología humana, ambiente, estilo de vida y organización de los servicios de salud. El estilo de vida consiste en una serie de decisiones que toma una persona y que le influyen, sobre las que tiene más o menos control; si se trata de decisiones nocivas para la salud, entonces el individuo está creando un riesgo voluntario que puede conducir a la enfermedad o incluso a la muerte, reconociendo la diversidad de decisiones que se toman. La estructura del estilo de vida involucra ideas sobre el comportamiento y los patrones de un individuo²⁴.

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES.

Los estilos de vida saludables propician la adquisición y mantenimiento en la cotidianidad de pautas de conducta que de manera individual y colectiva mejoran la calidad de vida incluye patrones de conducta, creencias, conocimientos, hábitos y acciones de las personas para mantener, restablecer o mejorar su salud, bienestar y calidad de vida de manera integral igualmente, comportamientos que disminuyen el riesgo de enfermar, como control y adecuado manejo de las tensiones y emociones negativas, instauración e incremento de actividad física, sana recreación y empleo del tiempo, buenos hábitos de sueño, alimentación y actividad física; control y evitación del abuso de alcohol, cafeína, tabaco y sustancias psicoactivas; sexo seguro, autocuidado en salud y cuidado médico. Estilos de comportamiento que se relacionan de manera importante con las redes de apoyo familiar y con las instituciones educativas, influenciadas por su

²³ Pastor Y. Una revisión sobre las variables de Estilos de Vida Saludables. [Internet] Rev. Psicol SALUD. España [Citado 18 de julio del 2022]. Disponible en: <https://revistas.innovacionumh.es/index.php/psicologiasalud/article/view/806>

²⁴ Diaz E y otros. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo. [Internet] Perú Octubre del 2020. Rev. Habanera Cienc. Médicas [citado 18 de julio del 2022]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-519X2020000600012&lng=es&nrm=iso&tIng=es



desempeño y exigencia académica, en una relación de causalidad circular que puede llevar a la intensificación del riesgo²⁵.

DIMENSIONES DE LOS ESTILOS DE VIDA

Es un conjunto de políticas e intervenciones sectoriales que buscan el bienestar y el disfrute de una vida sana en las diferentes etapas del transcurso de vida, promoviendo modos, condiciones y estilos de vida saludables en los espacios cotidianos de las personas, así como el acceso a una atención integrada de condiciones no transmisibles. Es importante promover y desarrollar actividades que eleve como prioridad la promoción de la salud y el control de las enfermedades a través de los estilos de vida¹³.

1) ACTIVIDAD FÍSICA

El trabajo del empleado de salud es desgastante y repetitivo, su capacidad física se ve disminuida y el deseo de participar en actividades físicas disminuye considerablemente. Al terminar su guardia, todos desean salir a su casa comer y dormir, o viceversa. Uno de cada 10 intenta despertarse para hacer ejercicio, el resto solo duerme sin control de tiempo²⁶.

En cuanto a la actividad física, su práctica favorece el desarrollo de estilos de vida saludables; se ha observado gran variabilidad de estas conductas, mientras unas personas realizan actividad física, otras prefieren ser sedentarias viendo televisión o jugando videos juegos; también se observa variación en los géneros, teniendo en cuenta que los hombres son más activos que las mujeres; la actividad física previene problemas de salud, e incluso ayuda la parte emocional de las personas al mejorar el autoestima y su auto concepto²⁷.

²⁵ Páez M. y otros Estilos de vida y salud de estudiantes de una facultad de Psicología. [Internet] Psicología desde el Caribe Colombia 2010. [Citado 18 de julio del 2022]. Disponible en: <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/42/9287>

²⁶ Echeverría, K. y otros. Estilos de Vida del Profesional Enfermero y su relación en la calidad de atención. [Internet] Rev. Salud y Bienestar Colectivo. Ecuador 2020 [Citado 18 de julio del 2022]. Disponible en: <https://revistasaludybienestarc colectivo.com/index.php/resbic/article/view/72/48>

²⁷ Del Brutto O. Alcohol: Consumo, Consecuencias y Complicaciones Neurológicas. Resultados del proyecto Atahualpa. [Internet]. Rev. Ecuatoriana de Neurología 2017. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: http://revecuatneurol.com/magazine_issue_article/alcohol-consumo-consecuencias-y-complicaciones-neurolgicas-resultados-del-proyecto-atahualpa-alcohol-intake-consequences-neurological-complications-results-atahualpa-project/



También está demostrado que la actividad física es un componente muy importante en la vida de las personas para así mantener a nuestro cuerpo en condiciones saludable y disminuir posibles riesgos de contraer alguna enfermedad y así tener buenos hábitos de vida saludable.

BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA POR SISTEMAS

Los beneficios de la Actividad Física por sistemas van desde los neurológicos y su impacto hasta en patologías como la ansiedad y la depresión, reducir el riesgo de demencia, promover la función cognitiva y disminuir el riesgo de accidente cerebrovascular²⁸. Los beneficios del ejercicio son irrefutables, también se puede observar los siguientes beneficios²⁹:

Neurológicos

- Ansiedad/depresión
- Demencia
- Función cognitiva
- Riesgo de accidente cerebrovascular

Endocrinos

- Peso
- Diabetes
- LDL, HDL

Musculoesqueléticos

- Osteoporosis
- Riesgo de caídas
- Fractura de cadera
- Discapacidad

²⁸ Perea A. y otros. Importancia de la actividad física. [Internet]. Rev. Medico Científica de la secretaria de Salud Jalisco, México 2019. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2019/sj192h.pdf>

²⁹ Sharma S. y otros. El ejercicio y el corazón: lo bueno, lo malo y lo feo. [Internet]. Rev. National Library of Medicine (NIH) 2015. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25839670/>



Cardiovascular

- Mortalidad
- Enfermedad coronaria
- Tensión arterial
- Rehabilitación cardiovascular

Oncológicos

- Cáncer de próstata
- Cáncer de mama
- Cáncer de colon
- Cáncer de pulmón

2) NUTRICIÓN

Esta dimensión implica la selección, conocimiento y consumo de alimentos esenciales para el sustento, la salud y el bienestar. Se incluye la elección de una dieta diaria saludable consistente con directrices de la Guía Pirámide de Alimento³⁰.

Por lo tanto, el primer punto a tener en cuenta es que sea completa: que incluya todos los grupos de alimentos; equilibrada: porque incorpora cantidades apropiadas de alimento; suficiente: es decir, que cubra las necesidades del organismo para el crecimiento, desarrollo y mantenimiento del peso; variada: que contenga distintos grupos de alimentos; adecuada a las características del individuo (edad, sexo, complexión corporal, actividad física y laboral, estilo de vida, hábitos, situación socioeconómica, etc.); y práctica y atractiva: de fácil preparación, presentable, con variedad de texturas, colores y temperaturas. Sobre todo, la importancia de una alimentación saludable es la prevención de enfermedades cardiovasculares, tipos de cáncer, enfermedades mentales, trastornos óseos, endocrinológicos y del sistema inmune³¹.

³⁰ Laguado E. y otros. Estilos de Vida Saludable en estudiantes de enfermería en la Universidad Cooperativa de Colombia. [Internet] Rev. Hacia la Promoción de la Salud mayo 2014 Colombia. [Citado 2 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3091/309131703006.pdf>

³¹ Acevedo. JL. Y otros. Alimentación del Personal de Enfermería. [Internet] Noviembre 2012 Argentina. [Citado 2 de agosto del 2022]. Disponible en: https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/10079/acevedo-jos-luis.pdf



Los alimentos se clasifican en macronutrientes y micronutrientes, todos estos son necesarios e indispensables en todas las edades, pero son fundamentales principalmente para el crecimiento de niños, adolescentes y jóvenes, a excepción de aquellos casos en que tengan algún problema específico, como intolerancia a cualquier alimento, alergias o una enfermedad específica que les imposibilite su consumo. Es importante además distribuir los alimentos en 5 raciones diarias como ser: desayuno, almuerzo, cena y dos meriendas una por la mañana y otra por la tarde. Los macronutrientes son aquéllos que el cuerpo necesita en mayores cantidades siendo estos³²:

- **Carbohidratos o hidratos de carbono:** llamados azúcares, son la fuente de energía de primera mano que el organismo necesita para el funcionamiento de todos los órganos y para realizar las actividades diarias como caminar, jugar, trabajar, estudiar, entre otras.
- **Proteínas de origen animal:** sus funciones son la formación, crecimiento, reparación y mantenimiento de los tejidos del organismo tales como el cabello, uñas, piel, músculos, sangre, huesos.
- **Carnes y embutidos:** se encuentra fuentes de proteínas, vitamina B12, hierro, potasio, fósforo y zinc
- **Pescados y mariscos:** aportan la vitamina D, yodo son muy ricos en ácidos grasos poliinsaturados omega-3, principalmente el atún, sardina, salmón, anguila, etc. Estos ácidos grasos reducen el colesterol “malo” (LDL), bajan los niveles de triglicéridos y son precursores de sustancias que ejercen una importante acción preventiva de la enfermedad cardiovascular
- **Lácteos:** son una fuente de calcio, que es un mineral importantísimo para la formación de huesos y dientes, así como para la prevención de la osteoporosis.
- **Huevos:** aportan proteínas de alta calidad, vitaminas (A, D y B12) y minerales (fósforo y selenio).
- **Proteínas de origen vegetal:** frijoles de toda clase (rojos, negros, blancos), garbanzos, soya, lentejas

³² Municipio de Yamaranguila. Guía de Entornos y Estilos de Vida Saludables en Comunidades Indígenas Lencas. [Internet] Yamaranguila: Intibucá 2016 [Citado 2 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



- **Legumbres:** son fuente de proteína y fibra, aportan también carbohidratos, vitaminas y minerales.
- **Grasas:** de origen animal o vegetal
- **Agua:** un consumo adecuado de agua ayuda a prevenir el estreñimiento y a normalizar el tránsito intestinal. El consumo de dos litros o más de agua al día es muy beneficioso para la salud, entre otros.

3) RESPONSABILIDAD EN SALUD

Implica un sentido activo de responsabilidad por el propio bienestar. Esto incluye prestar atención a su propia salud, la educación de uno mismo acerca de la salud y el ejercicio de informarse y buscar ayuda profesional²⁵.

Lopategui refiere que la responsabilidad ante nuestra salud implica escoger/decidir sobre alternativas saludables/correctas en vez de aquellas que envuelven un riesgo para la salud. Significa reconocer que tenemos la habilidad para modificar los riesgos inherentes en nuestra herencia y ambiente social, i.e., podemos modificar nuestros riesgos mediante cambios en nuestro comportamiento. Para poder estar consciente de los efectos potenciales peligrosos de hábitos/dependencias de riesgo, se requiere un esfuerzo reflexivo para examinar nuestras vidas desde la perspectiva de la salud y luego un esfuerzo concertado dirigido a cambiar/modificar los hábitos negativos arraigados.

El estado de salud que posee cada individuo dependerá en gran medida de los tipos de comportamientos que efectúe éste. Podemos definir comportamiento como la descripción de la interacción con las personas y el ambiente. Se hace referencia al comportamiento de salud, es decir, a las acciones o formas de actuar y reaccionar que afectan a la salud personal y comunitaria. El único responsable y que puede modificar los comportamientos de riesgo (una acción que incrementa la incidencia de enfermedades y accidentes amenaza la salud personal y la de otros, y ayuda a destruir el ambiente) hacia unos comportamientos saludables de bienestar/positivos (una acción que ayuda a prevenir la enfermedad y accidente, y promueve la salud individual y colectiva y/o mejora la calidad del ambiente) es el propio individuo y nadie más. Este es el que decide cómo cuidarse y si desea



mantener una buena salud. La motivación en última instancia es intrínseca, es decir, que se deriva del mismo individuo³³.

4) MANEJO DE ESTRÉS

Según la Organización Mundial de la salud (OMS) el estrés significa sentirse preocupado o amenazado por la vida, puede deberse a amenazas importantes como la violencia familiar, un hombre hizo algodón malo, enfermedad, falta de escuela, problemas para sostener a tu familia, desplazamiento de hogar, violencia en tu comunidad o a problemas más pequeños como discusiones con tu familia, incertidumbre sobre el futuro. Todo el mundo experimenta estrés a veces. Un poco de estrés no es un problema, pero un nivel muy alto de estrés tiene a menudo efectos sobre el cuerpo. Muchas personas experimentan sensaciones desagradables, se ponen enfermas tienen erupciones en la piel, infecciones, dolencias o problemas intestinales y cuando están estresadas no pueden concentrarse, se enfadan con facilidad, no pueden estar quietas, tienen dificultades para dormir, se sienten tristes o culpables, se preocupan, lloran se sienten muy cansadas, experimentan alteraciones en el apetito³⁴.

ESTRÉS EN PERSONAL DE QUIRÓFANO

Implica la identificación y movilización de los recursos psicológicos y físicos para controlar eficazmente o reducir la tensión²⁵.

El trabajo de los enfermeros de Quirófano es otro de los grandes roles de Enfermería que exponen sus profesionales a importantes cantidades de estrés en el día a día. Los profesionales de Enfermería cumplen la función de acompañar al paciente, de forma perioperatoria, a lo largo de todo el proceso quirúrgico (fase preoperatoria, intraoperatoria y postoperatoria). Dentro del quirófano, se pueden distinguir tres roles concretos de Enfermería: enfermera circulante, anestesista e instrumentista. Independientemente del rol que desempeñen, las tres

³³. Lopategui, E. El concepto de la salud. [Internet] Recuperado el 2 de abril de 2015. [Citado 2 de agosto del 2022]. Disponible en: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaRes.html>

³⁴ Organización Mundial de la Salud. En tiempo de estrés, haz lo que importa: una guía ilustrada. [Internet] Ginebra 2020. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/sh-2020-spa-3-web.pdf?sfvrsn=34159a66_2



enfermeras tienen una serie de funciones comunes, como mantener el quirófano preparado, comprobar el correcto funcionamiento de todo el equipo, reponer y comprobar el carro de anestesia y el material, preparar el calentador térmico y encender las lámparas quirúrgicas. Además, se realiza una cooperación entre todos los miembros del equipo durante la intervención³⁵.

SUEÑO

Es importante tener en cuenta que el sueño presenta variaciones a lo largo de la vida y, por tanto, la necesidad de sueño podría modificarse en función del momento del ciclo vital que consideremos. Los cambios más importantes se producen en la infancia y, en menor medida, durante la adolescencia. El sueño suele variar poco durante la vida adulta, para volver a presentar modificaciones importantes durante el envejecimiento

Por ejemplo, un recién nacido sano duerme unas 16 horas al día y al año de vida el sueño dura unas 14-16 horas. En la infancia el sueño es de unas 11-12 horas nocturnas, para alcanzar en la adolescencia el patrón que se mantendrá durante toda la adultez. La mayoría de los adultos duerme de 7 a 9 horas por noche. A medida que nos vamos haciendo viejos, dormimos menos. Se ha demostrado que a partir de los 50 años se empiezan a perder 27 minutos de sueño por decenio de vida, además, el sueño se hace superficial, se produce un adelanto del ritmo sueño-vigilia, de aproximadamente una hora y una disminución de la amplitud circadiana³⁶

MALOS HÁBITOS ALIMENTICIOS

Por otra parte, cuando se habla de trastornos en las conductas alimentarias no solo se refiere a que la alimentación sea en exceso, sino también cuando esta no

³⁵ Fedrique M. Enfermería en el Quirófano. [internet] Valladolid: Universidad de Valladolid; 2015. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/14137/MiguezAbadS.pdf>

³⁶ Miro E. y otros. Patrones del sueño y salud. [Internet] Asociación Española de Psicología Conductual mayo 2002 España. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/337/33720206.pdf>



alcanza los requerimientos nutricionales para el adecuado funcionamiento del organismo³⁷.

La organización Panamericana de la Salud indica que es una situación alarmante y que va acrecentándose rápidamente en América Latina y el mundo, es necesario reconocer que las ventas de estos productos de consumo rápido y de bebida azucaradas se encuentran actualmente reemplazando a los alimentos saludables y nutricionales, el personal sanitario que posee conocimiento de todo aquello se vuelve parte de esta corriente, por ello la necesidad de concientizar a la población a retomar el consumo de una dieta saludable y que permita que el organismo pueda mantenerse saludable por mayor cantidad de tiempo³⁸.

Globalmente, una dieta alimenticia inadecuada llevara a la presentación de enfermedades crónicas no transmisibles como Diabetes, Hipertensión, Enfermedades Cardiovasculares, Obesidad que son las patologías más comunes y frecuentes. Las encuestas realizadas a través de Encuesta Nacional de Salud, Salud Reproductiva y Nutrición (ESANUT) en Ecuador en los años 2011-2013 con la participación del Ministerio de Salud Pública del Ecuador y en conjunto con el Instituto Ecuatoriano de Normalización (INEN). Demuestran que en la población ecuatoriana más joven existe una mayor tendencia al consumo de comida chatarra y de bebidas gaseosas y azucaradas. Así pues, es necesario destacar que las jornadas laborales extensas no permiten una alimentación adecuada, así como la falta de planificación en las tareas acorta el tiempo de alimentación. Otra situación que se debe mencionar es el difícil acceso a comedores que obliga a optar por comida rápida, así como las condiciones diversas de trabajo y clases sociales que no permiten tener una alimentación equilibrada³⁹.

³⁷ Suarez K. Percepción de la Calidad del Cuidado de Enfermería en el Servicio de Ginecología del Hospital Carlos Lan Franco La Hoz, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.[Internet]. Repositorio Institucional. Perú 2019. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://1library.co/document/zw399nly-percepcion-calidad-cuidado-enfermeria-servicio-ginecologia-hospital-lanfranco.html>

³⁸ Organización Panamericana de la Salud. Alimentos y bebidas ultra procesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones. [Internet]. Washington 2019. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51523>

³⁹ Díaz A. Estilos De Vida Saludable En Adolescentes Relacionados Con Alimentación Y Actividad Física. [Internet]. Colombia 2016. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/3449>



CONSUMO DE TABACO, ALCOHOL Y OTRAS DROGAS

El consumo de tabaco, alcohol y otras drogas durante la jornada laboral constituye un factor de riesgo para el trabajador y para sus compañeros de trabajo en el cumplimiento de actividades⁴⁰.

En Ecuador existen políticas que reconocen el uso de tabaco alcohol y otras drogas como un problema de salud pública por ello la necesidad de incentivar a la promoción de espacio saludables que no fomenten el uso de estos hábitos dañinos y perjudiciales⁴¹.

5) SOPORTE INTERPERSONAL

En la actualidad no solo es importante la inteligencia o capacitación que pueda tener una persona para desenvolverse en el ámbito laboral de una profesión, otro aspecto muy relevante es la habilidad que tiene para relacionarse con sus compañeros y con la gente que interactúa de manera cotidiana durante una jornada⁴².

Así mismo, es importante destacar que los enfermeros están expuestos a situaciones muy demandantes en las instituciones de salud, en la que día a día conviven con sus compañeros y es importante contar con diversas estrategias como la capacidad de diálogo, manejo de conflictos y, sobre todo, adecuadas relaciones interpersonales para dar respuesta a las necesidades que se presentan en el ambiente laboral⁴³.

El personal de enfermería está constantemente inmerso en un ambiente poco favorable, ya que se enfrentan de manera convencional a situaciones de estrés y emociones que pueden influir en su humor o actitudes demostradas hacia sus

⁴⁰ Martínez C. Diferencias de género en relación con el Índice de Masa Corporal, calidad de la dieta y actividades sedentarias en niños de 10 a 12 años. [Internet]. España 2017. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/49393/32170>

⁴¹ Restrepo, J. Consumo de sustancias psicoactivas en Auxiliares de Enfermería. [Internet]. Revista Cuidarte. Colombia 2017. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/378/796>

⁴² Marquina RJ. Inteligencia emocional y calidad de vida en personal de salud de cuatro hospitales del sector Público de Lima. [Internet] Revista Peruana de Obstetricia y Enfermería 2014. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/view/719/562>

⁴³ Gamboa L. Estilos de manejo de conflictos e inteligencia emocional de los trabajadores de salud de la micro red Santa Luzmila DISA V. lima 2016 [Internet] Lima, 2016. 2017. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8640/Gamboa_LLY.pdf?sequence=1&isAllowed=y



propios compañeros; sin embargo, las adecuadas relaciones entre los mismos son una gran fuente de apoyo para evitar el colapso por sentimientos negativos, puesto que pueden comprenderse por enfrentar situaciones similares. La profesión de enfermería ha de atender las necesidades primeramente desde la interioridad del contexto laboral y así proyectarse socialmente hacia las comunidades, teniendo en cuenta la importancia de la adecuada convivencia entre profesionales y fortaleciendo las relaciones interpersonales⁴⁴.

6) AUTORREALIZACIÓN

La autorrealización se presenta inicialmente como una motivación y necesidad, entrelazada estrechamente con el principio jerárquico de necesidades, donde la motivación se intensifica en función de las necesidades que se aspiran a satisfacer. Habitualmente, las personas muestran mayor motivación por satisfacer las necesidades de alta prioridad, como las básicas o fisiológicas que incluyen oxígeno, alimentación, descanso y sueño, relegando las de menor prioridad hasta que las más cruciales sean atendidas. Además, se contempla la autorrealización como la plenitud de vida, subrayando que alcanzarla implica una lucha y superación de dificultades para lograr las metas y objetivos deseados. Cada individuo debe identificar lo que simboliza una vida plena y culminada, lo que conlleva a un sentimiento de completitud y/o consumación. Finalmente, se expone la autorrealización como un proceso de autoactualización, donde se entiende que con el avance del tiempo y la acumulación de nuevas experiencias, las necesidades de autorrealización pueden variar, y por ende, cada persona debe autoactualizarse en función de su situación particular, sugiriendo que la autorrealización no representa un estado estático⁴⁵.

PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA

En la primera conferencia internacional sobre la promoción de la salud en Ottawa en Canadá en 1986, se aprobó la carta de Ottawa, el cual plantea los siguientes

⁴⁴ Escobar M y otros. Contexto laboral de la Enfermería en Colombia. [Internet] Revista Cubana de Salud y Trabajo 2018. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubsaltra/cst-2018/cst181k.pdf>

⁴⁵ Bernal A. El concepto de "Autorrealización" como identidad personal. [Internet] España 2002. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/16/art_1.pdf



puntos; condiciones favorables en salud, desarrollar habilidades personales, fortalecer las actividades sociales y la reorientación de servicios médicos; Estas acciones puntualizan el enfoque de múltiples sectores para regular la mejora de la salud cuando el gobierno, el sector salud, la sociedad, la economía y la comunidad aportan y participan en actividades de salud, aunque algunos dependen del medio ambiente, los factores del gobierno y los sistemas de salud, mejoran los recursos humanos para una participación más operativa en salud⁴⁶.

Según la OMS salud es un concepto dinámico, habitualmente se aborda desde la visión de pérdida (enfermedades o factores de riesgo). La promoción de la salud reconoce la salud como un concepto positivo y se centra en los factores que contribuyen a ella. Busca que todas las personas desarrollen su mayor potencial de salud tomando en cuenta los activos de la comunidad y las condiciones sociales subyacentes que determinan una mejor o peor salud - los Determinantes Sociales de la Salud - sabiendo que para alcanzar la equidad es necesario una redistribución del poder y los recursos. El abordaje de Promoción de la Salud implica una manera particular de colaborar: parte de las diferentes necesidades de la población, fomenta sus capacidades y sus fortalezas, empodera, es participativa, intersectorial, sensible al contexto y opera en múltiples niveles⁴⁷

ESTILOS DE VIDA EN PROFESIONALES DE LA SALUD

Un factor indirecto en la salud adecuada es un estilo de vida basado en patrones de comportamiento identificables determinados por la interacción de los rasgos de personalidad individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida económicas, socioeconómicas y ambientales; Un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades. Las enfermedades no transmisibles, como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes tipo 2, el cáncer y las enfermedades respiratorias crónicas, son las principales causas de muerte en todo el mundo y representan el 63 % de todas las muertes cada año.

⁴⁶ Calpa A, Santacruz G, Álvarez M, Zambrano C, Hernández E, Matabanchoy S. Promoción de estilos de vida saludables: Estrategias y Escenarios. Hacia Prom. Salud. [Internet]. julio de 2019. [Citado 19 de julio del 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139

⁴⁷ Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud. [Internet]. Washington 2019 [Citado 19 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>



Las enfermedades no transmisibles relacionadas con el estilo de vida se consideran factores de riesgo, como el tabaquismo, las dietas poco saludables, la inactividad y el consumo nocivo de alcohol. Las personas que son físicamente inactivas tienen un riesgo aún mayor de muerte por cualquier causa, incluso mayor si tienen sobrepeso u obesidad, y según un informe de la Organización Mundial de la Salud, alrededor del 75 % de las Enfermedades no Transmisibles y el 40 % de todos los cánceres podrían prevenirse si estos factores de riesgo pudieran ser eliminados.

Es importante que la población reciba el apoyo necesario y aprenda a tomar control de su estilo de vida y así responsabilizarse de su salud; Esta tarea involucra al profesional de enfermería quienes deben ser consejeros y modelos para seguir, motivando así a los pacientes a mejorar.

A menudo, los profesionales de la salud toman sus propias decisiones de estilo de vida poco saludables. Podría decirse que, al tener pleno conocimiento de la relación entre el comportamiento y la salud, evitarán comportamientos que lo amenacen. Sin embargo, no siempre es así y suele haber fumadores, bebedores, sedentarios, trabajadores sanitarios obesos, etc. Es importante investigar el estilo de vida de los expertos, ya que esto también revelará los factores de riesgo asociados con un estilo de vida poco saludable, como fumar, beber, sedentarismo, dieta poco saludable, fuerte y obeso⁴⁸.

MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD DE NOLA PENDER

conocido como el Modelo de Promoción de la Salud (Health Promotion Model o HPM), es un marco teórico desarrollado por la enfermera y teórica Nola J. Pender en la década de 1980. El HPM se centra en identificar los factores que influyen en los comportamientos de promoción de la salud y en diseñar intervenciones para mejorar la salud y el bienestar general de las personas.

El modelo de Pender se basa en varias teorías y conceptos de la psicología y la enfermería, como la Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura y el Modelo

⁴⁸ Diaz E. y otros. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo, Perú 2017. Rev. Habanera Cienc Médicas [Internet]. octubre de 2020 [citado 19 de julio del 2022]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-519X2020000600012&lng=es&nrm=iso&tIng=es



de Creencias en la Salud. El HPM reconoce que hay múltiples factores que influyen en el comportamiento de promoción de la salud, incluidos los factores individuales, interpersonales y ambientales.

El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender se compone de tres áreas principales:

1. Factores predisponentes: son características individuales o del entorno que influyen en la motivación de una persona para adoptar comportamientos saludables. Estos factores incluyen:
 - Características biológicas y demográficas (edad, género, raza, etc.)
 - Características personales (autoestima, autoeficacia, etc.)
 - Experiencias pasadas y conocimientos sobre la salud
2. Procesos cognitivo-perceptuales: son los procesos mentales y emocionales que influyen en la adopción de comportamientos saludables. Estos procesos incluyen:
 - Valoración de la importancia de la salud y percepción de riesgos y beneficios
 - Autoeficacia y expectativas de resultado
 - Objetivos y prioridades de salud
 - Barreras y facilitadores percibidos
3. Variables moduladoras: son factores externos o interpersonales que pueden afectar la relación entre los factores predisponentes y los comportamientos de promoción de la salud. Estos factores incluyen:
 - Influencia de los pares y el apoyo social
 - Recursos disponibles
 - Accesibilidad a servicios de salud y entorno físico

Según el HPM, la promoción de la salud es un proceso dinámico e interactivo en el que estos factores influyen en las decisiones y acciones de las personas. El modelo sugiere que las intervenciones de promoción de la salud deben abordar estos factores para motivar a las personas a adoptar comportamientos saludables.



El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender se utiliza en una amplia variedad de contextos, incluida la investigación, la educación y la práctica clínica, para guiar la planificación, implementación y evaluación de intervenciones de promoción de la salud⁴⁹.

HEALTH-PROMOTING LIFESTYLE PROFILE II (HPLP-II)

Es un instrumento basado en el Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender, dicho cuestionario fue diseñado para evaluar los estilos de vida promotores de salud en individuos y se basa en el Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender. Este modelo es un marco teórico ampliamente utilizado en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.

El HPLP-II contiene 52 ítems que evalúan 6 dimensiones diferentes del estilo de vida, que incluyen:

1. Nutrición
2. Actividad física
3. Responsabilidad en la salud
4. Manejo del estrés
5. Soporte interpersonal
6. Autorrealización

El cuestionario HPLP-II utiliza una escala de tipo Likert de 4 puntos que va desde "nunca" hasta "rutinariamente" para calificar la frecuencia con la que los encuestados participan en comportamientos relacionados con la promoción de la salud. Se utiliza en la investigación y la práctica clínica para identificar áreas de mejora en los estilos de vida de las personas y para diseñar intervenciones de promoción de la salud personalizadas. Además, puede ser útil para evaluar la efectividad de las intervenciones y programas de promoción de la salud.

⁴⁹ Pender N. Health Promotion in Nursing Practice (3rd ed.). [Internet] United Kingdom 2002. [Citado 14 marzo 2023]. Disponible en: [https://books.google.com.pe/books?id=jVJqAAAAMAAJ&q=Health+Promotion+in+Nursing+Practice+\(3rd+ed.\)+Nola+Pender&dq=Health+Promotion+in+Nursing+Practice+\(3rd+ed.\)+Nola+Pender&hl=es-419&sa=X&redir_esc=y](https://books.google.com.pe/books?id=jVJqAAAAMAAJ&q=Health+Promotion+in+Nursing+Practice+(3rd+ed.)+Nola+Pender&dq=Health+Promotion+in+Nursing+Practice+(3rd+ed.)+Nola+Pender&hl=es-419&sa=X&redir_esc=y)



Los puntajes pueden ser interpretados de la siguiente manera:

- Puntuación de 4.0: indica que el individuo tiene un estilo de vida altamente saludable.
- Puntuación entre 3.5 y 3.9: indica que el individuo tiene un estilo de vida saludable.
- Puntuación entre 2.5 y 3.4: indica que el individuo tiene un estilo de vida moderadamente saludable.
- Puntuación inferior a 2.5: indica que el individuo tiene un estilo de vida poco saludable.

CUESTIONARIO PEPS-I

También conocido como el Perfil de Estilos de Vida Promotores de la Salud (Promoting Health Lifestyle Profile I), es un instrumento desarrollado por la enfermera y teórica de la salud Nola J. Pender. La herramienta fue diseñada para evaluar y medir los estilos de vida promotores de la salud en individuos. Se basa en el Modelo de Promoción de la Salud de Pender, que es un marco teórico ampliamente utilizado en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.

El cuestionario PEPS-I contiene 6 dimensiones diferentes del estilo de vida, las cuales incluyen:

1. Responsabilidad en la salud: cómo las personas toman conciencia de sus propias acciones y comportamientos en relación con la salud y cómo se comprometen a mantenerla y mejorarla.
2. Apoyo social: el grado en que las personas buscan y utilizan el apoyo social para mejorar su bienestar y enfrentar los desafíos de la vida.
3. Estrés en la vida: cómo las personas perciben y manejan el estrés en su vida diaria y cómo esto afecta su salud y bienestar general.
4. Actividad física: la cantidad y calidad de la actividad física que realizan las personas, incluidos los hábitos de ejercicio y el tiempo dedicado a mantenerse activo.



5. Nutrición: cómo las personas se alimentan y la calidad de su dieta, incluidos los tipos de alimentos consumidos y la cantidad de nutrientes esenciales que ingieren.
6. Auto-realización: el grado en que las personas se esfuerzan por alcanzar su máximo potencial y encontrar satisfacción y significado en sus vidas.

El Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) es un cuestionario que mide el nivel de estilo de vida de un individuo. Este instrumento consta de 48 ítems, cada uno de los cuales se responde utilizando una escala tipo Likert de 4 puntos, donde 1 representa "nunca", 2 "a veces", 3 "frecuentemente" y 4 "rutinariamente". El rango de puntajes posibles va de 48 a 192, y un puntaje más alto indica un mejor estilo de vida⁵⁰.

Los ítems del cuestionario se dividen en seis dimensiones relacionadas con diferentes aspectos del estilo de vida:

1. Nutrición: ítems 1, 5, 14, 19, 26 y 46.
2. Actividad física: ítems 4, 13, 22, 30 y 38.
3. Responsabilidad en salud: ítems 2, 7, 15, 20, 28, 32, 33, 41, 43 y 46.
4. Manejo del estrés: ítems 6, 11, 27, 36, 40 y 45.
5. Soporte interpersonal: ítems 10, 24, 25, 31, 39, 42 y 47.
6. Autorrealización: ítems 3, 8, 9, 12, 16, 17, 18, 21, 23, 29, 34, 37, 44 y 48.

Mediante la evaluación de estas dimensiones, el PEPS-I permite obtener una comprensión integral del estilo de vida de una persona y puede ser útil para identificar áreas de mejora y promover un estilo de vida saludable.

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO SOBRE EL PERFIL DE ESTILO DE VIDA (PEPS-I)

El Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) es un instrumento de evaluación diseñado para medir el estilo de vida de las personas en relación con su salud. Para validar un

⁵⁰ Trejo G y otros. Influencia de la Promoción de la Salud en el Estilo de Vida en los Estudiantes Universitarios de la Escuela Superior de Tlahuelilpan. [Internet] Estado de Hidalgo México 2013. [Citado 14 marzo 2023]. Disponible en: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n8/p6.html>



instrumento, es necesario llevar a cabo una serie de procedimientos para determinar su fiabilidad y validez.

En el caso específico del PEPS-I, se han realizado varios estudios para validar el instrumento en diferentes poblaciones y contextos. A continuación, se describen brevemente los procedimientos utilizados en algunos de estos estudios:

- **Fiabilidad:** se ha evaluado la consistencia interna del instrumento mediante el coeficiente alfa de Cronbach, que indica la homogeneidad de las preguntas en la medida de la variable. En diferentes estudios, se han obtenido valores de alfa de entre 0,70 y 0,90, lo que indica una buena fiabilidad del instrumento.
- **Validez de contenido:** se ha evaluado la adecuación de las preguntas del instrumento en relación con el concepto que se pretende medir. Para ello, se ha contado con la opinión de expertos en la materia y se ha realizado un análisis de la congruencia de las preguntas con la teoría del estilo de vida.
- **Validez de constructo:** se ha evaluado la capacidad del instrumento para medir el concepto que se pretende medir. Para ello, se han realizado análisis factoriales exploratorios y confirmatorios que han permitido confirmar la estructura del instrumento en diferentes poblaciones.
- **Validez concurrente:** se ha evaluado la capacidad del instrumento para discriminar entre diferentes grupos de personas que se supone tienen diferentes estilos de vida. Para ello, se han realizado comparaciones entre grupos según sus características demográficas, clínicas o de comportamiento.

En general, los estudios realizados hasta la fecha han confirmado la fiabilidad y validez del instrumento PEPS-I en diferentes poblaciones y contextos, lo que permite afirmar que es un instrumento adecuado para medir el estilo de vida en relación con la salud⁵¹.

⁵¹ Enríquez M. y otros. Psychometric properties of the Spanish version of the Health Promoting Lifestyle Profile-II instrument in Mexican university students. [Internet]. México 2021. [Citado 14 marzo 2023]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v21n66/en_1695-6141-eg-21-66-398.pdf



CONDICIONES LABORALES

El SARS-CoV-2 (COVID-19) se ha extendido por todo el mundo y fue clasificado como pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en marzo de 2020, y actualmente no existe un fármaco o vacuna eficaz para su tratamiento. Los casos de COVID-19 continúan aumentando, especialmente en las Américas, por lo que ha aumentado la necesidad de que los trabajadores de la salud trabajen en primera línea tanto en entornos públicos como privados, incluso cuando tienen que trabajar horas extras.

Esto pone a los trabajadores de salud de primera línea en alto riesgo de infección, lo que hace que la enfermedad se propague aún más y represente hasta el 20% de las infecciones por COVID-19 en el Perú. Según un informe de la Universidad Johns Hopkins, el uso adecuado de mascarillas N95 o mascarillas similares puede reducir el riesgo de infección por COVID-19 entre un 64 % y un 75%. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y la OMS recomiendan medidas no farmacológicas como: limpieza, desinfección, detección temprana y el uso de equipo de protección personal como: guantes, no estériles y estériles, N95/ Máscara PPF2, pantalla facial, gafas, bata desechable, ropa desechable, etc.

Sin embargo, se ha informado una gran escasez mundial de equipos de protección personal, especialmente máscaras faciales, debido a la alta demanda de las organizaciones de salud y el público, lo que interrumpe la cadena de suministro médico. Debido a esta enorme demanda, los profesionales de salud reutilizan e incluso regeneran los equipos de protección personal fabricados con materiales no recomendados para su seguridad, poniendo en riesgo su salud peligrosa. El riesgo de infección aumenta cuando el personal trabaja en una unidad de Sala de Operaciones o en una unidad de pacientes con COVID-19, especialmente si el hospital no cuenta con un sistema de intercambio de aire efectivo⁵².

Por otro lado, el contexto laboral de las enfermeras muestra principalmente problemas relacionados con las condiciones de trabajo, caracterizados por la

⁵² . Raraz J. Condiciones laborales y equipos de protección personal contra el Covid-19 en personal de salud, [Internet]. Lima-Perú. 2021 [citado 18 de julio de 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312021000200335&script=sci_arttext



presencia de riesgos psicosociales, sobrecarga de trabajo, largas jornadas laborales, rotación de turnos, trabajo nocturno, atención rutinaria y el estrés psicológico asociado a la gestión. estados críticos. situación. Esta situación se agudiza cuando se asume que el impacto de estas condiciones de trabajo sobre la salud del personal de enfermería en realidad no ha sido estudiado. Además, las investigaciones muestran que ciertas formas de trabajo y empleo afectan la salud física y mental de estos profesionales, afectando la calidad de la atención brindada y afectando negativamente la recuperación del usuario⁵³.

Instalación en los empleados, un horario para extender la carga y el horario de trabajo, la flexibilidad y el cambio del sistema sin dificultad e incentivos navideños, con contratos salariales integrales, no hay seguro social, ni incentivos, ni muchas bonificaciones son parte de las relaciones laborales y permiten que las relaciones laborales y permitan La diferencia entre el personal de la planta y se asocia con un acuerdo de emergencia. No se determina que aparezca en los sistemas tradicionales, y ahora con un nuevo número de mediación a través de la asociación ejecutiva y la cooperativa se convierte en un uso excedente, una situación que afecta las relaciones. Empleos - trabajos, trabajos - empleos, oportunidades de crecimiento y conciencia profesional de aquellos que desean comenzar su investigación en este campo⁵⁴.

CONDICIONES LABORALES Y EL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Los trabajadores de los hospitales, precisamente el profesional de enfermería, están expuestos a riesgos, como: la exposición a agentes infecciosos, posturas inadecuadas, levantamiento forzado de cargas durante la atención de los pacientes, desplazamientos múltiples, exposición a sustancias químicas irritantes, alergénicas y/o mutagénicas y a radiaciones ionizantes, conocidos como originadores de daños a la salud de los empleados. Por lo cual, siendo el paciente, el objeto de trabajo de

⁵³ Canales M. y otros. Condiciones de trabajo de los profesionales de enfermería en Chile. *Enferm Univ.* [Internet]. Septiembre de 2016. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632016000300178

⁵⁴ Herrera G. Condiciones laborales y grado de satisfacción de profesionales de enfermería. [Internet]. Bogotá 2018 [citado 18 de julio de 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972008000200011



este personal de salud, el contacto directo con la enfermedad, el sufrimiento y la muerte, constituyen una carga mental para esta clase de trabajadores⁵⁴.

CONVENIO SOBRE EL PERSONAL DE ENFERMERÍA, 1977 (NÚM. 149)

El Convenio OIT n. 149, pese a ser una norma de mínimos, plantea como objetivo principal la mejora de las condiciones laborales del personal de enfermería, integrado mayoritariamente por mujeres. La progresiva pérdida de calidad de vida laboral, ya detectada en los años 70, llevó a la OIT a elaborar una norma específica que apostara por la toma en consideración de los auténticos problemas que identifican de modo específico el ejercicio de esta profesión⁵⁵.

EMPLEO Y CONDICIONES DE TRABAJO Y DE VIDA DEL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA. CONFERENCIA INTERNACIONAL DEL TRABAJO, OIT.

La Organización Internacional del trabajo OIT, comenzó a interesarse por el personal de Enfermería antes de la Segunda Guerra Mundial, en cuanto a la situación jurídica y la formación de este recurso, coincidiendo con los intereses de la Organización Mundial de Salud OMS, que en 1949 crea un comité de expertos en enfermería para asesorar la elaboración de unos principios rectores en cuanto a enseñanza y prestación de servicios.

Desde 1950 el Comité de expertos hizo énfasis en la relación estrecha que existe entre la calidad de los servicios de enfermería y la situación del personal que ejerce esta profesión, señalando entre estos factores las condiciones de trabajo, disponibilidad de suministros y equipos, la estructura jerárquica, los sistemas de comunicación y la posibilidad de hacer carrera.

En 1973 estas organizaciones se reunieron conjuntamente para analizarlas condiciones de trabajo y de vida del personal de enfermería, y tomaron la decisión de inscribir este problema en el orden del día de la 61 sesión de la Conferencia Internacional del trabajo, que se realizaría en 1976. En esta reunión se analizaron aspectos de gran trascendencia como remuneración, horas de trabajo, descanso y

⁵⁵ Polo M. Convenio sobre el personal de enfermería, 1977 (núm. 149). [Internet] Revista Internacional y Comparada de relaciones laborales y derecho del empleo diciembre del 2019. [Citado 3 de agosto 2022]. Disponible en: http://ejcls.adapt.it/index.php/rldc_adapt/article/view/784



vacaciones, protección de la salud, seguridad social, oportunidades de formación inicial y continua, organización del trabajo, garantías disciplinarias, oportunidades de hacer carreras, participación del personal de enfermería en la determinación de sus condiciones de trabajo y de vida, y en general todo lo que contribuye a la satisfacción en el trabajo⁵⁶.

CUESTIONARIO DE CONDICIONES LABORALES DE CISNEROS CENTENO CARMEN HAYDE.

Cisneros Centeno, Carmen Hayde¹¹ (México, 2011)⁵⁷ realizó la investigación “Satisfacción Laboral del Personal de Enfermería y su Relación con las Condiciones de Trabajo Hospitalario”; con el objetivo de determinar la relación entre la satisfacción laboral del personal de enfermería y las condiciones de trabajo hospitalario, mediante un estudio descriptivo, correlacional y transversal. La población fue de 55 elementos del personal de enfermería en el Hospital General Santiago Paspasquiario de tipo gubernamental dependiente de los Servicios de Salud del Durango, distribuidos de la siguiente manera: 12 en turno matutino, 11 en turno vespertino, 18 en turno nocturno que comprende la jornada A y S, 11 en jornada acumulada y 3 cubre descansos. Los servicios fueron Urgencias, Hospitalización (Pediatría, Gineco-obstetricia, Medicina Interna, Cirugía) Tococirugía, Quirófano, Consulta externa, Central de equipos y esterilización (CEYE), dentro del personal estudiado se encuentra el personal operativo y directivo.

El instrumento Consta de tres indicadores expresados en condición física, psicológica y social, de las cuales se derivan 15 preguntas, la confiabilidad del instrumento medida por el coeficiente Alfa de Cronbach fue .704 . La condición física abarca 5 ítems y aborda aspectos relacionados con el entorno físico en el que se desempeña el personal; la condición psicológica planteada en 6 ítems indaga sobre la condición cognoscitiva del personal de enfermería; y la condición social

⁵⁶ Quiceno O. Condiciones Laborales de las enfermeras. [Internet] Revistas Unal. Edu. Octubre 2019 [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: [file:///C:/Users/User/Downloads/83385-Texto%20del%20art%C3%ADculo-444941-1-10-20191106%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/83385-Texto%20del%20art%C3%ADculo-444941-1-10-20191106%20(4).pdf)

⁵⁷ Cisneros C. Satisfacción laboral del personal de enfermería y6 su relación con las condiciones de trabajo hospitalario. [Internet]. Universidad Autónoma de San Luis Potosí, México 2011. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.uaslp.mx/xmlui/bitstream/handle/i/3020/MAE1ASL01101.pdf?sequence=4&isAllowed=y>



con 4 ítems que incluyen las relaciones interpersonales. El instrumento está medido con una escala tipo Likert:1 =totalmente en desacuerdo hasta 5=totalmente de acuerdo.

Las condiciones de ítems por indicador para evaluar las condiciones de trabajo hospitalario fueron:

Indicador	N° de ítems	Ítems
• Condición física	5	1,5,10,13,14
• Condición psicológica	6	1,3,4,8,9,12
• Condición social	4	6,7,11,15

DIMENSIONES DE LA VARIABLE CONDICIONES LABORALES

CONDICIÓN FÍSICA

Esto refiere a los factores de medio ambiente natural dentro del ámbito laboral, lo constituye la iluminación, temperatura, ruidos, recurso materiales y físicos. Así también dentro de esta condición se considera la fatiga física por sobreesfuerzos, posturas molestas para poder brindar los cuidados y exploraciones; con esto nos referimos a las tareas que requieren consumo energético al realizar desplazamientos habituales en enfermería⁵⁸.

Dentro de las condiciones de trabajo nos encontramos con el medio ambiente físico dentro de ello nos referimos a factores de medio ambiente natural en el ámbito de trabajo y que aparecen de la misma forma o modificada por el proceso de producción que puede repercutir negativamente en la salud. Lo constituye la iluminación, ruido, temperatura, recursos físicos y materiales.

Dentro de estas condiciones se revisa la carga física que es uno de los factores que más condiciona la aparición de sobreesfuerzos y fatiga física; es la manipulación y transporte de cargas. Simplemente, nos referimos a las múltiples

⁵⁸ Albornoz C y otros. Condiciones laborales y habilidad del cuidado humanizado en el enfermero/a del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión. [Internet] Lima 2018. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2155/TITULO%20-%20Virginia%20Albornoz%20Carlos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



tareas que requieren un consumo energético importante, como son los desplazamientos habituales que realiza el personal de enfermería⁵⁹.

CONDICIÓN PSICOLÓGICA

Podemos definirlo como un esfuerzo de carácter cognoscitivo que inciden e influyen en la salud y vida laboral como el nivel de aprendizaje, características de la personalidad, nivel de satisfacción, actitudes en el trabajo y valores socioculturales⁴⁵.

Cada día se exige del trabajador un esfuerzo físico mayor, por lo que es importante que hagamos referencia la manera de cómo puede afectar el trabajo mentalmente, a ello se le denomina carga mental que podemos definir como un esfuerzo de carácter cognoscitivo determinado por la cantidad y tipo de información provenientes de las demandas del puesto de trabajo⁴⁶.

CONDICIÓN SOCIAL

La relación interpersonal está presente en el transcurso de nuestra vida y en todos los ámbitos, jugando un papel importante en el desarrollo integral de la persona, ya que a través de ello el individuo obtiene importantes refuerzos sociales, favoreciendo su adaptación al medio donde interactúa⁴⁵.

Las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el desarrollo integral de la persona. A través de ellas, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo. En contrapartida, la carencia de estas habilidades puede provocar rechazo, aislamiento y, en definitiva, limitar la calidad de vida.

Las habilidades sociales o de relación interpersonal están presentes en todos los ámbitos de nuestra vida. Son conductas concretas, de complejidad variable, que nos permiten sentirnos competentes en diferentes situaciones y escenarios, así

⁵⁹ Ureta R. Condiciones de trabajo Hospitalario y riesgos laborales en profesionales de enfermería en el Hospital Regional Zacarías Correa Valdivia Huancavelica. [Internet] Huancavelica 2018 Perú- [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2060/DOCTORADO-C.SALUD-2018-URETA%20JURADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



como obtener una gratificación social. Hacer nuevos amigos y mantener nuestras amistades a largo plazo, expresar a otros nuestras necesidades, compartir nuestras experiencias y empatizar con las vivencias de los demás, defender nuestros intereses, son sólo ejemplos de la importancia de estas habilidades. Por el contrario, sentirse incompetente socialmente nos puede conducir a una situación de aislamiento social y sufrimiento psicológico difícil de manejar⁴⁶.

PROFESIONALES DE ENFERMERÍA

La enfermería es un campo profesional que incluye apoyo autónomo en la cooperación brindada a las personas, familias y personas, enfermedades o grupos saludables; Incluyen atención médica, prevención y cuidado de personas con discapacidades, e incluso la muerte. Según el Consejo Internacional de Enfermería (CI), las funciones principales de un experto son: proteger y promover el medio ambiente para un entorno seguro, investigar, participar en sistemas de salud y gestión de la salud, así como formación. Deben estar apegados al uso de teorías y modelos de disciplina, creados para afectar positivamente la vida de sus pacientes y su trío directa e indirectamente

Un experto en enfermería debe poder ayudar a todos, independientemente de su situación; Esta atención garantizará una buena y segura para todos, mantendrá su salud, esto está determinado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como "una condición física y mental completa. Y la sociedad no es falta de condiciones o enfermedades" sus objetivos deben ser continuos. Desarrollo y fortalecer las actitudes y valores que permiten la personalización en su trabajo diario, reflejado, altamente, juicio, dedicación, humanidad, apoyo, respeto, honestidad, creatividad, participación y servicios médicos responsables en el sistema de atención médica, para cumplir con LOS OBJETIVOS de las necesidades de suministrar el nivel de servicio de atención. La enfermería se define como una profesión humanística que se enfoca en cuidar a las personas, grupos y comunidades en función del desarrollo de sus actividades⁶⁰.

⁶⁰ Arco O, Suarez Z. Rol de los profesionales de enfermería en el sistema de salud colombiano. [Internet]. Univ Salud. 1 de mayo de 2018. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072018000200171



La profesión de enfermería es una profesión cuya función principal es el cuidado de la salud e incluye actividades transversales destinadas a mantener la salud y ayudar a comprender la enfermedad y el dolor y ayudar a lograr la autosuficiencia, el dominio, el autoconocimiento. Los profesionales de la salud forman parte de un equipo médico multidisciplinario y desempeñan un papel de liderazgo en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades en las comunidades y su función incluye, administrativas, educativas y de investigación. El profesional de enfermería se basa en brindar cuidados de enfermería con un enfoque holístico y personalizado que promuevan la mejora de los problemas de salud y así lograr el autocuidado y la adaptación humana en el curso de la enfermedad, que afecta bienestar y calidad de vida al dejar el equipo directivo⁶¹.

CENTRO QUIRÚRGICO

El centro quirúrgico ha sido diseñado para realizar una extensa variedad de procedimientos quirúrgicos.

Para brindar un procedimiento quirúrgico más eficiente a los pacientes, los quirófanos están equipados con la más avanzada tecnología. El personal de centro quirúrgico es un equipo multidisciplinario que coordina los esfuerzos para la atención enfocada en el paciente.

El centro quirúrgico tiene como finalidad dar atención especializada en el quirófano, para que se efectúen intervenciones quirúrgicas, brindando cuidados post operatorios inmediatos en la unidad de recuperación post anestésica teniendo en cuenta reanimación cardio respiratoria y alivio del dolor agudo⁶².

CARACTERÍSTICAS DE LOS QUIRÓFANOS

El quirófano es un espacio cerrado que debe ser completamente independiente del resto del hospital por medio de una serie de separaciones con las estructuras exteriores. El quirófano permite la atención global e individualizada de los pacientes

⁶¹ Tarqui C. Desempeño laboral del profesional de enfermería en un Hospital de la Seguridad Social del Callao – Perú | Archivos de Medicina (Manizales). 2020 [Internet]. 2020 [citado 18 de julio de 2022];20(1). Disponible en: <https://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/3372>

⁶² Colegio de Enfermería del Perú. Centro Quirúrgico. [Internet]. Perú. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.hsj.gob.pe/servicios/enfermeria/anestesiocqx.html>



por un equipo interdisciplinario de profesionales sanitarios. Integran este equipo en todos los actos que se hacen bajo anestesia (general o local según el acto que debe efectuarse y el estado de salud del paciente).

- Anestesiastas,
- Médicos cirujanos
- Radiólogos,
- Gastroenterólogos,
- Neumólogos,
- Personal de enfermería de quirófano,
- Auxiliares de enfermería,
- Instrumentadores quirúrgicos,
- Camilleros, etc.

El quirófano debe ocupar un lugar central debido a una evidente necesidad de estar cerca de algunas estructuras de acogida o de hospitalización, así como los servicios médico-técnicos. Y estos criterios deben guiar su construcción en un nuevo hospital⁶³.

MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD EN CENTRO QUIRÚRGICO

Por lo tanto, en el quirófano, las enfermeras deben:

Conocer ciertas situaciones de riesgo biológico presentan el riesgo de ciertas enfermedades infectocontagiosas, donde es importante lavarse las manos, utilizar las medidas de protección correctas, tales como gorros, anteojos, máscaras, delantales, zapatos y la disposición adecuada de los desechos biológicamente contaminados⁶⁴.

HOSPITAL NACIONAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO EsSalud CUSCO

El Hospital Nacional Adolfo Guevara Velazco inaugurado en el año 1986. Tuvo la misión de atender a la población asegurada de la ciudad del Cusco con la idea de

⁶³ Martín E. Quirófano. [Internet] Consumote. [Citado 5 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/quirofano/>

⁶⁴ Sivipaucar J. Medidas de bioseguridad aplicadas por el profesional de enfermería frente a los riesgos biológicos en el servicio de sala de operaciones. [Internet]. 2021 [citado 18 de julio de 2022]; Disponible en: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/10101>



crecimiento que tuvo la Seguridad Social en el Perú, con la finalidad de otorgar un centro de salud de mayor capacidad resolutive para ese momento, fue creado con los servicios correspondientes a medicina interna, cirugía general, ginecología y obstetricia, pediatría y emergencia; con los servicios de laboratorio, imagenología, y consulta ambulatoria. Atiende a una población de aproximadamente 350,000 asegurados de toda la región.

Posee una oferta de servicios de una variedad de servicios médicos. Siendo el único hospital de categoría III-1, es la razón principal que el servicio de emergencia siempre tiene una demanda muy alta, en todos los servicios que brinda, como son⁶⁵:

- ✓ Medicina interna.
- ✓ Pediatría
- ✓ Ginecología y obstetricia.
- ✓ Cirugía general.
- ✓ Shock trauma
- ✓ Traumatología y ortopedia.
- ✓ Unidad de observación de adultos
- ✓ Unidad de observación de niños.

2.3 MARCO CONCEPTUAL

ESTILOS DE VIDA

Los estilos de vida se refieren a los comportamientos y hábitos que una persona incorpora en su rutina diaria, ya sea individualmente o en grupo. Estos patrones, formados desde la infancia o adquiridos a lo largo de la vida, abarcan aspectos como una alimentación equilibrada, la práctica regular de actividad física, el bienestar mental y una adecuada higiene, siendo fundamentales para alcanzar una vida saludable.

⁶⁵ Silva W. Relación de satisfacción del personal de salud con la gestión de la calidad del servicio de emergencia del Hospital Nacional Adolfo Guevara Velasco EsSalud Cusco, periodo abril 2018. [Internet] Cusco Perú 2020. [Citado 5 de agosto del 2022]. Disponible en: https://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/5701/253T20201035_TC.pdf?sequence=1&isAllowed=y



CONDICIONES DE LABORALES

Las condiciones laborales, ya establecidas, son factores a los que el trabajador accede, generalmente bajo un contrato, para desempeñarse adecuadamente en su puesto. El incumplimiento de estas condiciones puede acarrear consecuencias negativas tanto para la empresa como para el empleado.

SALA DE OPERACIONES

El Centro Quirúrgico, también conocido como Sala de Operaciones, es un espacio designado para la realización de intervenciones quirúrgicas, ya sean programadas o de emergencia, para pacientes que lo necesiten. Además, se pueden llevar a cabo otros procedimientos específicos. Este lugar está equipado con el instrumental esencial y está atendido por profesionales especializados y debidamente capacitados para dichas tareas.

2.4 VARIABLES

2.4.1 IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES IMPLICADAS:

- Estilos de vida
- Condiciones laborales

VARIABLES NO IMPLICADAS:

- Edad.
- Sexo
- Estado civil.
- Número de hijos
- Logros académicos alcanzados
- Condiciones laborales
- Tiempo de servicio en el hospital



2.4.2 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

2.4.2.1 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES IMPLICADAS

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	EXPRESIÓN PARCIAL	NATURALEZA	ESCALA	CATEGORÍAS	EXPRESIÓN FINAL
Estilos de Vida	Conjunto de hábitos y conductas que modulan nuestra actividad cotidiana y rigen nuestra forma de afrontar los requerimientos, exigencias y retos que se nos presentan durante las diferentes etapas de nuestra vida.	Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> Tomar alimentos en las mañanas Evita alimentos con ingredientes artificiales o químicos Come tres alimentos al día Entiende el contenido nutricional de alimentos empaquetados. Alimentos ricos en fibra. Incluye los cuatro grupos básicos de nutrientes en sus alimentos diariamente 	Saludable: 16-24 No saludable: 6-15	Cualitativo	Nominal	a) Nunca=1 b) A veces= 2 c) Frecuentemente= 3 d) Rutinariamente=4	<ul style="list-style-type: none"> Saludable de 121 – 192 Puntos No saludable de 48 – 120 Puntos
		Actividad física	<ul style="list-style-type: none"> Realiza ejercicios 3 veces al día o por semana Realiza ejercicio por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión Controla su pulso durante el ejercicio físico Realiza actividades físicas de recreo. 	Saludable: 14-20 No saludable: 5-13	Cualitativo	Nominal	a) Nunca=1 b) A veces= 2 c) Frecuentemente= 3 d) Rutinariamente=4	
		Responsabilidad de salud	<ul style="list-style-type: none"> Consulta al médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud Conoce el nivel de colesterol en su sangre Se informa de cómo cuidar su salud Busca una segunda opinión de diagnóstico Consulta con profesionales calificados las inquietudes respecto a su salud Controla su presión arterial Se informa sobre el mejoramiento del medio en el que vive Encuentra maneras positivas para expresar sus sentimientos 	Saludable: 26-40 No saludable: 10-25	Cualitativo	Nominal	a) Nunca=1 b) A veces= 2 c) Frecuentemente= 3 d) Rutinariamente=4	



			<ul style="list-style-type: none"> • Inspecciona frecuentemente su cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro • Asistes a programas educativos sobre el cuidado de su salud personal 					
	Manejo de Estrés		<ul style="list-style-type: none"> • Invierte tiempo cada día para relajarse • Es consciente de las fuentes que le producen tensión • Realiza diariamente de 15 a 20 minutos ejercicios de relajamiento o meditación • Relaja conscientemente sus músculos antes de dormir • Se concentra en pensamientos agradables a la hora de dormir • Se informa sobre el cuidado de su salud mental a profesionales. • Usa métodos específicos para controlar la tensión (nervios) 	Saludable: 18-28 No saludable: 7-17	Cualitativo	Nominal	a) Nunca=1 b) A veces= 2 c) Frecuentemente= 3 d) Rutinariamente=4	
	Soporte Interpersonal		<ul style="list-style-type: none"> • Familiares, profesionales y amigos • Discute con personas cercanas sus preocupaciones y problemas personales • Elogia fácilmente a otras personas por sus éxitos • Le gusta expresar y que le expresen cariño personas cercanas a usted • Mantiene relaciones interpersonales que le dan satisfacción • Pasa tiempo con amigos cercanos • Expresa fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros 	Saludable: 18-28 No saludable: 7-17	Cualitativo	Nominal	a) Nunca=1 b) A veces= 2 c) Frecuentemente= 3 d) Rutinariamente=4	
	Autorrealización		<ul style="list-style-type: none"> • Siente apreciación por sí mismo • Es entusiasta y optimista con referencia a su vida • Cree en su creciendo y cambio positivo • Siente felicidad • Es consciente de sus capacidades y debilidades personales • Trabaja en función de metas a largo plazo para su vida • Se proyecta hacia el futuro 	Saludable: 33-52 No saludable: 13-32	Cualitativo	Nominal	a) Nunca=1 b) A veces= 2 c) Frecuentemente= 3 d) Rutinariamente=4	



			<ul style="list-style-type: none">• Es consciente de lo relevante en su vida• Asume sus éxitos como interesantes y desafiantes.• Muestra satisfacción del ambiente en el que vive• Realismo al proponer metas• Tiene claro el propósito de su vida• Respeta sus propios éxitos					
--	--	--	---	--	--	--	--	--



VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	EXPRESIÓN PARCIAL	NATURALEZA	ESCALA	CATEGORÍAS	EXPRESIÓN FINAL
Condiciones laborales	Son circunstancias o situaciones que estimulan, provocan, originan o determinan una acción específica que influyen en el desempeño y habilidades del cuidado.	Física	<ul style="list-style-type: none"> • Servicios básicos • Equipo laboral necesario • Trabajo bajo presión • Postura laboral de riesgo • Sobrecarga laboral 	Buena 19-25 puntos Regular 12-18 puntos Mala 5-11 puntos	Cualitativa	Nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente en desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni en acuerdo ni desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo 	Buenas= 56-75 Regulares= 36-55 Malas= 15-35
		Psicológica	<ul style="list-style-type: none"> • Opción de elegir días de descanso • Motivación • Autonomía y decisión • Prevención de accidentes • Actividades de estimulación • Monotonía laboral 	Buena 22-30 puntos Regular 14-21 puntos Mala 6-13 puntos	cualitativa	Nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente de desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni en acuerdo ni desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo 	
		Social	<ul style="list-style-type: none"> • Autoritarismo • Participación • Adaptación a cambios consensuados • Respeto 	Buena 16-20 puntos Regular 10-15 puntos Mala 4-9 puntos	Cualitativa	Nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente de desacuerdo 2. En desacuerdo 3. Ni en acuerdo ni desacuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo 	



2.3.2.2. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES NO IMPLICADAS:

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES	NATURALEZA	ESCALA
Edad	Periodo transcurrido desde el nacimiento de la Profesional de Enfermería hasta el instante o en el que se aplica el instrumento.	a) Menor que 40 años b) De 41 a 64 años c) De 65 a más	Cuantitativo	Intervalar
Sexo	Hace referencia a las diferencias biológicas entre el hombre y la mujer, pero no determina los comportamientos.	a) Femenino b) Masculino	Cualitativo	Nominal
Estado civil	Se refiere al estado o condición en la que se encuentra la Profesional de Enfermería en relación con su situación matrimonial o de pareja.	a) Soltera (o) b) Casada (o) c) Conviviente d) Viuda (o) e) Divorciada (o)	Cualitativo	Nominal
Número de hijos	Se refiere a la cantidad de hijos que tiene una la Profesional de Enfermería. Es un valor numérico que representa la cantidad de hijos que una persona ha dado a luz o ha adoptado legalmente	a) No tiene b) 1 hijo c) 2 hijos d) De 3 a más hijos	Cuantitativo	Ordinal
Nivel académico alcanzado	Se refiere a los logros académicos obtenidos generalmente después de haber completado con éxito un programa de estudio y cumplir con ciertos requisitos académicos y de investigación.	a) Licenciado en enfermería b) Segunda especialidad c) Maestría d) Doctorado	Cualitativo	Nominal
Condiciones Laborales	Se refiere a los aspectos relacionados con el tipo de vínculo contractual entre la institución y los Profesionales de Enfermería que afectan la seguridad en el trabajo.	a) Contrato Administrativo de Servicios (CAS) b) Plazo Indeterminado 728 c) Nombrados	Cualitativo	Ordinal
Tiempo de servicio en el área	Se refiere al período de tiempo que el Profesional de Enfermería ha estado empleado en un determinado área de la institución.	a) Menor a 1 año b) 1 a 4 años c) 5 a 10 años d) Mayor de 10 años	Cuantitativo	Intervalar



CAPÍTULO III

MÉTODO

3.1 ALCANCE DEL ESTUDIO

De acuerdo con el con el problema de investigación y los objetivos propuestos, este estudio se caracteriza como una investigación de enfoque cuantitativo y de alcance descriptivo.

Descriptivo: Porque se describen los estilos de vida y condiciones laborales de los Enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco - 2023.

3.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El diseño de investigación fue **no experimental**, debido a el objetivo no fue manipular ni modificar las variables de estudio. Además, el estudio empleó un enfoque **transversal**, dado que la recopilación de información se llevó a cabo en un punto específico en el tiempo, fue **prospectiva** porque la descripción de la información se realizó al momento actual de realizar la investigación.

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

La población y muestra estuvo conformada por los profesionales de Enfermería en Sala de Operaciones del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco – 2023, que según la Planilla del Servicio son 39 profesionales al momento en el que se realizó el estudio.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Profesionales de Enfermería que se encontraron dispuestos a participar voluntariamente en el estudio y que otorguen su consentimiento informado.
- Profesionales de Enfermería activos y no de baja laboral o vacaciones durante el periodo de recopilación de datos



CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Profesionales de enfermería que no trabajaron en Sala de Operaciones del Hospital Adolfo Guevara Velazco.
- Profesionales de enfermería que no desearon participar en el estudio o no pudieron dar su consentimiento informado
- Profesional de enfermería administrativos.

3.4 TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1 TÉCNICA

El presente trabajo de investigación se aplicó la técnica de la entrevista para las variables estilos de vida y condiciones laborales.

3.4.2 INSTRUMENTO

Para recolectar información sobre la variable estilos de vida se usó el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) de la licenciada en enfermería Nola Pender (1996), que cuantifica el nivel de estilo de vida de un individuo y que está conformado por 48 reactivos de tipo Likert, las cuales presentan 4 alternativas (1= nunca, 2= a veces, 3=frecuentemente y 4= rutinariamente) donde el valor mínimo es 48 y el máximo es 192 puntos significando que a mayor puntaje mejor estilo de vida.

Los ítems se subdividen en 6 dimensiones:

- Nutrición: 1, 5, 14, 19, 26 y 46
- Actividad física: 4, 13, 22, 30 y 38;
- Responsabilidad en salud: 2, 7, 15, 20, 28, 32, 33, 41, 43 y 46
- Manejo del estrés: 6, 11, 27,36,40 y 45
- Soporte interpersonal: 10, 24, 25, 31, 39,42 y 47
- Autorrealización: 3, 8, 9, 12, 16, 17, 18, 21, 23, 29, 34, 37, 44 y 48

Presentando baremos para las expresiones parciales:

Nutrición:



- Saludable: 16-24 puntos
- No saludable: 6-15 puntos

Actividad física:

- Saludable: 14-20 puntos
- No saludable: 5-13 puntos

Responsabilidad de salud:

- Saludable: 26-40 puntos
- No saludable: 10-25 puntos

Manejo de Estrés:

- Saludable: 18-28 puntos
- No saludable: 7-17 puntos

Soporte Interpersonal:

- Saludable: 18-28 puntos
- No saludable: 7-17 puntos

Autorrealización:

- Saludable: 33-52 puntos
- No saludable: 13-32 puntos

Expresión final de Estilos de Vida como sigue:

- Saludable de 121 – 192 puntos
- No saludable de 48 – 120 puntos

Para la recolección de datos de la variable condiciones laborales se hizo uso del cuestionario de condiciones laborales propuesto por la Profesional en Enfermería Carmen Hayde Cisneros Centeno en su investigación “Satisfacción laboral del personal de enfermería y su relación con las condiciones laborales del trabajo hospitalario” en el 2011, la que consta de 15 ítems que evalúan las dimensiones de condición física (5 ítems), condición psicológica (6 ítems) y condición social (4 ítems) las cuales tienen un criterio de calificación de una escala de tipo Likert que va de 1 a 5 donde: 1=Totalmente en desacuerdo; 2= En desacuerdo; 3 = Ni en



acuerdo ni desacuerdo; 4 = De acuerdo y 5=Totalmente de acuerdo. Los baremos para las expresiones finales de las dimensiones son:

Condiciones físicas

- Buenas = 19-25 puntos
- Regulares = 12-18 puntos
- Malas = 5-11 puntos

Condiciones psicológicas

- Buenas = 22-30 puntos
- Regulares = 14-21 puntos
- Malas = 6-13 puntos

Condiciones sociales

- Buenas = 16-20 puntos
- Regulares = 10-15 puntos
- Malas = 4-9 puntos

Para la expresión final de condiciones laborales:

- Buenas= 56-75 puntos
- Regulares= 36-55 puntos
- Malas= 15-35 puntos

3.5 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

El instrumento de recolección de datos de los estilos de vida Cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) de la licenciada en enfermería Nola Pender (1996) cuenta con validez nacional e internacional debido a que fue aplicado en múltiples estudios; así mismo goza de confiabilidad en un contexto regional en el estudio “Estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos del COVID-19. Hospital III-E, EsSalud – La Libertad” con una fiabilidad $\alpha = 0,960$.

El instrumento de condiciones laborales propuesto por la Profesional en Enfermería Carmen Hayde Cisneros Centeno en el 2011 cuenta con la validez de haber sido aplicado en múltiples investigaciones sobre las condiciones laborales la cual goza de una fiabilidad alfa de Cronbach de 0,704 hallado para el contexto peruano.



3.6 ANÁLISIS DE DATOS

Luego de concluir con la recolección de datos, la información obtenida se digitalizó utilizando una hoja de cálculo Excel para ordenar y calcular los valores los estilos de vida y las condiciones laborales; seguido los datos fueron trasladados al paquete estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 24, donde se aplicó estadística descriptiva, para obtener las tablas y gráficos para su posterior interpretación y análisis.



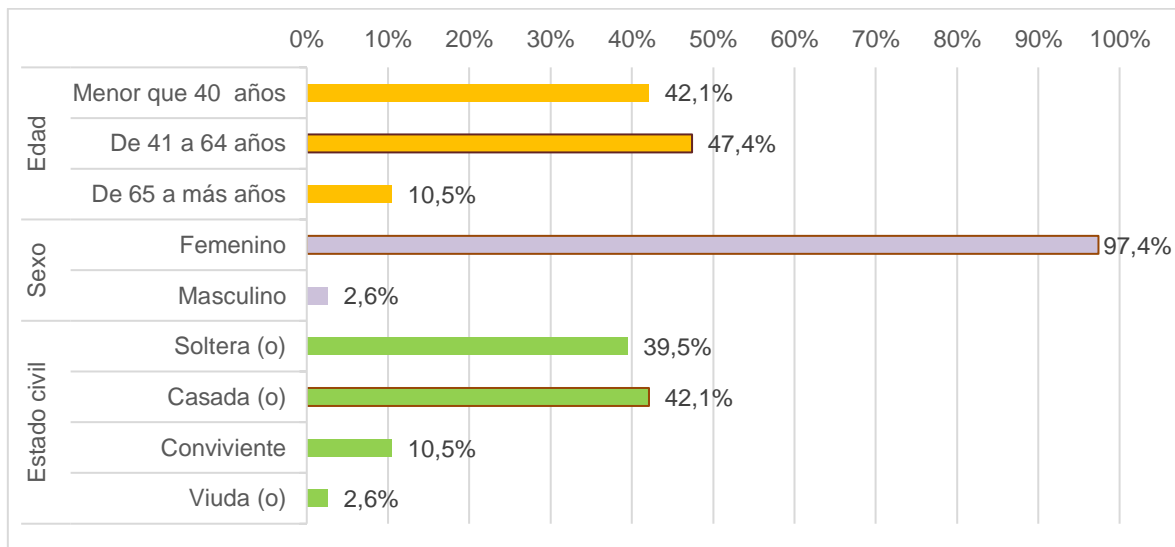
CAPÍTULO IV
RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN



I. CARACTERÍSTICAS GENERALES.

GRÁFICO N° 1

EDAD, SEXO Y ESTADO CIVIL DE ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO-ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumento aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa las características generales de los enfermeros(as) donde 47,4% presenta edades entre 41 a 64 años y 10,5% de 65 a más; el 97,4% son de sexo femenino y 2,6% masculino; en estado civil 42,1% son casados (as) y 2,6% viudos (as).

Respecto a las edades de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos difieren con la investigación de **SILVA A. Y OTROS**. En el estudio **“CALIDAD DE SUEÑO, VARIABLES PERSONALES, LABORALES Y ESTILO DE VIDA DE ENFERMEROS DE HOSPITAL” BRASIL, 2022¹⁰**. Donde 40.2% de las enfermeras se encontraba en el rango de edad de 26 a 66 años.

En cuanto a la distribución de las edades, se destaca que la mayoría de los profesionales son adultos de 41 a 64 años. Este hecho podría ser resultado de las preferencias de contratación, que favorecen a los profesionales de enfermería con mayor experiencia en el área quirúrgica.



Respecto al sexo de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos difieren con la investigación de **CARHUAPOMA S.** En el estudio **“FACTORES LABORALES Y ESTILOS DE VIDA DEL PERSONAL DE SALUD DEL PUESTO DE SALUD DEL HUAYCO. PROVINCIA Y REGIÓN DE SAN MARTÍN. AGOSTO – DICIEMBRE 2018” TARAPOTO, 2019¹⁶.** Donde 70.96% del personal de enfermería era femenino

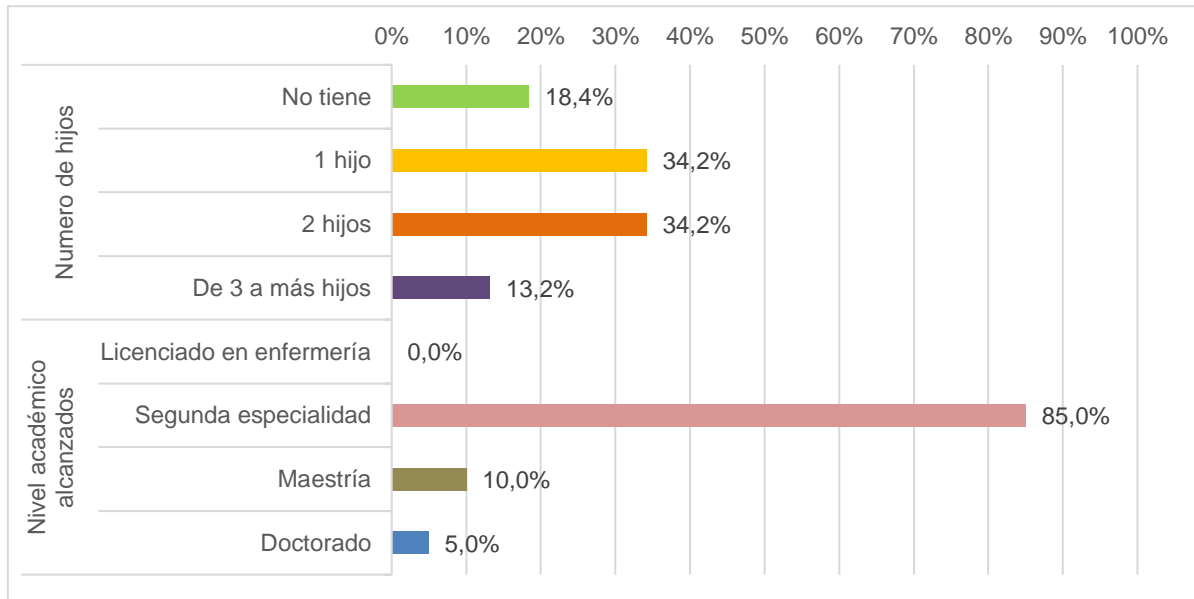
En el sexo de los enfermeros(as), predominan las mujeres estos resultados podrían reflejar la percepción histórica asociando a las mujeres con los roles de cuidado en la salud.

Respecto al estado civil de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos son similares a la investigación de **SILVA M.** En el estudio **“ESTILOS DE VIDA SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE LICENCIADOS EN ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL DE PUCALLPA, 2020” PUCALLPA, 2021¹⁴.** Donde 49.1% son casados (as).

Al analizar el estado civil, la mayoría de los enfermeros(as) se identificaron como casados(as), lo cual puede reflejar una etapa de vida típica para personas de su rango de edad. Sin embargo, esta realidad puede tener múltiples implicancias en su estilo de vida y condiciones laborales. El equilibrio entre las responsabilidades del hogar y del trabajo puede generar un estrés adicional y desafíos en la gestión del tiempo. Asimismo, otro porcentaje de enfermeros(as) se identifica como soltera(o), situación que, si bien ofrece una mayor libertad para gestionar su tiempo en aspectos como la alimentación, el descanso y el ocio, a menudo resulta en la falta de horarios fijos y estables. Este grupo, al no presentar otras responsabilidades familiares significativas, puede tender a dedicar más tiempo a su labor, aunque denota un compromiso admirable con su profesión, plantea interrogantes sobre el equilibrio entre el trabajo y la vida personal y sus efectos a largo plazo en su estilo de vida.



GRÁFICO N° 2
NÚMERO DE HIJOS Y NIVEL ACADÉMICO ALCANZADO DE
ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL
HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumento aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa el número de hijos de los enfermeros(as) donde 34,2% tiene 1 hijo o 2 hijos respectivamente y 13,2% tiene de 3 a más hijos; respecto al nivel académico alcanzado el 85,0% presenta segunda especialidad y 5,0% doctorado.

En cuanto al número de hijos que tienen los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos coinciden con la investigación de **ALMANZA J.** En el estudio **“ESTILOS DE VIDA Y DESEMPEÑO LABORAL DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA H.R.H.D.E. AREQUIPA 2018” AREQUIPA 2018¹⁹**. Donde 34.2% de los enfermeros (as) tienen tanto uno como dos hijos.

En términos de la cantidad de hijos, se evidenció que la mayoría de los enfermeros(as) tiene uno o dos hijos, una elección que puede ser el resultado de diversas circunstancias personales y profesionales. Donde estos podrían estar gestionando el balance entre las demandas de su carrera y las responsabilidades parentales o estar buscando una distribución equitativa de tiempo y recursos entre el trabajo y la familia; este perfil familiar



puede influir considerablemente en los estilos de vida de los enfermeros(as), así como en su salud y satisfacción en el trabajo.

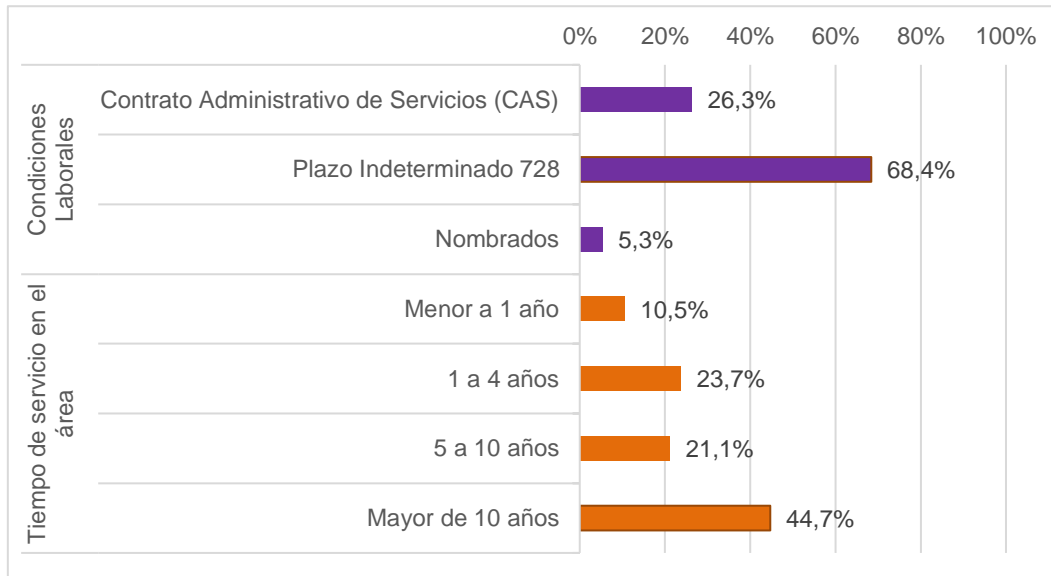
En cuanto al nivel académico alcanzado de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos difieren al trabajo de investigación realizado por **LUENGO C. Y OTROS.** En el estudio “**CONDICIONES DE TRABAJO EN PROFESIONALES SANITARIOS DE HOSPITALES PÚBLICOS EN CHILE**” **CHILE, 2021**¹¹. Donde 94.12% poseen el grado de licenciatura.

Referente al nivel académico, el alto porcentaje de enfermeros(as) con una segunda especialidad puede deberse a la importancia de la capacitación continua y el desarrollo profesional en el área quirúrgica, es probable que estos profesionales busquen mejorar sus habilidades y conocimientos para brindar una atención de calidad en entornos quirúrgicos especializados. También puede ser resultado de políticas o incentivos institucionales que promueven la obtención de segundas especialidades para el personal de enfermería.



GRÁFICO N° 3

CONDICIONES LABORALES Y TIEMPO DE SERVICIO EN EL ÁREA DE ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumento aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa las condiciones laborales de los enfermeros(as) donde el 68,4% tiene una condición laboral a plazo indeterminado 728 y son 5,3% nombrados; respecto al tiempo de servicio en el área, el 44,7% tiene un tiempo de servicio mayor a 10 años y 10,5% menor a 1 año.

En cuanto a la condición laboral de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos difieren al trabajo de investigación realizado por **LUENGO C. Y OTROS**. En el estudio “**CONDICIONES DE TRABAJO EN PROFESIONALES SANITARIOS DE HOSPITALES PÚBLICOS EN CHILE**” CHILE, 2021¹¹. Donde 57.87% tiene contrato a plazo fijo.

En el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco, la mayoría de los enfermeros mantienen contratos a plazo indeterminado 728, lo que señala una estabilidad laboral. Tal estabilidad puede tener un impacto positivo en su estilo de vida y condiciones laborales, permitiendo un mayor equilibrio entre el trabajo y la vida personal. Sin embargo, el



porcentaje reducido de enfermeros con nombramiento podría indicar que el acceso a estas posiciones está sujeto a una mayor competitividad o a criterios selectivos.

En cuanto al tiempo de servicio de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos difieren al trabajo de investigación realizado por **DÍAZ E. Y OTROS**. En el estudio **“ESTILOS DE VIDA EN PROFESIONALES DE SALUD DE UN HOSPITAL EN CHICLAYO, PERÚ 2017” CHICLAYO 2017¹¹**. Donde 54.5% tienen más de 15 años de servicio.

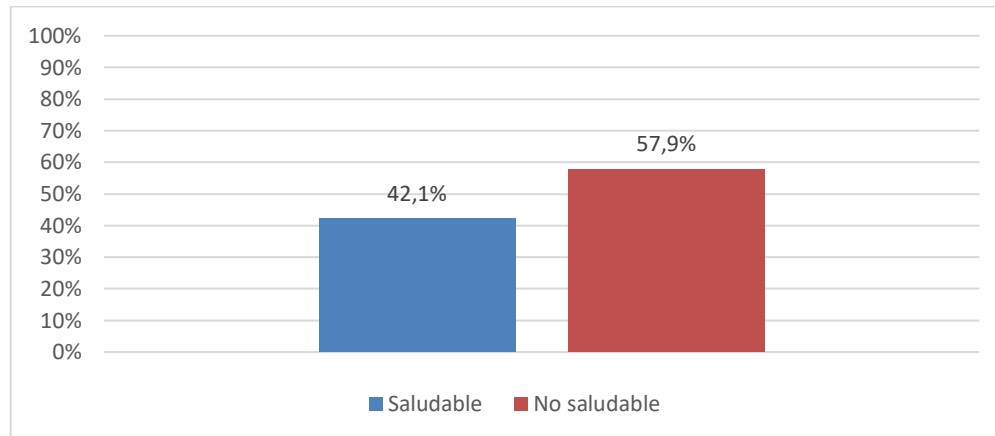
Respecto al tiempo de servicio, el hecho de que la mayoría de los enfermeros en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco hayan dedicado más de 10 años a su labor sugiere la presencia de una efectiva retención de personal a largo plazo. Este resultado podría reflejar un alto nivel de satisfacción laboral, potencialmente derivado de factores como oportunidades continuas de crecimiento profesional, beneficios laborales significativos y un entorno de trabajo positivo y de apoyo.



II. ESTILOS DE VIDA

GRÁFICO N° 4

ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN NUTRICIÓN EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

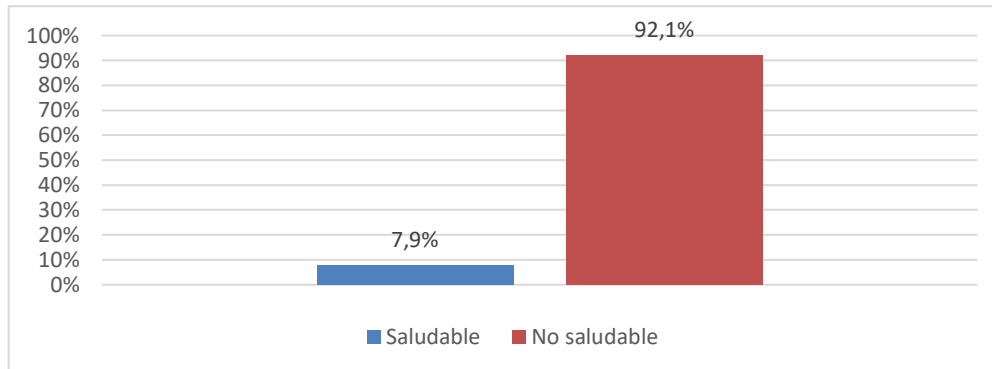
En el gráfico se observa la dimensión nutrición, donde el 57,9% de los enfermeros(as) presenta un estilo de vida no saludable y 42,1% saludable.

En cuanto a la dimensión nutrición de los estilos de vida de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos difieren al trabajo de investigación realizado por **ALMANZA J.** En el estudio **“ESTILOS DE VIDA Y DESEMPEÑO LABORAL DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA H.R.H.D.E. AREQUIPA 2018” AREQUIPA 2018**¹⁹ 57.9% tienen una nutrición no saludable

Los hábitos de nutrición no saludables entre los enfermeros(as) del Centro Quirúrgico puede atribuirse a múltiples factores. El ritmo acelerado y las exigencias del entorno quirúrgico, sumado a ello la carga familiar por ejemplo, pueden limitar el tiempo que tienen para dedicarse a prepararse sus alimentos nutritivos y balanceados. El cual podría deberse que no tienen la voluntad de llevar una vida saludable. Esta ve respaldada, que más de un tercio de los profesionales no tiene el hábito de consumir alimentos al inicio del día y más de la mitad no elige activamente alimentos libres de ingredientes artificiales.



GRÁFICO N° 5
ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN ACTIVIDAD FÍSICA EN
ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL
HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa la dimensión actividad física, donde el 92,1% de los enfermeros(as) tiene un estilo de vida no saludable, mientras que el 7,9% estilo de vida saludable.

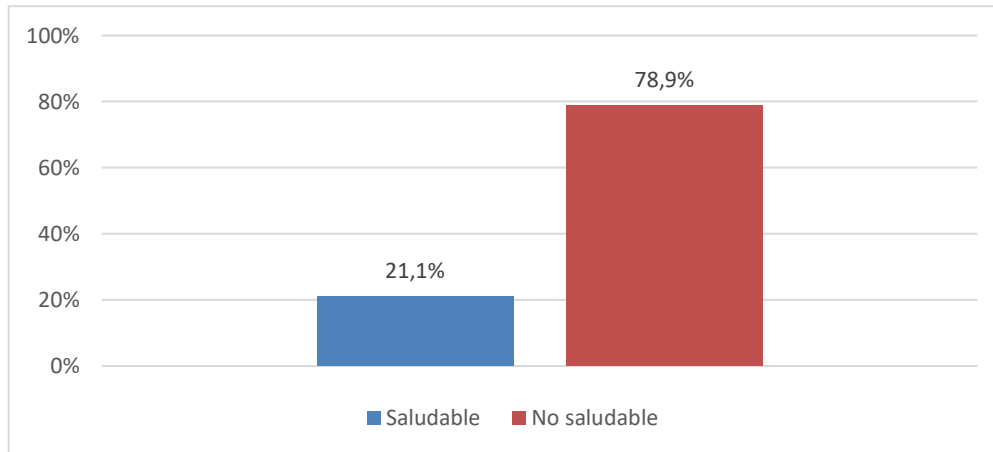
En cuanto a la dimensión actividad físicas de los estilos de vida de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos difieren al trabajo de investigación realizado por **CHUN S.** En el estudio **“PRÁCTICAS DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA, DISTRITO DE SALUD SANTA LUCÍA LA REFORMA, TOTONICAPÁN, GUATEMALA. AÑO 2017” GUATEMALA, 2017¹³.** Donde. 80% realizan actividad físicas

Un alto número de enfermeros del Centro Quirúrgico podría ser que no muestra una tendencia preocupante hacia la inactividad física y una falta de autorregulación en su rutina de actividad físicas. Muchos no realizan ejercicios de relajación muscular con regularidad, no se dedican a actividades físicas intensas al menos tres veces a la semana, no acuden a programas de ejercicio supervisado, no monitorizan su pulso al ejercitarse y apenas se involucran en actividades físicas recreativas. Estos patrones de comportamiento podrían estar influenciados por las exigencias y desafíos propios de su ocupación responsabilidades y los horarios cambiantes en el entorno hospitalario, limitando su tiempo y energía para mantener una rutina de actividad física regular.



GRÁFICO N° 6

ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN RESPONSABILIDAD EN SU SALUD EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa la dimensión responsabilidad en su salud, donde el 78,9% de los enfermeros(as) presenta un estilo de vida no saludable y 21,1% un estilo de vida saludable.

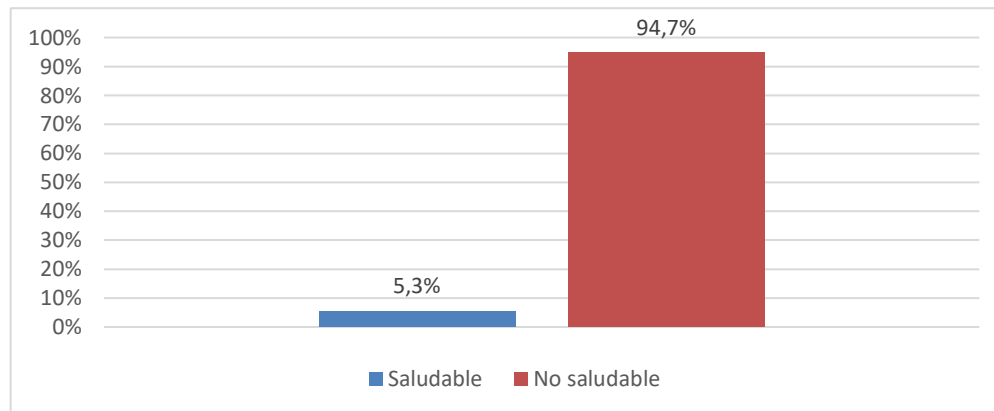
En cuanto a la dimensión responsabilidad en su salud de los estilos de vida de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos se asemejan al trabajo de investigación realizado por **ALMANZA J.** En el estudio “**ESTILOS DE VIDA Y DESEMPEÑO LABORAL DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA H.R.H.D.E. AREQUIPA 2018**” AREQUIPA 2018 ¹⁹. Donde. 68.3% tiene una responsabilidad en su salud inadecuada.

Los profesionales de enfermería presentan una tendencia hacia comportamientos no saludables, muchos muestran cierta renuencia a consultar a médicos frente a síntomas inusuales y no están informados sobre su nivel de colesterol. A pesar de que existe un interés en acceder a información sobre salud, no todos lo hacen consistentemente. Además, actividades esenciales como monitorear regularmente la presión arterial o participar en programas educativos son omitidas. El hábito de la autoobservación y la consulta proactiva a especialistas tampoco es constante en todo el grupo estudiado.



GRÁFICO N° 7

ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN MANEJO DE ESTRÉS EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa la dimensión manejo de estrés donde el 94,7% de los enfermeros(as) tienen un estilo de vida no saludable y 5,3% un estilo de vida saludable.

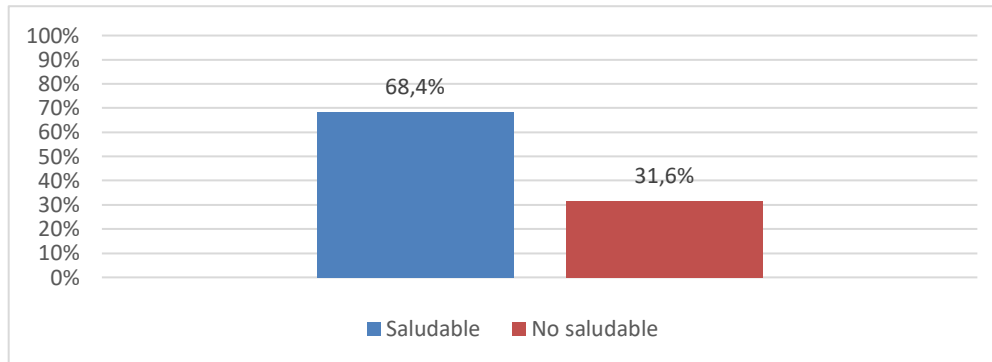
En cuanto a la dimensión manejo de estrés de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos no se asemejan al trabajo de investigación realizado por **RATTO D.** En el estudio “**NIVEL DE ESTRÉS LABORAL Y ESTILOS DE VIDA EN ENFERMEROS DEL HOSPITAL GENERAL LA MERCED, CHANCHAMAYO, 2018**” **CHANCHAMAYO, 2019**¹⁷. Donde. 52.9 % tienen manejo de estrés no saludable.

En el Centro Quirúrgico una considerable proporción de enfermeros(as) no incorpora estrategias eficaces para el manejo del estrés en su rutina diaria. Esto podría deberse a que muchos se abstienen o sólo ocasionalmente se dedican a prácticas de relajación. Además, la falta de un tiempo diario destinado a la meditación o relajación es notable; asimismo, previo al reposo nocturno muchos no emplean prácticas que induzcan a la relajación muscular ni a la focalización en pensamientos tranquilizantes. A esto se añade la ausencia de enfoques estructurados para gestionar situaciones de tensión en el centro de labores.



GRÁFICO N° 8

ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN SOPORTE INTERPERSONAL EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa la dimensión soporte interpersonal, donde 68,4% de los enfermeros(as) muestra un estilo de vida saludable, y el 31,6% no saludable.

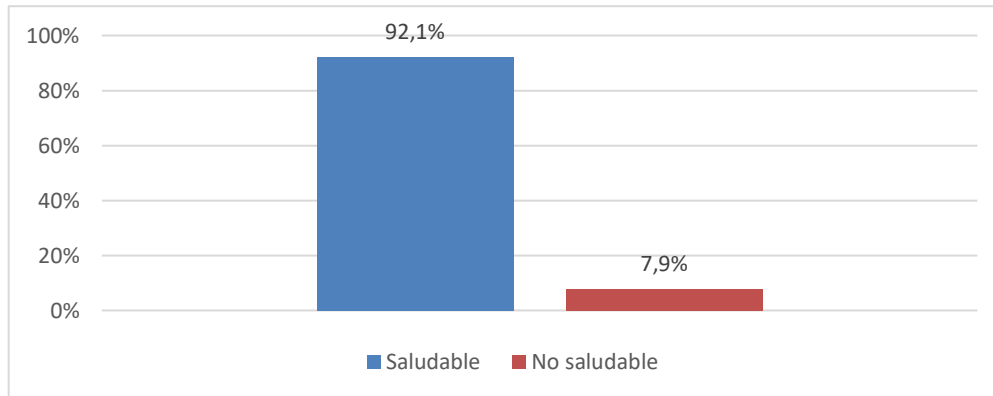
En cuanto a la dimensión soporte intrapersonal de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos no se asemejan al trabajo de investigación realizado por **ALMANZA J.** En el estudio “**ESTILOS DE VIDA Y DESEMPEÑO LABORAL DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA H.R.H.D.E. AREQUIPA 2018**” **AREQUIPA 2018**¹⁹. Donde 96% tiene un soporte intrapersonal regular.

En el Centro Quirúrgico podría haber la necesidad de mejoras sobre la importancia del soporte interpersonal, de esta forma, se descubrió que aproximadamente un tercio de los enfermeros(as) no comparten sus preocupaciones y problemas con seres queridos, aunque valoran estas relaciones interpersonales, algunos participantes muestran reservas en la demostración física de afecto, evitando gestos tan humanos como abrazos. La dificultad para expresar genuinamente afecto, interés y amor, así como para exteriorizar sentimientos de manera positiva, pone en evidencia un área poco empática.



GRÁFICO N° 9

ESTILOS DE VIDA EN LA DIMENSIÓN AUTORREALIZACIÓN EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa la dimensión autorrealización, donde el 92,1% de los enfermeros(as) tienen un estilo de vida saludable y el 7.9% no saludable.

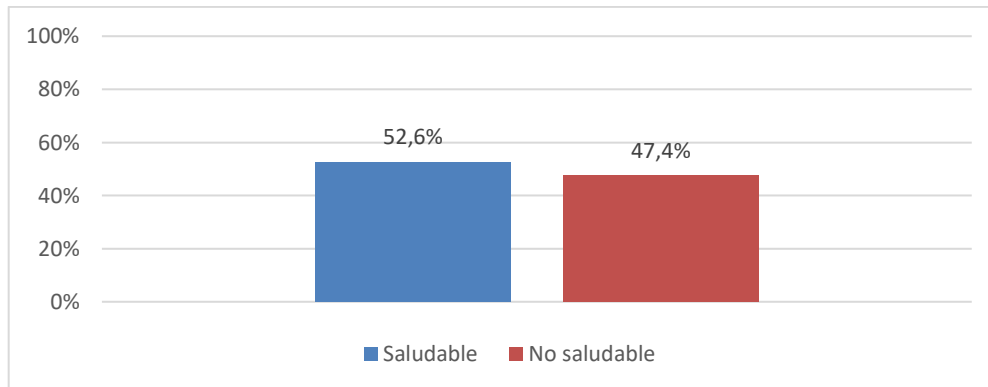
En cuanto a la dimensión autorrealización de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos se asemejan al trabajo de investigación realizado por **ALMANZA J.** En el estudio “**ESTILOS DE VIDA Y DESEMPEÑO LABORAL DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA H.R.H.D.E. AREQUIPA 2018**” AREQUIPA 2018¹⁹. Donde 99% tienen una autorrealización saludable.

Podría ser que muchos enfermeros(as) del Centro Quirúrgico parecen encontrar satisfacción y significado en su labor, reflejando una tendencia positiva hacia la autorrealización, sin embargo, hay indicios de indicadores de preocupación; donde algunos profesionales no trabajan consistentemente en función de metas a largo plazo o no sienten que están evolucionando personalmente en direcciones positivas.



GRÁFICO N° 10

ESTILOS DE VIDA EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa los estilos de vida de los enfermeros(as) donde el 52,6% presenta un estilo de vida saludable y el 47,4% muestra un estilo de vida no saludable.

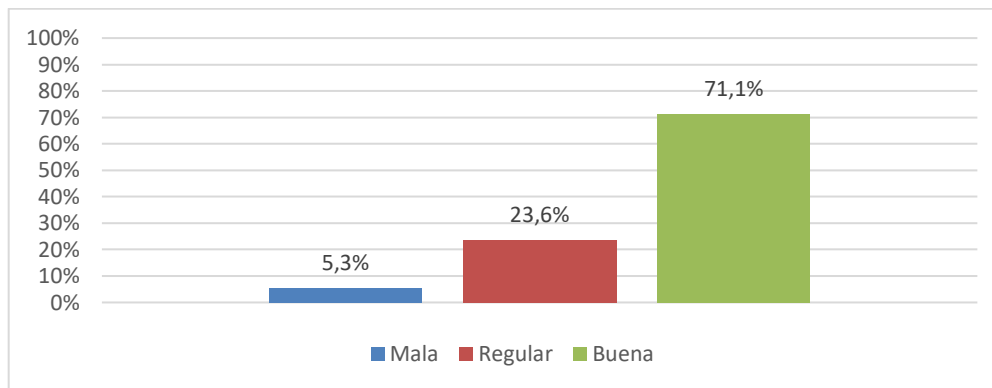
En cuanto a los estilos de vida en enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos no se asemejan al trabajo de investigación realizado por **LAURACIO G.** En el estudio **“ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL DESEMPEÑO LABORAL DE LA ENFERMERA (O) DE LA RES DE SALUD ILO – 2018” ILO, 2018¹⁸**. Donde 85% presentan un estilo de vida poco saludable.

La disparidad en los porcentajes de estilos de vida saludables y no saludables entre los enfermeros(as) puede deberse a diversas causas. Aquellos que han adoptado un estilo de vida saludable probablemente han incorporado prácticas como una alimentación equilibrada, la realización regular de ejercicio físico, la gestión efectiva del estrés y el descanso adecuado. Estas elecciones saludables pueden contribuir a mantener un buen estado de salud, aumentar la resistencia al estrés y mejorar el bienestar general. Por otro lado, los profesionales con un estilo de vida no saludable pueden enfrentar desafíos que dificultan la adopción de hábitos beneficiosos para la salud, como limitaciones de tiempo, falta de conocimiento o recursos, o factores de estrés y agotamiento asociados con el trabajo en el Centro Quirúrgico. Estas diferencias en los estilos de vida pueden tener consecuencias significativas para la salud y el bienestar de los enfermeros(as), afectando su capacidad para brindar atención de calidad y su propia calidad de vida.



III. CONDICIONES LABORALES

GRÁFICO N° 11
CONDICIONES LABORALES EN LA DIMENSIÓN FÍSICA EN
ENFERMEROS(AS) EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO
GUEVARA VELAZCO- EsSalud CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa la dimensión física, donde el 71,1% de los enfermeros(as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco presenta una condición laboral buena, y el 5,3% condición laboral mala.

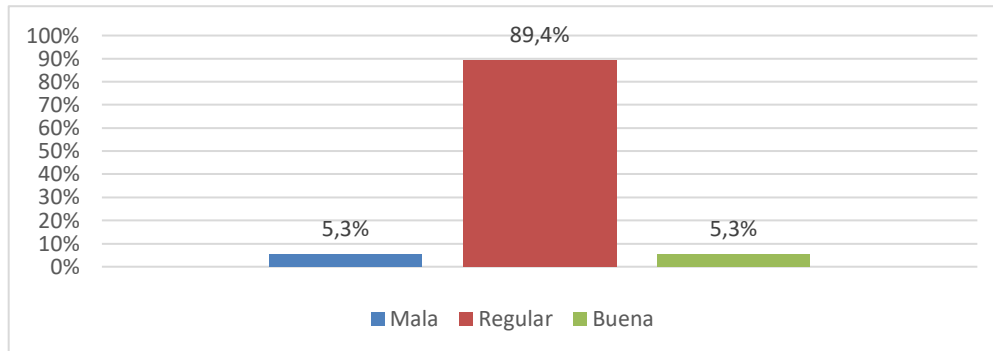
Respecto a las condiciones laborales en la dimensión física en enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos no se asemejan al trabajo de investigación realizado por **MACHACA M.**¹⁵. En el estudio **“CONDICIONES LABORALES Y CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO DE LAS ENFERMERAS DEL HOSPITAL REGIONAL MANUEL NÚÑEZ BUTRÓN, PUNO – 2019” PUNO, 2020**¹⁵. Donde 41,67% percibió condiciones intralaborales regulares.

En los profesionales de enfermería a pesar de que un número considerable tiene acceso a servicios básicos y equipo para sus tareas diarias, existe una fracción que percibe deficiencias en estos aspectos. Sin embargo, se evidencia que varios trabajadores reportan enfrentarse a constantes presiones para cumplir sus funciones a tiempo, así como la necesidad de adoptar posturas forzadas de manera recurrente en su labor.



GRÁFICO N° 12

CONDICIONES LABORALES EN LA DIMENSIÓN PSICOLÓGICA EN ENFERMEROS(AS) EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

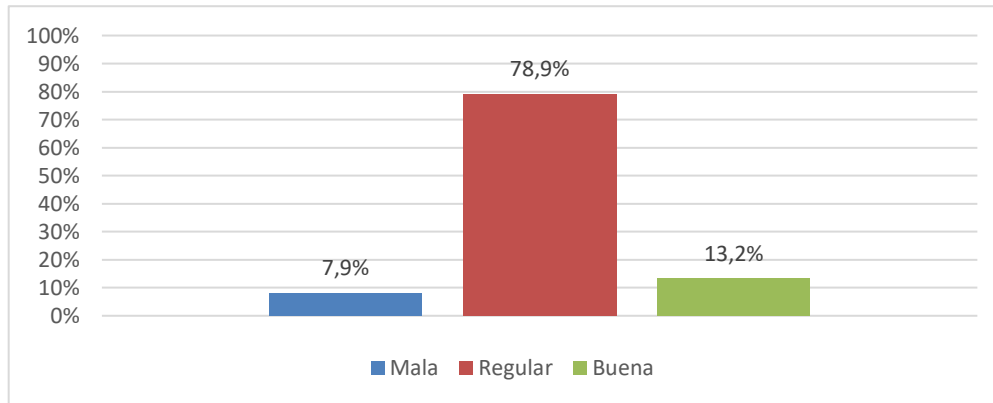
En el gráfico se observa la dimensión psicológica, donde el 89,4% de los enfermeros(as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco presenta una condición laboral regular y el 5,3% mala.

Respecto a las condiciones laborales en la dimensión psicológica de enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos no se asemejan al trabajo de investigación realizado por **MACHACA M.¹⁵**. En el estudio **“CONDICIONES LABORALES Y CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO DE LAS ENFERMERAS DEL HOSPITAL REGIONAL MANUEL NÚÑEZ BUTRÓN, PUNO – 2019” PUNO, 2020¹⁵**. Donde 36,90% percibió condiciones individuales buenas.

En el Centro Quirúrgico la condición psicológica laboral de numerosos enfermeros(as) se presenta en un nivel regular. La mayor parte de los encuestados indica que no tienen la libertad de seleccionar sus días de descanso, sugiriendo un desbalance entre las demandas laborales y las necesidades personales. Sumado a ello, muchos manifiestan una escasa motivación en su ámbito laboral y sienten que carecen de autonomía en sus decisiones profesionales. La percepción de una formación insuficiente en prevención de riesgos laborales se suma a estos desafíos.



GRÁFICO N° 13
CONDICIONES LABORALES EN LA DIMENSIÓN SOCIAL EN
ENFERMEROS(AS) EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO
GUEVARA VELAZCO- EsSalud CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa la dimensión social, donde el 78,9% de los enfermeros(as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco presentan condición laboral regular y el 7,9% mala.

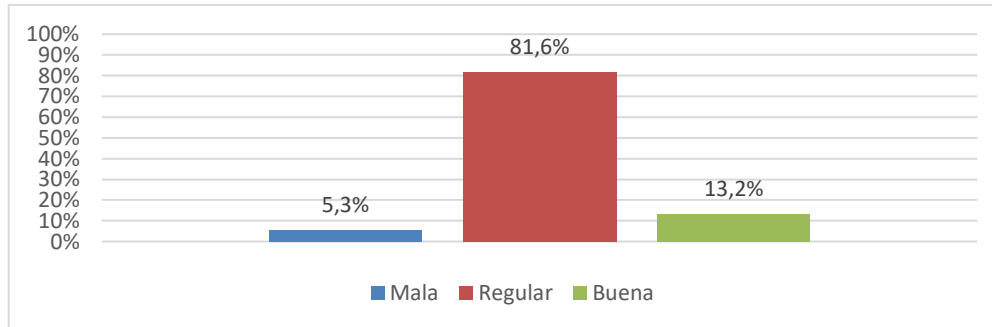
Respecto a las condiciones laborales en la dimensión social de enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico, los hallazgos no se asemejan al trabajo de investigación realizado por **URIBE C.** En el estudio **“CONDICION LABORAL Y SATISFACCION DE LA ENFERMERA DEL HOSPITAL AUGUSTO HERNANDEZ MENDOZA – ICA 2014” AREQUIPA, 2017²¹**. Donde 52,1% percibió una relación interpersonal regular.

En el ambiente laboral de los profesionales de Enfermería, una proporción significativa de los trabajadores identifica la presencia de relaciones autoritarias sumando a ello tienen satisfacción regular, esto podría deberse a malas decisiones organizacionales. Si bien es notable que la mayoría se siente alineada con las propuestas de cambio de sus colegas, no se debe obviar el sentimiento de falta de respeto entre algunos pares o por aquellos que muestran desacuerdo o neutralidad respecto a la armonía laboral.



GRÁFICO N° 14

CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS) EN EL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO- ESSALUD CUSCO – 2023



Fuente: Instrumentos aplicados por la investigadora

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS

En el gráfico se observa las condiciones laborales de los enfermeros(as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco, donde el 81,6% presenta condición laboral regular, 13,2% buena y 5,3% mala.

Respecto a las condiciones laborales de los enfermeros(as) que laboran en el centro quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco, los hallazgos no se asemejan al trabajo de investigación realizado por **MACHACA M.¹⁵**. En el estudio **“CONDICIONES LABORALES Y CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO DE LAS ENFERMERAS DEL HOSPITAL REGIONAL MANUEL NÚÑEZ BUTRÓN, PUNO – 2019” PUNO, 2020¹⁵**. Donde 39,8% tiene condiciones laborales regulares.

Los resultados evidencian que la mayoría de los enfermeros(as) que trabajan en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco tiene condiciones laborales regulares. Esto podría estar ligado a diversas dificultades en el entorno laboral, que incluyen una sobrecarga, insuficiencia de personal, estrés constante, falta de, así como limitadas oportunidades de desarrollo profesional. Estos factores laborales no solo afectan la satisfacción laboral, también pueden influir en las decisiones de estilo de vida de los trabajadores de la salud. De hecho, el estrés laboral y las sobrecarga laboral pueden obstaculizar la adopción y mantenimiento de hábitos saludables, como mantener una dieta equilibrada, hacer ejercicio regularmente y tener un descanso adecuado.



CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

5.1 DESCRIPCIÓN DE LOS HALLAZGOS MÁS RELEVANTES Y SIGNIFICATIVOS

Sobre las características generales de los enfermeros(as) que laboran en el Centro Quirúrgico 47,4% de los enfermeros(as) se encuentran en el rango de edad de 41 a 64 años, lo que significa que son profesionales con experiencia y trayectoria, Además, se destaca que el 97,4% de los enfermeros(as) son de sexo femenino, lo que sugiere una predominancia femenina en esta área laboral. En cuanto al estado civil, se encontró que el 42,1% de los enfermeros(as) están casados(as), lo cual indica mayor proporción de profesionales con responsabilidades familiares. Con relación al número de hijos, se observa que el 34,2% de los enfermeros(as) tienen 1 hijo o 2 respectivamente, resultados muestran una responsabilidad en cuanto a la maternidad/paternidad entre los profesionales de enfermería en el Centro Quirúrgico. En términos de formación académica, se destaca que el 78,4% de los enfermeros(as) cuenta con una segunda especialidad. La mayoría de las profesionales con una especialización adicional demuestra un compromiso con la mejora continua y la adquisición de conocimientos especializados en el campo quirúrgico. En cuanto a las condiciones laborales, el 68,4% de los enfermeros(as) tiene un contrato a plazo indeterminado de 728 esto indica una estabilidad laboral en el Centro Quirúrgico, lo cual puede contribuir a la satisfacción laboral y a un entorno de trabajo más estable para los profesionales de enfermería. Por último, se observa que el 44,7% de los enfermeros(as) tiene más de 10 años de experiencia en el área de servicio, cifra que refleja la presencia de profesionales con una amplia trayectoria y experiencia en el Centro Quirúrgico.

En relación con los estilos de vida de los enfermeros(as) en el Centro Quirúrgico, se observa que el 57,9% tiene una nutrición no saludable, probablemente debido a las exigencias laborales que limitan su tiempo para analizar los alimentos a consumir y seleccionar opciones nutricionales más saludables. Asimismo, puede que algunos enfermeros no asistan a programas educativos sobre autocuidado, reflejándose en el 92,1% que lleva un estilo de vida no saludable en términos de



actividad física, posiblemente por no ejercitarse al menos tres veces a la semana, como se recomienda. Un 78,9% no muestra una responsabilidad hacia su salud, lo que podría indicar una falta de autoobservación regular para detectar cambios físicos o señales de alerta, así como la participación ocasional en programas educativos orientados a mejorar su estilo de vida. Por otro lado, el 94,7% parece tener un manejo del estrés no saludable, tal vez porque no se toman tiempo diario para relajarse o no dedican de 15 a 20 minutos diarios a actividades de relajación o meditación.

A pesar de algunos hallazgos preocupantes, también se identificaron aspectos positivos en el estudio. Es notorio que el 68,4% de los enfermeros muestra un soporte interpersonal saludable, lo que podría reflejar su habilidad para disfrutar y expresar afecto con sus seres queridos. Además, un 92,1% manifiesta tener una autorrealización saludable, lo que puede indicar una alta autoestima y una general sensación de realización y satisfacción personal. Por último, es alentador que el 52,6% de los enfermeros mantiene un estilo de vida saludable. Este dato podría ser un indicativo de que están tomando conciencia sobre la relevancia de mantener hábitos saludables, implementar estrategias de autocuidado y participar activamente en programas de bienestar promovidos por la institución.

Con relación a las condiciones laborales de los enfermeros en el Centro Quirúrgico, los resultados muestran que el 71,1% reporta una buena condición física, posiblemente debido a la satisfacción con los servicios básicos y el equipo laboral necesario proporcionado en su lugar de trabajo. No obstante, el 89,4% informa tener una condición psicológica regular, aunque las actividades diarias pueden proporcionar cierto grado de motivación y estimulación, la monotonía laboral, el trabajo bajo presión, la sobrecarga laboral, la falta de autonomía y capacidad de decisión pueden estar contribuyendo a desafíos psicológicos o al estrés laboral.

Con relación a la condición social en el lugar de trabajo, el 78,9% de los enfermeros(as) reportó una condición que se puede calificar como regular. Aunque estos profesionales demuestran habilidad para adaptarse a cambios consensuados y cierta participación activa, se perciben desafíos como prácticas autoritarias y un ambiente tenso, los cuales son aspectos que necesitan ser abordados para mejorar las condiciones laborales



Los hallazgos revelaron que el 81,6% de los enfermeros(as) en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco califican sus condiciones laborales como "regulares", implicando un ambiente de trabajo con margen para mejoras posiblemente en aspectos como la carga de trabajo, las oportunidades de desarrollo profesional y las relaciones interpersonales. Por otra parte, un 5,3% percibe sus condiciones laborales como "malas", indicando problemas significativos en su ambiente de trabajo que pueden estar afectando su bienestar y rendimiento laboral. Ambos datos resaltan la necesidad de abordar y mejorar estas áreas para optimizar la satisfacción laboral y la efectividad de la atención sanitaria brindada.

5.2 LIMITACIONES DEL ESTUDIO

Durante el desarrollo de la investigación, se encontraron limitaciones metodológicas durante el proceso de recolección de datos debido a las dificultades presentadas al tratar de obtener respuestas del personal de enfermería que trabaja en el área quirúrgica. El principal factor que contribuyó a estas dificultades fue el tiempo limitado del que disponían los profesionales para completar los cuestionarios, sus agitados agendas y compromisos hicieron que la tarea de responder a las preguntas se convirtiera en un reto. Además, la laboriosa tarea de establecer contacto directo con ellos demostró ser un desafío. La barrera de la comunicación, en parte se debió a las demandas de su labor. No obstante, se superó esta limitación mediante la solicitud de los horarios del personal y manteniendo una presencia constante en la rotación de turnos.

5.3 COMPARACIÓN CRÍTICA CON LA LITERATURA EXISTENTE

Con relación a las características demográficas de los enfermeros que trabajan en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, respecto a la edad, se observa una diferencia comparativa con la investigación de **SILVA A. Y OTROS**¹⁰, donde el 40.2% de las enfermeras se encontraba en el rango de edad de 26 a 66 años. Por otro lado, en el presente estudio, se muestra que el 47.4% de los enfermeros tiene edades comprendidas entre los 41 y 64 años

Al examinar el género de los enfermeros que trabajan en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, encontró una discrepancia con el estudio realizado por **CARHUAPOMA S.**¹⁶. Donde se registró que el 70.96% del



personal de enfermería era femenino. No obstante, el presente estudio presenta una proporción significativamente mayor, con un 97.4% de enfermeras en la muestra estudiada.

Respecto al sexo de los enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró una investigación realizada por **CARHUAPOMA S.**¹⁶, en la cual 70.96% son del sexo femenino. Resultados que no se asemejan a la presente investigación, donde 97.4% de los enfermeros (as) son del sexo femenino.

En cuanto al estado civil de los enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se halló similitud con el trabajo de investigación realizado por **SILVA M.**¹⁴, donde 49.1% son casados, frente a los hallados en el presente estudio en el que 42.1% de los enfermeros (as) son casados (as).

Respecto al número de hijos de los enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró una investigación realizada por **ALMANZA J.**¹⁹, donde 35.6% tienen entre 1 a dos hijos; resultados que se asemejan a la presente investigación donde 34.2% de los enfermeros (as) tienen tanto uno como dos hijos.

En cuanto al nivel académico de los enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se halló una investigación realizada por **LUENGO C. Y OTROS.**¹¹, donde 95.86% poseen el grado de licenciatura, resultados que difieren del presente estudio donde 85.0% de los enfermeros (as) tiene una segunda especialidad.

Respecto a la condición laboral de los enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró la investigación realizada por **LUENGO C. Y OTROS**¹¹. Donde 57.87% tiene contrato a plazo fijo, resultados que difieren del presente estudio donde 68.4% tiene contrato a plazo indeterminado

Con relación al tiempo de servicio en el área de los enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se halló una



investigación realizada por **DÍAZ E. Y OTROS.**²⁰, Donde 54.5% tienen más de 15 años de servicio, hallazgos que difieren del presente estudio en el cual 44.7% de los enfermeros (as) tiene más de 10 años de servicio en el área.

Así mismo respecto a la dimensión nutrición de los estilos de vida de los enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró un trabajo de investigación realizada por **ALMANZA J.**¹⁹, donde encontró que 90.1% tienen una nutrición regular, resultados que difieren de la presente investigación donde 57.9% tienen una nutrición no saludable.

En cuanto a la dimensión actividad físicas de los estilos de vida en enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, en una investigación previa realizada por **CHUN S.**¹³ se encontró que 80% realizan actividad físicas, resultados que difieren con la presente investigación donde 92.1% tienen un estilo de vida no saludable en cuanto al actividad física.

Respecto a la dimensión responsabilidad de salud de los estilos de vida en enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró una investigación realizada por **ALMANZA J.**¹⁹, donde halló que 68.3% tienen una responsabilidad de la salud inadecuada, resultados que se asemejan a lo hallado en el presente estudio donde 78.9% tienen una responsabilidad de salud no saludable.

Con relación a la dimensión manejo de estrés de salud de los estilos de vida en enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se halló una investigación realizada por **RATTO D.**¹⁷, donde encontró que 52.9% tiene un manejo de estrés no saludable, resultados que no se asemejan a lo encontrado en el presente estudio donde 94.7% tienen manejo de estrés no saludable.

En cuanto a la dimensión soporte intrapersonal de los estilos de vida en enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró la investigación previa realizada por **ALMANZA J.**¹⁹, donde halló que 96% tiene un soporte intrapersonal regular, resultados que no se



asemejan a lo encontrado en el presente estudio donde 68.4% tienen soporte intrapersonal saludable.

Con relación a la dimensión autorrealización de los estilos de vida en enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró la investigación realizada por **ALMANZA J.**¹⁹, quien encontró que 99% tiene una autorrealización saludable, resultados que se asemejan a lo encontrado en el presente estudio donde 92.1% tienen una autorrealización saludable.

Respecto a los estilos de vida en enfermeros (as) que laboran en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se halló una investigación previa realizada por **LAURACIO G.**¹⁸, donde encontró que 85% presentan un estilo de vida poco saludable resultados que no se asemejan la presente investigación donde 52.6% tienen un estilo de vida saludable.

Respecto a las condiciones físicas laborales de los en enfermeros (as) en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró la investigación previa realizada por **MACHACA M.**¹⁵ donde 41,67% percibió condiciones intralaborales regulares; resultados que no se asemejan la presente investigación donde 71,1% tienen indicó tener condiciones físicas laborales buenas.

Respecto a las condiciones psicológicas laborales de los en enfermeros (as) en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró la investigación previa realizada por **MACHACA M.**¹⁵ donde 36,90% percibió condiciones individuales buenas; resultados que no se asemejan la presente investigación donde 89,4% tienen una condición psicológica laboral regular.

Respecto a las condiciones sociales laborales de los en enfermeros (as) en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró la investigación previa realizada por **URIBE C.**²¹ donde 52,1% percibió una relación interpersonal regular; resultados que no se asemejan la presente investigación donde 78,9%% tienen una condición psicológica laboral regular.



Respecto a las condiciones laborales de los enfermeros (as) en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró la investigación previa realizada por **MACHACA M.**¹⁵ donde 39,8% tiene regulares condiciones laborales; resultados que no se asemejan la presente investigación donde 81,6% tienen una condición laboral regular.

5.4 IMPLICANCIAS DEL ESTUDIO

En cuanto a los estilos de vida de los enfermeros que trabajan en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud Cusco, se observa que existen retos importantes en torno a la nutrición, la actividad física y el manejo del estrés. La mayoría presenta hábitos de vida que podrían no ser saludables, lo que puede estar influenciado por las exigencias de su trabajo y su capacidad para equilibrar la vida laboral y personal. A pesar de estos hallazgos preocupantes, se destacan algunos aspectos positivos, como un alto grado de soporte interpersonal y un fuerte sentido de autorrealización entre los enfermeros. Estos elementos positivos podrían ser un indicativo de su habilidad para mantener relaciones satisfactorias y un alto nivel de satisfacción personal, lo que podría influir positivamente en su bienestar general y su rendimiento en el trabajo.

Respecto a las condiciones laborales, aunque existe satisfacción en cuanto a las condiciones físicas del lugar de trabajo, se identifican desafíos importantes en cuanto a la condición psicológica y social de los enfermeros. Estos profesionales informan una condición psicológica promedio y perciben su ambiente laboral como regular, lo que puede estar influido por factores como la carga de trabajo, la falta de autonomía, las oportunidades de desarrollo profesional y las dinámicas interpersonales. Estos hallazgos sugieren la necesidad de mejorar estas áreas para optimizar la satisfacción laboral y, en última instancia, mejorar la calidad de la atención sanitaria brindada

Las implicancias de estos resultados apuntan a la necesidad de impulsar iniciativas para mejorar los estilos de vida y las condiciones laborales de los enfermeros. Esto incluye apoyo para hábitos saludables y una revisión de las cargas de trabajo y las dinámicas en el lugar de trabajo. Estas medidas pueden mejorar la satisfacción laboral y la calidad de la atención sanitaria.



CONCLUSIONES

En cuanto a las características generales de los enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, se encontró que el 47,4% tienen entre 41 a 64 años y 10,5% de 65 a más; el 97,4% son de sexo femenino y 2,6% masculino; en estado civil 42,1% son casados (as) y 2,6% viudos (as); el 34,2% tiene 1 hijo o 2 hijos respectivamente y 13,2% tiene de 3 a más hijos; el 85,0% presenta segunda especialidad y 5,0% doctorado, el 68,4% tiene una condición laboral a plazo indeterminado 728 y son 5,3% nombrados, el 44,7% tiene un tiempo de servicio mayor a 10 años y 10,5% menor a 1 año.

En lo que respecta a los estilos de vida de los enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco EsSalud, en cuanto a las dimensiones se encontró que 57,9% tiene un estilo de vida nutricional no saludable, 92,1% un estilo de vida de actividad físicas poco saludable, 78,9% tienen un comportamiento no saludable 94,7% exhiben un manejo del estrés no saludable, 68,4% muestran un nivel saludable de soporte interpersonal y 92,1% evidencia un nivel de autorrealización saludable. En general los estilos de vida de los enfermeros(as) que trabajan en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco - EsSalud Cusco en 2023, el 52,6% de los profesionales presenta un estilo de vida saludable, mientras que 47,4% muestra un estilo de vida no saludable.

Con relación a las condiciones laborales dentro de sus dimensiones se halló que 71,1% de los enfermeros(as) en el Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco presenta una condición física laboral considerada como buena, 89,4% presenta una condición psicológica laboral regular y 78,90% tienen una condición social laboral regular. Finalmente, el 81,6% de los enfermeros(as) que trabajan en el Centro Quirúrgico presentan una condición laboral regular, 13,2% buena y 5,3% mala.



SUGERENCIAS

A LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA:

Participar activamente en los programas de bienestar y contribuir a las mejoras en el entorno laboral, inscribiéndose a los programas de bienestar ofrecidos, y llevarlos a la práctica. Para conducir a un mayor bienestar personal y a un entorno laboral más satisfactorio y efectivo.

AL DIRECTOR DEL HOSPITAL:

Implementar programas de bienestar que fomenten estilos de vida saludables entre el personal de enfermería, para ello convocar a nutricionistas, entrenadores de ejercicio y expertos de los propios servicios del hospital para que en conjunto se establezcan mejoras en el manejo del estrés a través de talleres, lo que a su vez puede mejorar su rendimiento y satisfacción laboral.

AL JEFE DEL CENTRO QUIRÚRGICO:

Sensibilizar a los trabajadores para lograr un clima laboral adecuado a través de dinámicas de trabajo ajustados a la carga de trabajo, fomentar una mayor autonomía y tomar medidas para reducir el estrés laboral. Todo esto para mejorar las condiciones laborales que pueden resultar en un entorno de trabajo más satisfactorio y productivo, mejorando la calidad de la atención proporcionada a los pacientes.

A LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA:

Revisar información sobre la importancia de los estilos de vida saludables y de las buenas condiciones laborales en la profesión de enfermería, asistiendo a talleres y seminarios sobre bienestar y condiciones laborales, buscar mentores entre el personal de enfermería con experiencia y aprovechar las oportunidades para aprender sobre la gestión efectiva del estrés y la carga de trabajo. Asimismo, desarrollar investigaciones de enfoque cualitativo para contribuir a la mejora continua de la profesión en el futuro.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Maskari F. Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud. [Internet] Organización de Naciones Unidas, 2020. [Citado 9 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>
2. Chudasama Y. y otros. Estilos de vida saludables aumenta más de 6 años la esperanza. [Internet] El Médico Interactivo septiembre 2020 Reino Unido. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1003332>
3. Instituto DYM. Salud y estilos de vida en el mundo. [Internet] octubre diciembre 2020 España. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://institutodym.es/es/salud-y-estilos-de-vida-en-el-mundo/>
4. Organización Internacional de Trabajo. El gran problema del empleo en el mundo: Las malas condiciones de trabajo. [Internet] Ginebra 2019. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_670577/lang--es/index.htm
5. Organización Panamericana de la Salud. Estudio advierte sobre elevados niveles de depresión y pensamientos suicidas en personal de salud de América Latina durante la pandemia. [Internet] Washington enero del 2022. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/13-1-2022-estudio-advier-te-sobre-elevados-niveles-depresion-pensamientos-suicidas-personal>
6. Contreras E. Nivel de actividad física en médicos y enfermeros(as) del Hospital II - 2 Tarapoto en el periodo agosto 2017 - enero 2018. [Internet] Tarapoto Perú enero del 2018. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/2652/MEDICINA%20-%20Eber%20Contreras%20D%c3%adaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
7. Muñante E. Nivel de estrés y hábitos alimentarios en profesionales de la salud en el Hospital San José de Chíncha, 2020. [Internet] Lima Perú 2012. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en:



- <https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/1939/TL-Mu%C3%B1ante%20E-Ext.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
8. Caballero J. y otros. Factores asociados a insomnio en profesionales de salud de un hospital público de Trujillo-Perú. [Internet] Trujillo Perú 2020. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en: <file:///C:/Users/User/Downloads/1228-articulo-fichero-4162-1-10-20201229.pdf>
 9. Cauvi S. Relación entre el estado nutricional y estilos de vida saludable de los trabajadores administrativos de la sede principal del Instituto Nacional de Defensa de la Competencia y de la Protección de la Propiedad Intelectual (INDECOPI), Lima, Perú 2018. [Internet] Universidad Científica Lima Perú 2019. [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12805/1139>
 10. Silva a. y Otros. Calidad de sueño, variables personales, laborales y estilo de vida de enfermeros de hospital. [Internet] Rev. Latino-Am. Enfermagem Brasil 2022. [Citado 1 de marzo del 2023]. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/Ypx9vyWY5WQcjmZg4nkqJVR/?format=pdf&lang=es>
 11. Luengo C. y otros. Condiciones de Trabajo en profesionales sanitarios de hospitales públicos en Chile. [Internet] Medicina y Seguridad del Trabajo Chile abril 2021. [Citado 29 de julio del 2022]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2020000200069&lang=es
 12. Rivera D. Relación entre hábitos de vida saludable y satisfacción laboral como elementos favorecedores en la salud laboral. [Internet] Colombia, 2019. [Citado 29 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/559/55962867008/html/>
 13. Chun S. Prácticas de estilo de vida saludable en el personal de enfermería, distrito de salud santa lucía la Reforma, Totonicapán, Guatemala. año 2017. [Internet]. Guatemala noviembre 2017. [Citado 23 de julio del 2022]. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/09/02/Chun-Sandy.pdf>
 14. Silva M. Estilos de vida saludable y su relación con el estado nutricional de Licenciados en Enfermería del Hospital Regional de Pucallpa, 2020.



- [Internet]. Perú Pucallpa 2021. [Citado 1 de marzo del 2023]. Disponible en: https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/9901/Tesis_estilos_vida%20saludable_relaci%C3%B3n_estado%20nutricional_Hospital%20Regional%20Pucallpa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
15. Machaca M. Condiciones laborales y calidad de vida en el trabajo de las enfermeras del Hospital Regional Manuel Núñez Butrón, Puno – 2019. [Internet]. Perú Puno 2020. [Citado 23 de julio del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/13798>
16. Carhuapoma S. Factores laborales y estilos de vida del personal de salud del Puesto de Salud del Huayco. Provincia y Región de San Martín. Agosto – diciembre 2018. [Internet] Tarapoto, 2019. [Citado 29 de julio del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3548/ENFERMERIA%20-%20Sandy%20Julissa%20Carhuapoma%20Herrera.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Ratto D. Nivel de estrés laboral y estilos de vida en enfermeros del hospital general la merced, Chanchamayo, 2018. [Internet] Chanchamayo, 2019. [Citado 29 de julio del 2022]. Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4693/TESIS_RATTO_DOUGLAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. Lauracio G. Estilos de vida y su relación con el desempeño laboral de la enfermera (o) de la res de salud Ilo – 2018. [Internet] Tacna Perú 2018. [Citado 23 de julio del 2022]. Disponible en: http://repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/3432/103_2018_la_uracio_apaza_gn_facs_enfermeria.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Almanza J. Estilos de vida y desempeño laboral de los profesionales de Enfermería H.R.H.D.E. Arequipa 2018. [Internet] Arequipa Perú 2019. [Citado 25 de agosto del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12827/UPalchj.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Díaz E. y otros. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo, Perú 2017. [Internet] Chiclayo Perú 2017. [Citado 25 de agosto del



- 2022]. Disponible en:
<http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2876>
21. Uribe C. Condición laboral y satisfacción de la enfermera del Hospital Augusto Hernández Mendoza - Ica 2014. [Internet] Arequipa Perú 2017. [Citado 23 de julio del 2022]. Disponible en:
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/4771/ENDurqucp.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. Veramendi G. y otros. Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. [Internet] Rev. Univ. Soc. Perú 2020 [Citado 18 de julio del 2022] Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000600246
23. Pastor Y. Una revisión sobre las variables de Estilos de Vida Saludables. [Internet] Rev. Psicol SALUD. España [Citado 18 de julio del 2022]. Disponible en:
<https://revistas.innovacionumh.es/index.php/psicologiasalud/article/view/806>
24. Díaz E y otros. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo. [Internet] Perú Octubre del 2020. Rev. Habanera Cienc. Médicas [citado 18 de julio del 2022]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-519X2020000600012&lng=es&nrm=iso&tlng=es
25. Páez M. y otros Estilos de vida y salud de estudiantes de una facultad de Psicología. [Internet] Psicología desde el Caribe Colombia 2010. [Citado 18 de julio del 2022]. Disponible en:
<https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/42/9287>
26. Echeverría, K. y otros. Estilos de Vida del Profesional Enfermero y su relación en la calidad de atención. [Internet] Rev. Salud y Bienestar Colectivo. Ecuador 2020 [Citado 18 de julio del 2022]. Disponible en:
<https://revistasaludybienestarcolectivo.com/index.php/resbic/article/view/72/48>
27. Del Brutto O. Alcohol: Consumo, Consecuencias y Complicaciones Neurológicas. Resultados del proyecto Atahualpa. [Internet]. Rev. Ecuatoriana de Neurología 2017. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible



- en: http://revecuatneurolog.com/magazine_issue_article/alcohol-consumo-consecuencias-y-complicaciones-neurologicas-resultados-del-proyecto-atahualpa-alcohol-intake-consequences-neurological-complications-results-atahualpa-project/
28. Perea A. y otros. Importancia de la actividad física. [Internet]. Rev. Medico Científica de la secretaria de Salud Jalisco, México 2019. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2019/sj192h.pdf>
 29. Sharma S. y otros. El ejercicio y el corazón: lo bueno, lo malo y lo feo. [Internet]. Rev. National Library of Medicine (NIH) 2015. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25839670/>
 30. Laguado E. y otros. Estilos de Vida Saludable en estudiantes de enfermería en la Universidad Cooperativa de Colombia. [Internet] Rev. Hacia la Promoción de la Salud mayo 2014 Colombia. [Citado 2 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3091/309131703006.pdf>
 31. Acevedo. JL. Y otros. Alimentación del Personal de Enfermería. [Internet] Noviembre 2012 Argentina. [Citado 2 de agosto del 2022]. Disponible en: https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/10079/acevedo-jos-luis.pdf
 32. Municipio de Yamaranguila. Guía de Entornos y Estilos de Vida Saludables en Comunidades Indígenas Lencas. [Internet] Yamaranguila: Intibucá 2016 [Citado 2 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 33. Lopategui, E. El concepto de la salud. [Internet] Recuperado el 2 de abril de 2015. [Citado 2 de agosto del 2022]. Disponible en: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaRes.html>
 34. Organización Mundial de la Salud. En tiempo de estrés, haz lo que importa: una guía ilustrada. [Internet] Ginebra 2020. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/sh-2020-spa-3-web.pdf?sfvrsn=34159a66_2
 35. Fedrique M. Enfermería en el Quirófano. [internet] Valladolid: Universidad de Valladolid; 2015. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/14137/MiguezAbadS.pdf>



36. Miro E. y otros. Patrones del sueño y salud. [Internet] Asociación Española de Psicología Conductual mayo 2002 España. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/337/33720206.pdf>
37. Suarez K. Percepción de la Calidad del Cuidado de Enfermería en el Servicio de Ginecología del Hospital Carlos Lan Franco La Hoz, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.[Internet]. Repositorio Institucional. Perú 2019. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://1library.co/document/zw399nly-percepcion-calidad-cuidado-enfermeria-servicio-ginecologia-hospital-lanfranco.html>
38. Organización Panamericana de la Salud. Alimentos y bebidas ultra procesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones. [Internet]. Washington 2019. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51523>
39. Diaz A. Estilos De Vida Saludable En Adolescentes Relacionados Con Alimentación Y Actividad Física. [Internet]. Colombia 2016. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/3449>
40. Martínez C. Diferencias de género en relación con el Índice de Masa Corporal, calidad de la dieta y actividades sedentarias en niños de 10 a 12 años. [Internet]. España 2017. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/49393/32170>
41. Restrepo, J. Consumo de sustancias psicoactivas en Auxiliares de Enfermería. [Internet]. Revista Cuidarte. Colombia 2017. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/378/796>
42. Marquina RJ. Inteligencia emocional y calidad de vida en personal de salud de cuatro hospitales del sector Público de Lima. [Internet] Revista Peruana de Obstetricia y Enfermería 2014. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/view/719/562>
43. Gamboa L. Estilos de manejo de conflictos e inteligencia emocional de los trabajadores de salud de la micro red Santa Luzmila DISA V. lima 2016 [Internet] Lima, 2016. 2017. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8640/Gamboa_LLY.pdf?sequence=1&isAllowed=y



44. Escobar M y otros. Contexto laboral de la Enfermería en Colombia. [Internet] Revista Cubana de Salud y Trabajo 2018. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubsaltra/cst-2018/cst181k.pdf>
45. Bernal A. El concepto de "Autorrealización" como identidad personal. [Internet] España 2002. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/16/art_1.pdf
46. Calpa A, Santacruz G, Álvarez M, Zambrano C, Hernández E, Matabanchoy S. Promoción de estilos de vida saludables: Estrategias y Escenarios. Hacia Prom. Salud. [Internet]. julio de 2019. [Citado 19 de julio del 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139
47. Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud. [Internet]. Washington 2019 [Citado 19 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
48. Diaz E. y otros. Estilos de vida en profesionales de salud de un hospital en Chiclayo, Perú 2017. Rev. Habanera Cienc Médicas [Internet]. octubre de 2020 [citado 19 de julio del 2022]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-519X2020000600012&lng=es&nrm=iso&tlng=es
49. Pender N. Health Promotion in Nursing Practice (3rd ed.). [Internet] United Kingdom 2002. [Citado 14 marzo 2023]. Disponible en: [https://books.google.com.pe/books?id=jVJqAAAAMAAJ&q=Health+Promotion+in+Nursing+Practice+\(3rd+ed.\)+Nola+Pender&dq=Health+Promotion+in+Nursing+Practice+\(3rd+ed.\)+Nola+Pender&hl=es-419&sa=X&redir_esc=y](https://books.google.com.pe/books?id=jVJqAAAAMAAJ&q=Health+Promotion+in+Nursing+Practice+(3rd+ed.)+Nola+Pender&dq=Health+Promotion+in+Nursing+Practice+(3rd+ed.)+Nola+Pender&hl=es-419&sa=X&redir_esc=y)
50. Trejo G y otros. Influencia de la Promoción de la Salud en el Estilo de Vida en los Estudiantes Universitarios de la Escuela Superior de Tlahuelilpan. [Internet] Estado de Hidalgo México 2013. [Citado 14 marzo 2023]. Disponible en: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n8/p6.html>
51. Enríquez M. y otros. Psychometric properties of the Spanish version of the Health Promoting Lifestyle Profile-II instrument in Mexican university students. [Internet]. México 2021. [Citado 14 marzo 2023]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v21n66/en_1695-6141-eg-21-66-398.pdf



52. Raraz J. Condiciones laborales y equipos de protección personal contra el Covid-19 en personal de salud, [Internet]. Lima-Perú. 2021 [citado 18 de julio de 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312021000200335&script=sci_arttext
53. Canales M. y otros. Condiciones de trabajo de los profesionales de enfermería en Chile. Enferm Univ. [Internet]. Septiembre de 2016. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632016000300178
54. Herrera G. Condiciones laborales y grado de satisfacción de profesionales de enfermería. [Internet]. Bogotá 2018 [citado 18 de julio de 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972008000200011
55. Polo M. Convenio sobre el personal de enfermería, 1977 (núm. 149). [Internet] Revista Internacional y Comparada de relaciones laborales y derecho del empleo diciembre del 2019. [Citado 3 de agosto 2022]. Disponible en: http://ejcls.adapt.it/index.php/rlde_adapt/article/view/784
56. Quiceno O. Condiciones Laborales de las enfermeras. [Internet] Revistas Unal. Edu. Octubre 2019 [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: [file:///C:/Users/User/Downloads/83385-Texto%20del%20art%C3%ADculo-444941-1-10-20191106%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/83385-Texto%20del%20art%C3%ADculo-444941-1-10-20191106%20(4).pdf)
57. Cisneros C. Satisfacción laboral del personal de enfermería y6 su relación con las condiciones de trabajo hospitalario. [Internet]. Universidad Autónoma de San Luis Potosí, México 2011. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.uaslp.mx/xmlui/bitstream/handle/i/3020/MAE1ASL01101.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
58. Albornoz C y otros. Condiciones laborales y habilidad del cuidado humanizado en el enfermero/a del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión. [Internet] Lima 2018. [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2155/TITULO%20-%20Virginia%20Albornoz%20Carlos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



59. Ureta R. Condiciones de trabajo Hospitalario y riesgos laborales en profesionales de enfermería en el Hospital Regional Zacarías Correa Valdivia Huancavelica. [Internet] Huancavelica 2018 Perú- [Citado 3 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2060/DOCTORADO-C.SALUD-2018-URETA%20JURADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
60. Arco O, Suarez Z. Rol de los profesionales de enfermería en el sistema de salud colombiano. [Internet]. Univ Salud. 1 de mayo de 2018. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072018000200171
61. Tarqui C. Desempeño laboral del profesional de enfermería en un Hospital de la Seguridad Social del Callao – Perú | Archivos de Medicina (Manizales). 2020 [Internet]. 2020 [citado 18 de julio de 2022];20(1). Disponible en: <https://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/3372>
62. Colegio de Enfermería del Perú. Centro Quirúrgico. [Internet]. Perú. [Citado 20 de julio del 2022]. Disponible en: <https://www.hsj.gob.pe/servicios/enfermeria/anestesiocqx.html>
63. Martin E. Quirófano. [Internet] Consumote. [Citado 5 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/quiropfano/>
64. Sivipaucar J. Medidas de bioseguridad aplicadas por el profesional de enfermería frente a los riesgos biológicos en el servicio de sala de operaciones. [Internet]. 2021 [citado 18 de julio de 2022]; Disponible en: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/10101>
65. Silva W. Relación de satisfacción del personal de salud con la gestión de la calidad del servicio de emergencia del Hospital Nacional Adolfo Guevara Velasco EsSalud Cusco, periodo abril 2018. [Internet] Cusco Perú 2020. [Citado 5 de agosto del 2022]. Disponible en: https://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/5701/253T20201035_TC.pdf?sequence=1&isAllowed=y



INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

UNIVERSIDAD ANDINA DE CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Estoy de acuerdo en participar en la encuesta sobre el tema de investigación “Estilos de vida y condiciones laborales en Enfermeros (as) que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco - 2023”, Confirmando que se me ha explicado minuciosamente los objetivos y procedimientos del estudio y mi incorporación será voluntaria. Por tanto, al firmar este documento autorizo que me incluyan en esta investigación.



ENCUESTA SOBRE ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS (AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO.

Estimada (o) Licenciada (o)

A continuación, se le presentará una serie de preguntas para lo cual solicito su colaboración, recalcando que la encuesta es de carácter anónimo y guarda confidencialidad, la finalidad de esta encuesta es determinar los estilos de vida y condiciones laborales en enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco- 2023. Solicitando que conteste los siguientes enunciados con sinceridad agradezco de antemano su colaboración.

I. DATOS GENERALES

1. Edad:

- a) Menor que 40 años
- b) De 41 a 64 años
- c) De 65 a más

2. Sexo:

- a) Femenino
- b) Masculino

3. Estado civil

- a) Soltera (o)
- b) Casada (o)
- c) Conviviente
- d) Viuda (o)
- e) Divorciada (o)

4. Número de hijos

- a) No tiene
- b) 1 hijo
- c) 2 hijos
- d) De 3 a más hijos

5. Condiciones Laborales

- a) Contrato Administrativo de Servicios (CAS)
- b) Plazo Indeterminado 728
- c) Nombrados

6. Tiempo de servicio en el área

- a) Menor a 1 año
- b) 1 a 4 años
- c) 5 a 10 años
- d) Mayor de 10 años

7. Nivel académico alcanzado

- a) Licenciado en enfermería
- b) Segunda especialidad
- c) Maestría
- d) Doctorado

II. ESTILOS DE VIDA

Instrucciones:

- a) En este cuestionario se pregunta sobre el modo en que vive en relación con sus hábitos personales actuales.
- b) No hay respuesta correcta o incorrecta, solo es su forma de vivir. Favor de no dejar preguntas sin responder.
- c) Marca con una X el número que corresponda a la respuesta que refleje mejor su forma de vivir.



- Nunca=1
- A veces= 2
- Frecuentemente= 3
- Rutinariamente=4

N	PREGUNTAS	NUNCA	A VECES	FRECUENTEMENTE	SIEMPRE
1	Toma algún alimento al levantarte por las mañanas				
2	Consulta al médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud				
3	Se quiere a sí misma (o)				
4	Realiza ejercicios para relajar sus músculos al menos 3 veces al día o por semana				
5	Selecciona comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven su presión arterial).				
6	Toma tiempo cada día para relajarse.				
7	Conoce el nivel de colesterol en su sangre (miligramos en sangre)				
8	Es entusiasta y optimista con referencia a su vida				
9	Cree que está creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas				
10	Discute con personas cercanas sus preocupaciones y problemas personales				
11	Es consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en su vida.				
12	Se sientes feliz y contento(a)				
13	Realiza ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana				
14	Come tres comidas al día				
15	Lee revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud				
16	Es consciente de sus capacidades y debilidades personales				
17	Trabaja en apoyo de metas a largo plazo en su vida				
18	Elogia fácilmente a otras personas por sus éxitos				
19	Lee las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).				
20	Le pregunta a otro médico o busca otra opción cuando no está de acuerdo con lo que el suyo le recomienda para cuidar tu salud.				
21	Mira hacia el futuro				
22	Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.				
23	Es consciente de lo que te importa en la vida				
24	Le gusta expresar y que le expresen cariño personas cercanas a usted				
25	Mantiene relaciones interpersonales que le dan satisfacción				



26	Incluye en su dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)				
27	Pasa de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación				
28	Discute con profesionales calificados sus inquietudes respecto al cuidado de su salud.				
29	Respeta sus propios éxitos				
30	Controla su pulso durante el ejercicio físico				
31	Pasa tiempo con amigos cercanos				
32	Controla su presión arterial y sabe el resultado				
33	Asiste a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vive				
34	Ve cada día como interesante y desafiante				
35	Planea o escoge comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).				
36	Relaja conscientemente sus músculos antes de dormir				
37	Encuentra agradable y satisfecho el ambiente de su vida				
38	Realiza actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar, fútbol, ciclismo				
39	Expresa fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros				
40	Te concentra en pensamientos agradables a la hora de dormir				
41	Pides información a los profesionales para cuidar de su salud				
42	Encuentra maneras positivas para expresar sus sentimientos				
43	Observa al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro				
44	Eres realista en las metas que se propone				
45	Usa métodos específicos para controlar la tensión (nervios)				
46	Asistes a programas educativos sobre el cuidado de su salud personal				
47	Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)				
48	Crees que su vida tiene un propósito				



III. CONDICIONES LABORALES

Marque con una "X" aquella casilla que represente mejor su parecer sobre los distintos aspectos del ámbito de su trabajo atendiendo a como Ud. se sienta respecto a ello.

- 1.- Totalmente desacuerdo
- 2.- En desacuerdo
- 3.- Ni en acuerdo ni desacuerdo
- 4.- De acuerdo
- 5.- Totalmente de acuerdo

N	PREGUNTAS	CALIFICACIÓN				
		1	2	3	4	5
CONDICIÓN FÍSICA						
1	En mi trabajo cuento con servicios básicos					
2	Existe suficiente equipo para realizar mis actividades diarias					
3	Mi trabajo se desarrolla frecuentemente en condiciones de presión de tiempo					
4	Mis actividades diarias requieren de trabajar continuamente en una postura forzada					
5	Considero que tengo sobrecarga de trabajo					
CONDICIÓN PSICOLÓGICA						
6	Tengo oportunidad de elegir mis días de descanso					
7	Tengo motivación en mi área laboral					
8	Tengo autonomía en mis decisiones profesionales					



9	He recibido cursos sobre prevención de riesgo laboral en mi área de trabajo					
10	Mis actividades diarias me estimulan a realizar mi compromiso laboral					
11	Existe monotonía en mis actividades diarias					
CONDICIÓN SOCIAL						
12	Considero que existen relaciones autoritarias en mi trabajo.					
13	Tengo participación en las decisiones organizacionales de mi institución.					
14	Me identifico con los cambios propuestos por mis compañeros.					
15	Existe respeto entre mis compañeros					



CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,768	63

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
p1	169,53	399,824	,045	,718
p2	170,03	388,729	,450	,708
p3	168,87	392,388	,354	,711
p4	170,50	398,311	,153	,715
p5	169,92	385,372	,409	,707
p6	170,16	386,137	,610	,706
p7	169,92	384,507	,459	,706
p8	169,26	384,578	,552	,705
p9	169,53	386,743	,466	,707
p10	170,16	391,218	,282	,711
p11	169,29	389,725	,345	,710
p12	169,34	386,123	,598	,706
p13	170,68	389,465	,483	,708
p14	169,39	413,326	-,333	,727
p15	169,87	390,280	,387	,710
p16	169,26	405,659	-,131	,721
p17	169,74	380,199	,677	,702
p18	169,32	394,600	,217	,713
p19	169,89	386,043	,447	,707
p20	170,03	384,459	,522	,705
p21	169,03	393,702	,315	,712
p22	170,66	387,528	,607	,707
p23	168,97	396,243	,231	,714
p24	169,37	394,888	,257	,713
p25	169,32	389,303	,464	,708
p26	169,74	379,713	,545	,702
p27	170,66	388,664	,488	,708



p28	170,34	387,799	,434	,708
p29	169,13	406,874	-,213	,721
p30	170,50	387,554	,396	,708
p31	169,87	393,685	,306	,712
p32	170,37	380,888	,614	,702
p33	170,82	396,641	,198	,714
p34	169,58	387,656	,466	,707
p35	170,03	385,972	,440	,707
p36	170,58	385,494	,538	,706
p37	169,58	392,845	,329	,711
p38	170,18	386,749	,424	,707
p39	169,63	379,915	,586	,702
p40	169,95	379,240	,674	,701
p41	170,18	377,344	,756	,699
p42	169,84	382,353	,627	,703
p43	170,03	394,134	,299	,712
p44	169,45	391,930	,357	,711
p45	170,50	390,743	,346	,710
p46	170,82	394,371	,282	,712
p47	169,68	385,519	,400	,707
p48	168,76	406,456	-,179	,721
p1	168,18	399,344	,041	,718
p2	168,13	393,144	,296	,712
p3	167,21	375,414	-,133	,886
p4	168,76	402,672	-,034	,721
p5	169,37	393,752	,129	,715
p6	170,47	404,797	-,091	,721
p7	169,74	403,496	-,050	,722
p8	169,47	390,364	,230	,712
p9	169,16	411,542	-,168	,732
p10	168,47	390,634	,340	,710
p11	169,47	384,094	,368	,707
p12	168,63	396,617	,090	,717
p13	170,24	389,699	,249	,711
p14	168,58	406,953	-,182	,722
p15	168,71	407,076	-,164	,722



ANEXOS



ANEXO1. TRÁMITE PARA OBTENER LA ACEPTACIÓN DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS.

CARGO

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

EsSalud DIRECCIÓN HNAGV CUSCO		
TRAMITE DOCUMENTARIO		
13-MAR 2023		
RECIBIDO		
HORA	RECIBIDO	REGISTRO
8:45	/	

SOLICITO: AUTORIZACION PARA REALIZAR
TRABAJO DE INVESTIGACION

DR: JULIO CESAR ESPINOZA DE LA TORRE

DIRECTOR DEL HOSPITAL NACIONAL ADOLFO GUEVARA VELASCO CUSCO

Yo Miriam Peña Carmona de la
UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO, me
dirijo a UD. con el debido respeto que se
merece, me presento y expongo lo siguiente:

Solicitarle AUTORIZACION PARA REALIZAR TRABAJOS DE INVESTIGACION SOBRE
"ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN CENTRO
QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELASCO - ESSALUD- CUSCO-2023". Por esta
razón le suplico, su comprensión y atienda a mi petición en forma positiva para realizar
dicho trabajo de investigación.

POR LO EXPUESTO:

Ruego a UD. acceder a mi petición por ser legal
Cusco,

NOMBRE: Miriam Peña Carmona

DNI N.º: 41965404

TELEFONO: 914958962

N.I.T.	AREA	AÑO	CORRELATIVO
	1307	2023	1619



“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

ANEXO 6

Cusco: 13 de marzo del 2023

DR. JULIO CESAR ESPINOZA DE LA TORRE

DIRECTOR DEL HOSPITAL NACIONAL ADOLFO GUEVARA VELASCO ESSALUD-CUSCO

De mi consideración:

El jefe del departamento de CENTRO QUIRÚRGICO del Establecimiento de Salud HOSPITAL NACIONAL ADOLFO GUEVARA VELASCO ESSALUD-CUSCO de la Red Asistencia Cusco, donde se ejecutara el estudio titulado “ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO – ESSALUD-CUSCO-2023”, cuyo investigador principal responsable es MIRIAM PEÑA CARMONA estudiante de la UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO, tiene el agrado de dirigirse a usted para manifestarle mi visto bueno para que el proyecto señalado previamente se ejecute en el Departamento de Enfermería Servicio de CENTRO QUIRÚRGICO.

Este proyecto deberá contar además con la evaluación de Comité Institucional de Ética en Investigación y la aprobación correspondiente por su despacho antes de su ejecución.

Sin otro particular, quedo de usted.

Atentamente,




Edgar Chávez
MÉDICO ANESTESIOLOGO

JEFE DE DEPARTAMENTO DE CENTRO QUIRURGICO



“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

ANEXO 8

Cusco, 13 de marzo del 2023

DR. JULIO CESAR ESPINOZA DE LA TORRE

DIRECTOR DEL HOSPITAL NACIONAL ADOLFO GUEVARA VELASCO ESSALUD-CUSCO

Presente.

Asunto: Solicitud de evaluación y aprobación de proyecto de investigación

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a su vez solicitarle la evaluación del proyecto de investigación denominado titulado “ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL ADOLFO GUEVARA VELAZCO – ESSALUD- CUSCO-2023”, por parte del Comité de Investigación y Comité Institucional de Ética en Investigación, así como la presentación ante la gerencia para su aprobación.

Se trata de un estudio de enfoque cuantitativo y de alcance descriptivo porque describiré los estilos de vida y condiciones laborales de los Enfermeros. El proyecto se llevará a cabo en el Departamento de Enfermería, Servicio de Centro Quirúrgico del Hospital Nacional Adolfo Guevara Velasco ESSALUD de la Red Prestacional/Asistencial Cusco.

Sin otro particular, hago propicia la ocasión para renovarle los sentimientos de mi especial consideración.

Atentamente,

NOMBRE: Miriam Peña Carmona

DNI: 41965404

CELULAR:914958962

CORREO: miriamcarmona026@gmail.com



ANEXO 2: RESOLUCIÓN DE GERENCIA RED ASISTENCIAL CUSCO

ANEXO N° 10
HOJA DE RUTA

EsSalud

EXPEDIENTE N° 1307 2023 1619.

IMPORTANTE NORMAL URGENTE

MANTENER ESTA HOJA DE RUTA COMO CARATULA DEL EXPEDIENTE
NO SELLAR COMO CARGO DE RECEPCION

	DIA	MES	AÑO

N°	REMITENTE	FECHA	ACCIONES	DESTINATARIO
1			SU ATENCION	Director
2		13 MAR 2023	Atencion de acuerdo a normas P.2751-17	CCID
3		14 MAR 2023	Ser emitido para Evaluacion	CE
4		17 ABR 2023	Ser emitido protocolo aprobado para emision de resolucion	GRACU
5		20 ABR 2023	12 Proyecto Asesoria p. 3852	SA. Central
6		08 05 23	1 Trámite Resolución Resol. 198- GRACU	SECRETARIA DANAGV, CCID, CE, e INTERCOM
7				
8				

ACCIONES

1 TRAMITAR	7 ARCHIVAR	18 ACCION INMEDIATA	19 POR CORRESPONDERLE	25 REPRESENTAR
2 ORDENAR	8 SOLUCION DANDO CUENTA POR ESCRITO	14 AGREGAR ANTECEDENTES	20 AUTORIZADO	26 CONCLUIR
3 INFORMAR	9 HABLAR CON MIEMBRO	15 REVISAR OBSERVACIONES	21 REVISAR Y VISAR	27 NOTIFICAR
4 ENCOMENDAMIENTO Y ACCIONES	10 SOLICITAR ANTECEDENTES	16 VERIFICAR STOCK Y ATENDER	22 REVISAR	
5 SECCIÓN LO COORDINADO	11 PREPARAR RESPUESTA	17 VER OBSERVACIONES	23 CANCELAR	
6 COORDINAR	12 PROYECTAR DOCUMENTO	18 SUPERVISAR	24 HACER SEGUIMIENTO	



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

RESOLUCION DE GERENCIA RED ASISTENCIAL CUSCO N° 198 -GRACU-ESSALUD-2023

CUSCO, 08 05 23

VISTO,

La Nota de la Oficina de Capacitación, Investigación y Docencia N° 138-OCID-GRACU-ESSALUD-2023 de fecha 17 de abril del año 2023, sobre la solicitud de emisión de la resolución de autorización de ejecución de Proyecto de Investigación;

CONSIDERANDO:

Que, mediante Resolución del Instituto de Evaluación de Tecnologías en Salud e Investigación N° 46-IETSI-ESSALUD-2019 de fecha 03 de junio del 2019, se resuelve aprobar la Directiva N° 003-IETSI-ESSALUD-2019 V.01. "Directiva que Regula el Desarrollo de la Investigación en Salud"; cuyo objetivo es establecer los lineamientos para la aprobación, ejecución, supervisión, difusión, priorización y promoción de las actividades y estudios de investigación en salud a ser desarrollados en EsSalud;

Que, en el numeral 1 del Capítulo III – Disposiciones Generales de la Directiva N° 003-IETSI-ESSALUD-2019 V.01, se establece que, la distinción entre ensayos clínicos y estudios observacionales se realiza según la definición regulatoria de ensayo clínico contenida en el Reglamento de Ensayos Clínicos y en esta Directiva, la misma que necesariamente corresponde a la definición metodológica. Los estudios que no cumplan la definición regulatoria de ensayo clínico serán considerados como estudios observacionales;

Que, en el numeral 2.1.1. de la Directiva N° 003-IETSI-ESSALUD-2019 V.01, se establece que, los estudios observacionales se desarrollan mediante las siguientes modalidades: INSTITUCIONAL, EXTRA INSTITUCIONAL, COLABORATIVA Y TESIS DE PREGRADO;



Que, en el numeral 2.2.1 de la Directiva N° 003-IETSI-ESSALUD-2019 V.01, se establece el proceso de aprobación de los estudios observacionales y la presentación de los documentos por parte del Investigador principal (IP) o el coinvestigador responsable ante la Instancia Encargada del Área de Investigación (IEAI);

Que, en el numeral 2.2.2 de la Directiva N° 003-IETSI-ESSALUD-2019 V.01, se establece que, la IEAI recibe el expediente y verifica el cumplimiento de los requisitos. Luego, envía el expediente al Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) en un plazo que no exceda de tres días útiles;

Que, en el numeral 2.2.5 de la Directiva N° 003-IETSI-ESSALUD-2019 V.01, se establece que, una vez aprobado el protocolo por el CIEI, la Gerencia evalúa el expediente y emite una carta dirigida al investigador con su decisión de autorizar o no el inicio del estudio en un plazo no mayor a catorce días calendario. La IEAI comunica la decisión al Comité y al IP haciéndole llegar la carta o certificado de aprobación del comité y de la gerencia. El Gerente del Órgano puede delegar esta función de autorización de estudios observacionales a otra instancia que considere conveniente, por ejemplo, a la IEAI o al director del establecimiento;

Que, mediante Resolución de Gerencia de Red Asistencial Cusco N° 305-GRACU-ESSALUD-2020 de fecha 21 de setiembre del 2020 y su modificatoria con Resolución N° 329-GRACU-ESSALUD-2020 de fecha 08 de octubre del 2020, se resuelve, conformar, a partir de la fecha y por el periodo de tres (03) años, el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la Gerencia de Red Asistencial Cusco del Seguro Social de Salud "ESSALUD";

..//

www.essalud.gob.pe

Av. Anselmo Álvarez s/n
Wanchaq
Cusco, Perú
Tel.: 084-582890 y 084-228428



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

II..2

RESOLUCION DE GERENCIA RED ASISTENCIAL CUSCO N° 198 -GRACU-ESSALUD-2023

Que, mediante documento del visto, la Oficina de Capacitación, Investigación y Docencia, en uso de sus atribuciones ha verificado el cumplimiento de los requisitos para la autorización de la ejecución del Proyecto de Investigación con el Título: "ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL NACIONAL ADOLFO GUEVARA VELASCO - ESSALUD CUSCO - 2023", presentado por la Bachiller MIRIAM PEÑA CARMONA, para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería en la Universidad Andina del Cusco, solicitando a la Gerencia de Red Asistencial de EsSalud Cusco la emisión de la resolución de autorización de ejecución de dicho proyecto de investigación;

Que, el proyecto de investigación en mención, entre otros, cuenta con la aprobación del Comité de Ética en Investigación con Nota N° 23-CE-GRACU-ESSALUD-2023 de fecha 17 de abril del año 2023; asimismo, cuenta con la opinión favorable de la sede donde se realizará la investigación según Anexo 6 suscrito por el jefe del Servicio de Anestesiología y Centro Quirúrgico del Hospital Nacional "Adolfo Guevara Velasco" de la Gerencia de Red Asistencial de EsSalud Cusco Doctor Edgar Chávez Acero;

Que, por los considerandos expuestos, es procedente adoptar las acciones administrativas respectivas para autorizar la ejecución del proyecto de investigación aludido en el Servicio de Enfermería Centro Quirúrgico y Esterilización del Departamento de Enfermería del Hospital Nacional "Adolfo Guevara Velasco" de la Gerencia de Red Asistencial de EsSalud Cusco;

En uso de las facultades conferidas mediante Directiva N° 003-IETSI-ESSALUD-2019 V.01 y Resolución de Presidencia Ejecutiva N° 313-PE-ESSALUD-2023;

SE RESUELVE:

PRIMERO.- AUTORIZAR la ejecución del Proyecto de Investigación con el Título: "ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS(AS) QUE LABORAN EN CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL NACIONAL ADOLFO GUEVARA VELASCO - ESSALUD CUSCO - 2023", presentado por la Bachiller MIRIAM PEÑA CARMONA, a realizarse en el Servicio de Enfermería Centro Quirúrgico y Esterilización del Departamento de Enfermería del Hospital Nacional "Adolfo Guevara Velasco" de la Gerencia de Red Asistencial de EsSalud Cusco.

SEGUNDO.- DISPONER que la investigadora principal MIRIAM PEÑA CARMONA prosiga con todas las acciones vinculadas con el tema de investigación, las cuales deberán ajustarse al cumplimiento de las normas y directivas de la institución establecidas para tal fin.

TERCERO.- DISPONER que las instancias respectivas brinden las facilidades del caso para la ejecución del Proyecto de Investigación autorizado con la presente Resolución.

REGÍSTRESE Y COMUNÍQUESE.

DRA. FANNY FIGUEROA DELGADO
C.M.P. 38865 R.N.E. 17577
RED ASISTENCIAL CUSCO
GERENTE

FFD/acc.
Cc. DHNAGV, OCID, CE, INVESTIGADORA PRINCIPAL, ARCH.

1307	2023	1619
------	------	------

www.essalud.gob.pe

Av. Anselmo Álvarez s/n
Wanchaq
Cusco, Perú
Tel.: 084-582890 y 084-228428



INSTRUMENTO APLICADO

**UNIVERSIDAD ANDINA DE CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Estoy de acuerdo en participar en la encuesta sobre el tema de investigación "Estilos de vida y condiciones laborales en Enfermeros (as) que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco - 2023", Confirmando que se me ha explicado minuciosamente los objetivos y procedimientos del estudio y mi incorporación será voluntaria. Por tanto, al firmar este documento autorizo me incluyan en esta investigación.

Firma del participante

|



①

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

ENCUESTA SOBRE ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERMEROS (AS) QUE LABORAN EN EL CENTRO QUIRÚRGICO.

Estimada (o) Licenciada (o)

A continuación, se le presentará una serie de preguntas para lo cual solicito su colaboración, recalcando que la encuesta es de carácter anónimo y guarda confidencialidad, la finalidad de esta encuesta es determinar los estilos de vida y condiciones laborales en enfermeros que laboran en Centro Quirúrgico del Hospital Adolfo Guevara Velazco- EsSalud Cusco- 2023. Solicitando que conteste los siguientes enunciados con sinceridad agradezco de antemano su colaboración.

DATOS GENERALES

1. Edad:

- a) Menor que 40 años
- b) De 41 a 64 años
- c) De 65 a más

2. Sexo:

- a) Femenino
- b) Masculino

3. Estado civil

- a) Soltera (o)
- b) Casada (o)
- c) Conviviente
- d) Viuda (o)
- e) Divorciada (o)

4. Número de hijos

- a) No tiene
- b) 1 hijo
- c) 2 hijos
- d) De 3 a más hijos

5. Condiciones Laborales

- a) Contrato Administrativo de Servicios (CAS)
- b) Plazo Indeterminado 728
- c) Nombrados

6. Tiempo de servicio en el área

- a) Menor a 1 año
- b) 1 a 4 años
- c) 5 a 10 años
- d) Mayor de 10 años

ESTILOS DE VIDA

Instrucciones:

- a) En este cuestionario se pregunta sobre el modo en que vive en relación con sus hábitos personales actuales.
- b) No hay respuesta correcta o incorrecta, solo es su forma de vivir. Favor de no dejar preguntas sin responder.
- c) Marca con una X el número que corresponda a la respuesta que refleje mejor su forma de vivir.



- Nunca=1
- A veces= 2
- Frecuentemente= 3
- Rutinariamente=4

N	PREGUNTAS	NUNCA	A VECES	FRECUENTEMENTE	SIEMPRE
1	Toma algún alimento al levantarte por las mañanas		✓		
2	Consulta al médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud			✓	
3	Se quiere a sí misma (o)			✓	
4	Realiza ejercicios para relajar sus músculos al menos 3 veces al día o por semana		2		
5	Selecciona comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven su presión arterial).		✓		
6	Toma tiempo cada día para relajarse.			✓	
7	Conoce el nivel de colesterol en su sangre (miligramos en sangre)			✓	
8	Es entusiasta y optimista con referencia a su vida			✓	
9	Cree que está creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas		✓		
10	Discute con personas cercanas sus preocupaciones y problemas personales	✓			
11	Es consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en su vida.			✓	
12	Se sientes feliz y contento(a)			✓	
13	Realiza ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana			✓	
14	Come tres comidas al día			✓	
15	Lee revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud			✓	
16	Es consciente de sus capacidades y debilidades personales			✓	
17	Trabaja en apoyo de metas a largo plazo en su vida			✓	
18	Elogia fácilmente a otras personas por sus éxitos			✓	
19	Lee las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).			✓	
20	Le pregunta a otro médico o busca otra opción cuando no está de acuerdo con lo que el suyo le recomienda para cuidar tu salud.			✓	
21	Mira hacia el futuro			✓	
22	Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.		✓		
23	Es consciente de lo que te importa en la vida			✓	



24	Le gusta expresar y que le expresen cariño personas cercanas a usted			✓	
25	Mantiene relaciones interpersonales que le dan satisfacción			✓	
26	Incluye en su dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)			✓	
27	Pasa de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación			✓	
28	Discute con profesionales calificados sus inquietudes respecto al cuidado de su salud.	✓			
29	Respeta sus propios éxitos			✓	
30	Controla su pulso durante el ejercicio físico		✓		
31	Pasa tiempo con amigos cercanos				✓
32	Controla su presión arterial y sabe el resultado		✓		
33	Asiste a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vive			✓	
34	Ve cada día como interesante y desafiante			✓	
35	Planea o escoge comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).			✓	
36	Relaja conscientemente sus músculos antes de dormir		✓		
37	Encuentra agradable y satisfecho el ambiente de su vida				✓
38	Realiza actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar, fútbol, ciclismo				✓
39	Expresa fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros				✓
40	Te concentra en pensamientos agradables a la hora de dormir				✓
41	Pides información a los profesionales para cuidar de su salud			✓	
42	Encuentra maneras positivas para expresar sus sentimientos			✓	
43	Observa al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro			✓	
44	Eres realista en las metas que se propone				✓
45	Usa métodos específicos para controlar la tensión (nervios)			✓	
46	Asistes a programas educativos sobre el cuidado de su salud personal		✓		
47	Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)				✓
48	Creer que su vida tiene un propósito				✓



CONDICIONES LABORALES

Marque con una "X" aquella casilla que represente mejor su parecer sobre los distintos aspectos del ámbito de su trabajo atendiendo a como Ud. se sienta respecto a ello.

- 1.- Totalmente desacuerdo
- 2.- En desacuerdo
- 3.- Ni en acuerdo ni desacuerdo
- 4.- De acuerdo
- 5.- Totalmente de acuerdo

N	PREGUNTAS	CALIFICACIÓN				
		1	2	3	4	5
CONDICIÓN FÍSICA						
1	En mi trabajo cuento con servicios básicos					<input checked="" type="checkbox"/>
2	Existe suficiente equipo para realizar mis actividades diarias					<input checked="" type="checkbox"/>
3	Mi trabajo se desarrolla frecuentemente en condiciones de presión de tiempo				<input checked="" type="checkbox"/>	
4	Mis actividades diarias requieren de trabajar continuamente en una postura forzada				<input checked="" type="checkbox"/>	
5	Considero que tengo sobrecarga de trabajo				<input checked="" type="checkbox"/>	
CONDICIÓN PSICOLÓGICA						
6	Tengo oportunidad de elegir mis días de descanso			<input checked="" type="checkbox"/>		
7	Tengo motivación en mi área laboral			<input checked="" type="checkbox"/>		
8	Tengo autonomía en mis decisiones profesionales			<input checked="" type="checkbox"/>		



9	He recibido cursos sobre prevención de riesgo laboral en mi área de trabajo					<input checked="" type="checkbox"/>
10	Mis actividades diarias me estimulan a realizar mi compromiso laboral					<input checked="" type="checkbox"/>
11	Existe monotonía en mis actividades diarias				<input checked="" type="checkbox"/>	
CONDICIÓN SOCIAL						
12	Considero que existen relaciones autoritarias en mi trabajo.				<input checked="" type="checkbox"/>	
13	Tengo participación en las decisiones organizacionales de mi institución.				<input checked="" type="checkbox"/>	
14	Me identifico con los cambios propuestos por mis compañeros.				<input checked="" type="checkbox"/>	
15	Existe respeto entre mis compañeros				<input checked="" type="checkbox"/>	

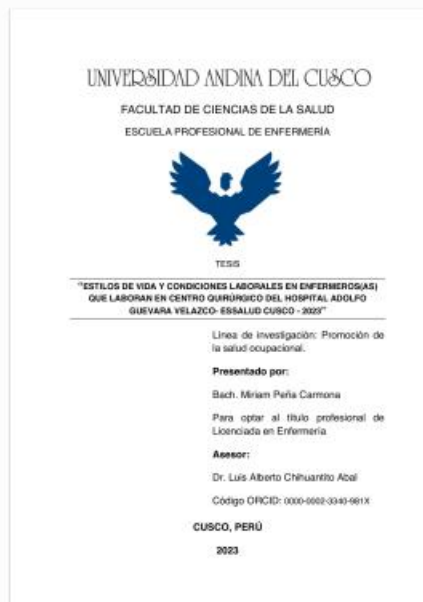


Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Miriam Peña Carmona
Título del ejercicio: Tesis
Título de la entrega: "ESTILOS DE VIDA Y CONDICIONES LABORALES EN ENFERME...
Nombre del archivo: 13-06-2023_TESIS_Miriam_Pe_a.docx
Tamaño del archivo: 5.29M
Total páginas: 124
Total de palabras: 24,981
Total de caracteres: 142,075
Fecha de entrega: 15-jun.-2023 05:33p. m. (UTC-0500)
Identificador de la entre... 2116892805



Derechos de autor 2023 Turnitin. Todos los derechos reservados.



P1. Toma algún alimento al levantarte por las mañanas

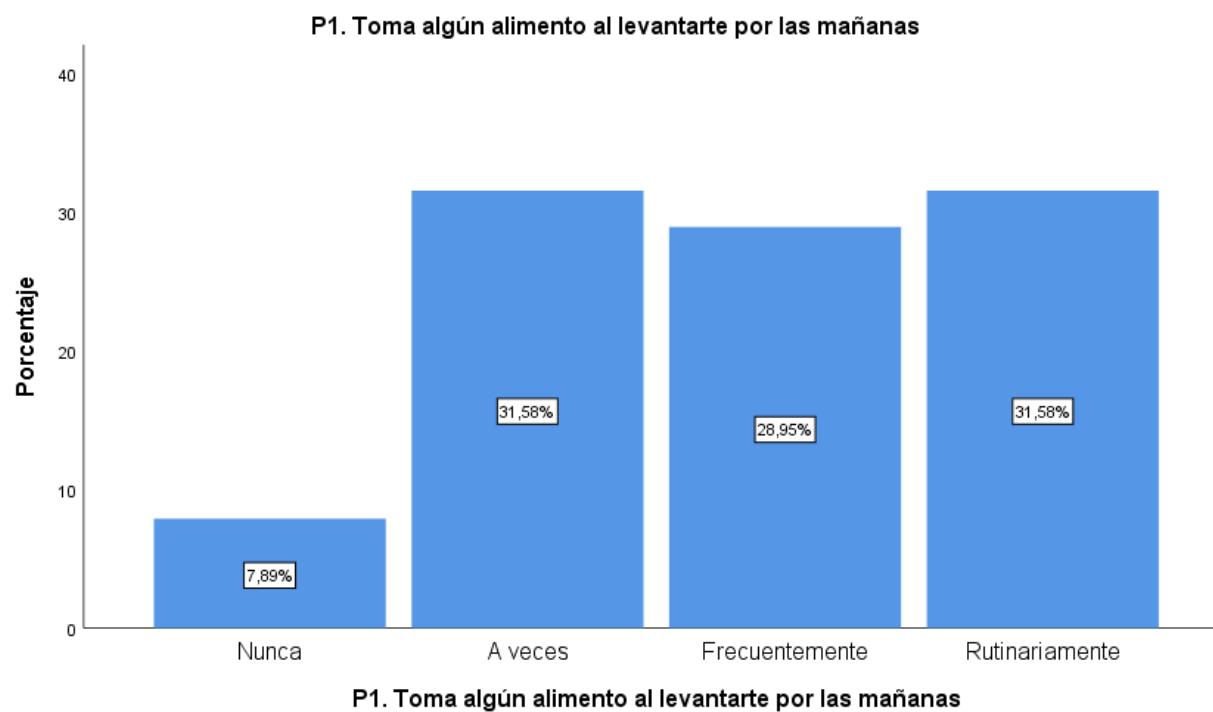
Estadísticos

P1. Toma algún alimento al levantarte por las mañanas

N	Válido	38
	Perdidos	0

P1. Toma algún alimento al levantarte por las mañanas

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	3	7,9	7,9	7,9
	A veces	12	31,6	31,6	39,5
	Frecuentemente	11	28,9	28,9	68,4
	Rutinariamente	12	31,6	31,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P2. Consulta al médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud

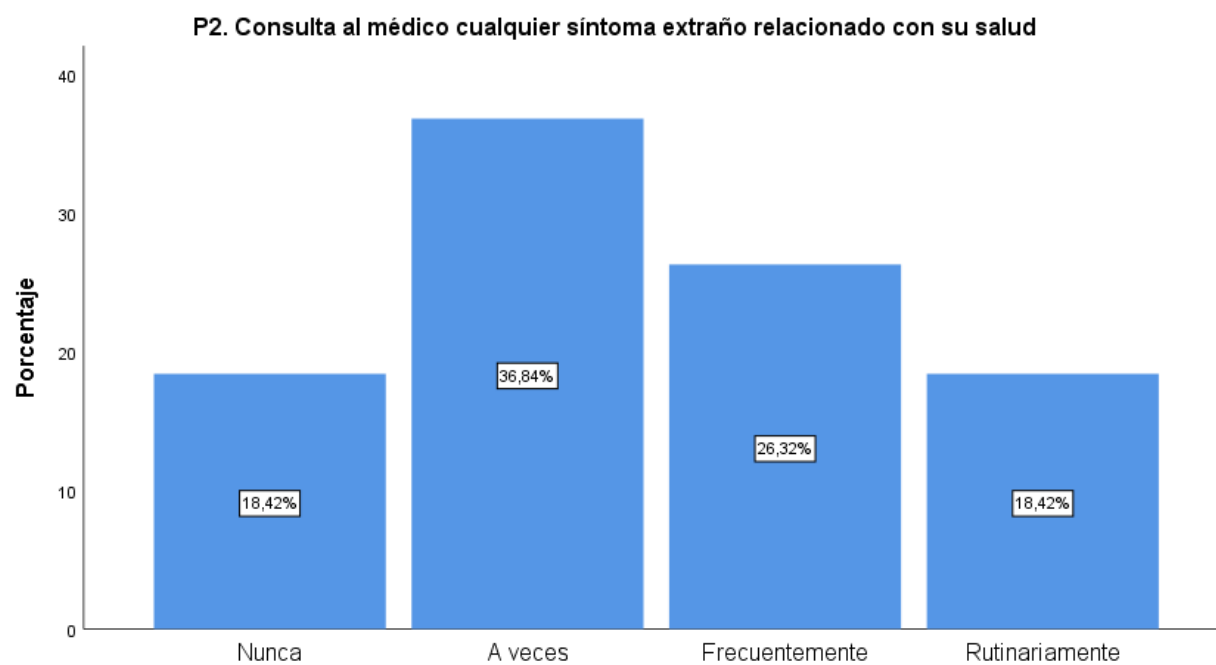
Estadísticos

P2. Consulta al médico
cualquier síntoma extraño
relacionado con su salud

N	Válido	38
	Perdidos	0

P2. Consulta al médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	7	18,4	18,4	18,4
	A veces	14	36,8	36,8	55,3
	Frecuentemente	10	26,3	26,3	81,6
	Rutinariamente	7	18,4	18,4	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P2. Consulta al médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud



P3. Se quiere a sí misma (o)

Estadísticos

P3. Se quiere a sí misma (o)

N	Válido	38
	Perdidos	0

P3. Se quiere a sí misma (o)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	14	36,8	36,8	36,8
	Frecuentemente	11	28,9	28,9	65,8
	Rutinariamente	13	34,2	34,2	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P4. Realiza ejercicios para relajar sus músculos al menos 3 veces al día o por semana

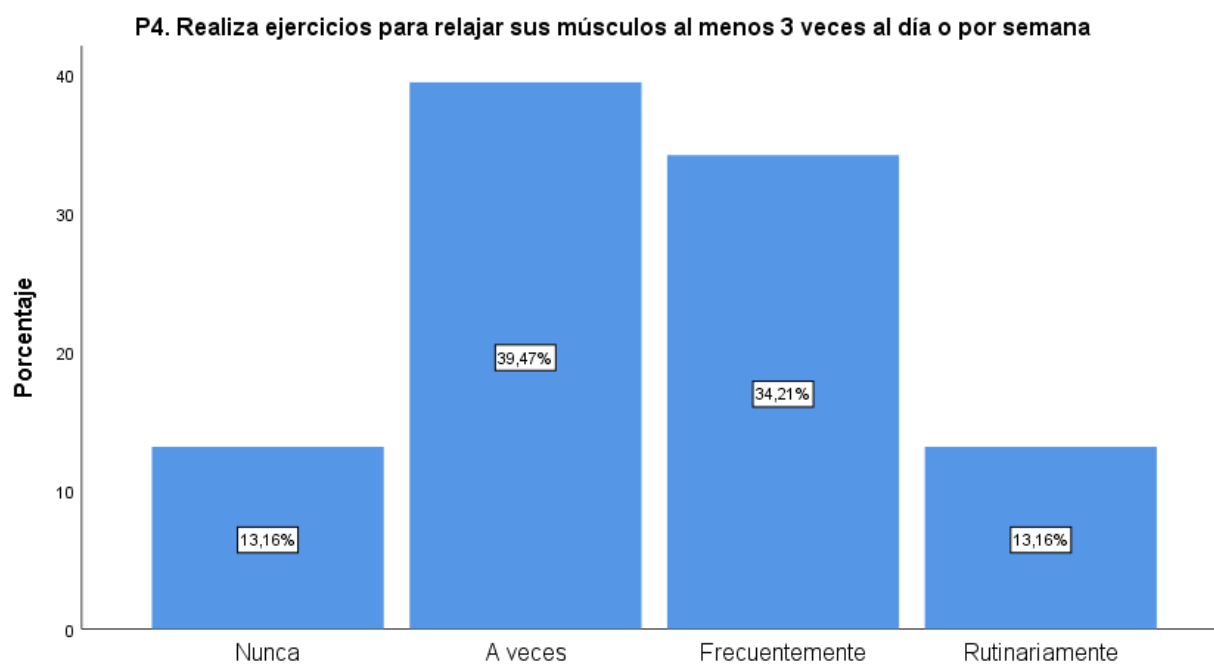
Estadísticos

P4. Realiza ejercicios para relajar sus músculos al menos 3 veces al día o por semana

N	Válido	38
	Perdidos	0

P4. Realiza ejercicios para relajar sus músculos al menos 3 veces al día o por semana

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	5	13,2	13,2	13,2
	A veces	15	39,5	39,5	52,6
	Frecuentemente	13	34,2	34,2	86,8
	Rutinariamente	5	13,2	13,2	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P4. Realiza ejercicios para relajar sus músculos al menos 3 veces al día o por semana



P5. Selecciona comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven su presión arterial).

Estadísticos

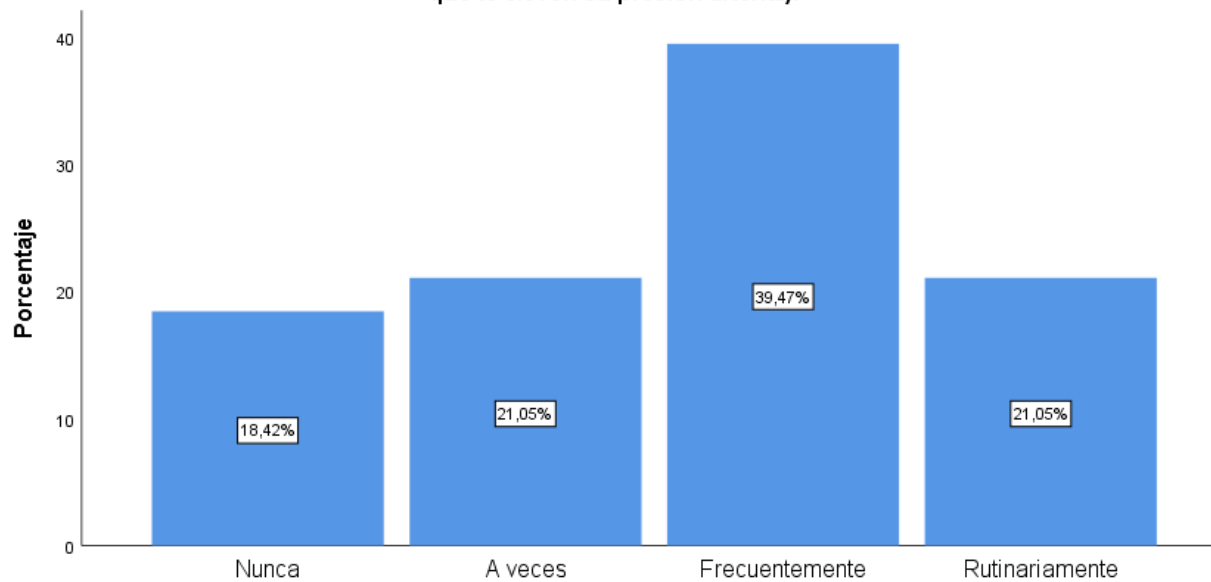
P5. Selecciona comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven su presión arterial).

N	Válido	38
	Perdidos	0

P5. Selecciona comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven su presión arterial).

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	7	18,4	18,4	18,4
	A veces	8	21,1	21,1	39,5
	Frecuentemente	15	39,5	39,5	78,9
	Rutinariamente	8	21,1	21,1	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P5. Selecciona comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven su presión arterial).



P5. Selecciona comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven su presión arterial).



P6. Toma tiempo cada día para relajarse.

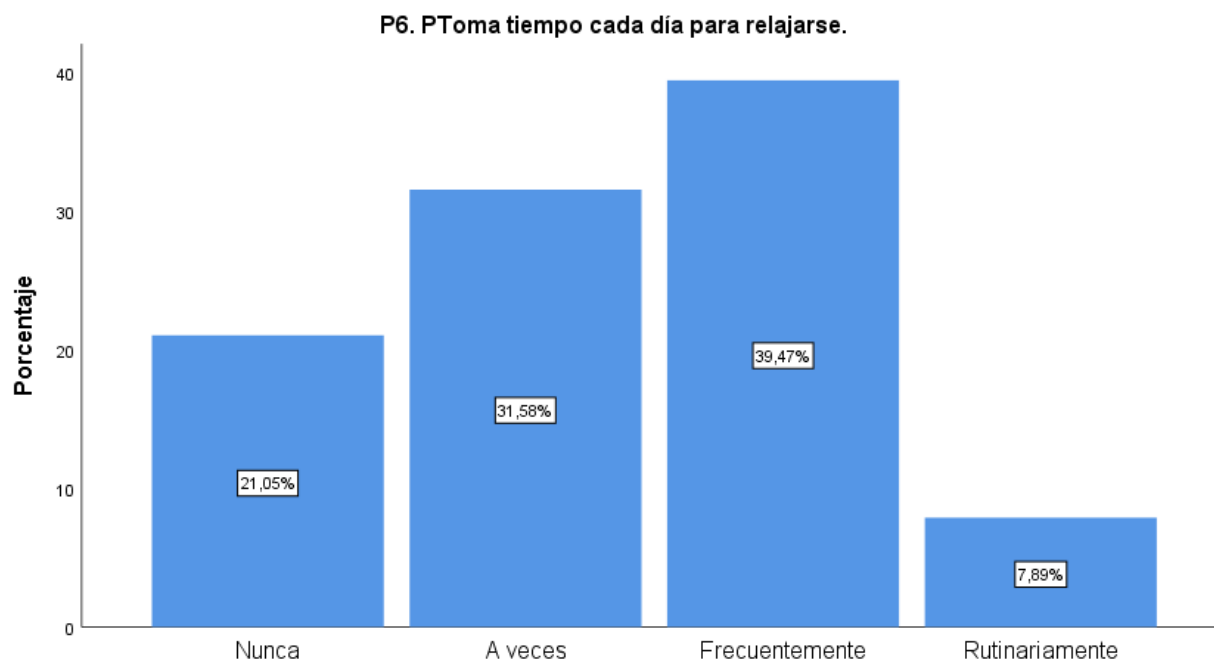
Estadísticos

P6. Toma tiempo cada día para relajarse.

N	Válido	38
	Perdidos	0

P6. Toma tiempo cada día para relajarse.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	8	21,1	21,1	21,1
	A veces	12	31,6	31,6	52,6
	Frecuentemente	15	39,5	39,5	92,1
	Rutinariamente	3	7,9	7,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P6. PToma tiempo cada día para relajarse.



P7. Conoce el nivel de colesterol en su sangre (miligramos en sangre)

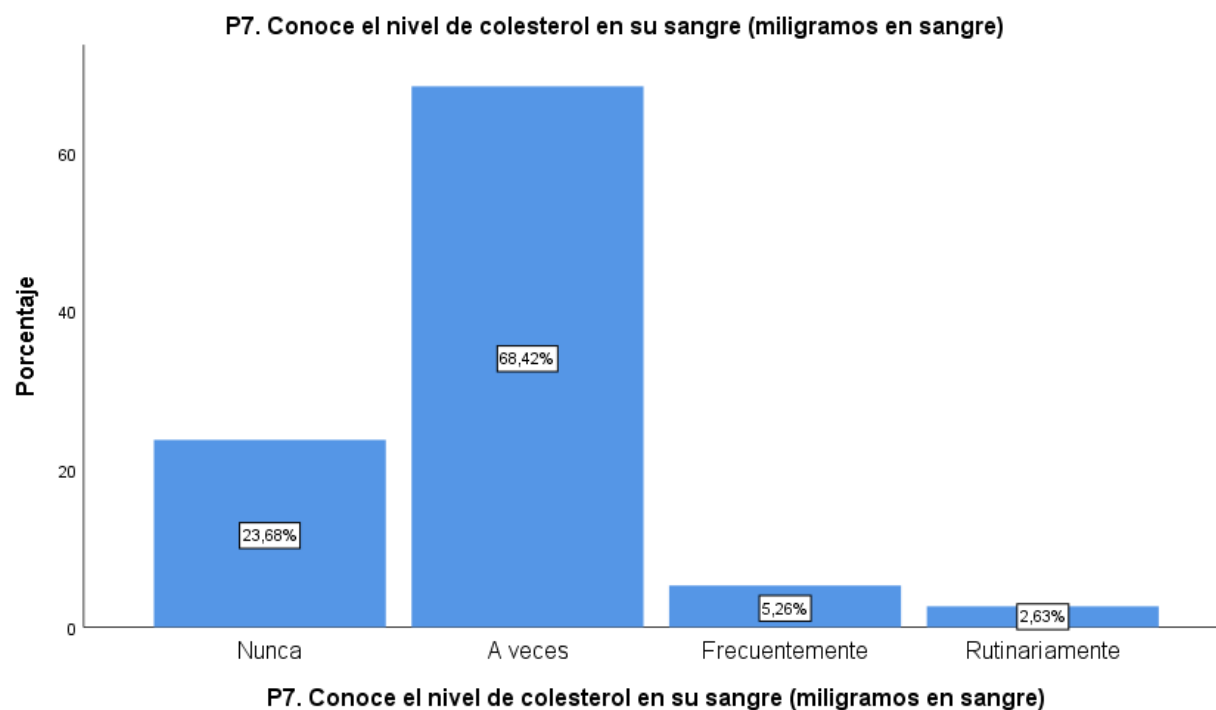
Estadísticos

P7. Conoce el nivel de
colesterol en su sangre
(miligramos en sangre)

N	Válido	38
	Perdidos	0

P7. Conoce el nivel de colesterol en su sangre (miligramos en sangre)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	9	23,7	23,7	23,7
	A veces	26	68,4	68,4	92,1
	Frecuentemente	2	5,3	5,3	97,4
	Rutinariamente	1	2,6	2,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P8. Es entusiasta y optimista con referencia a su vida

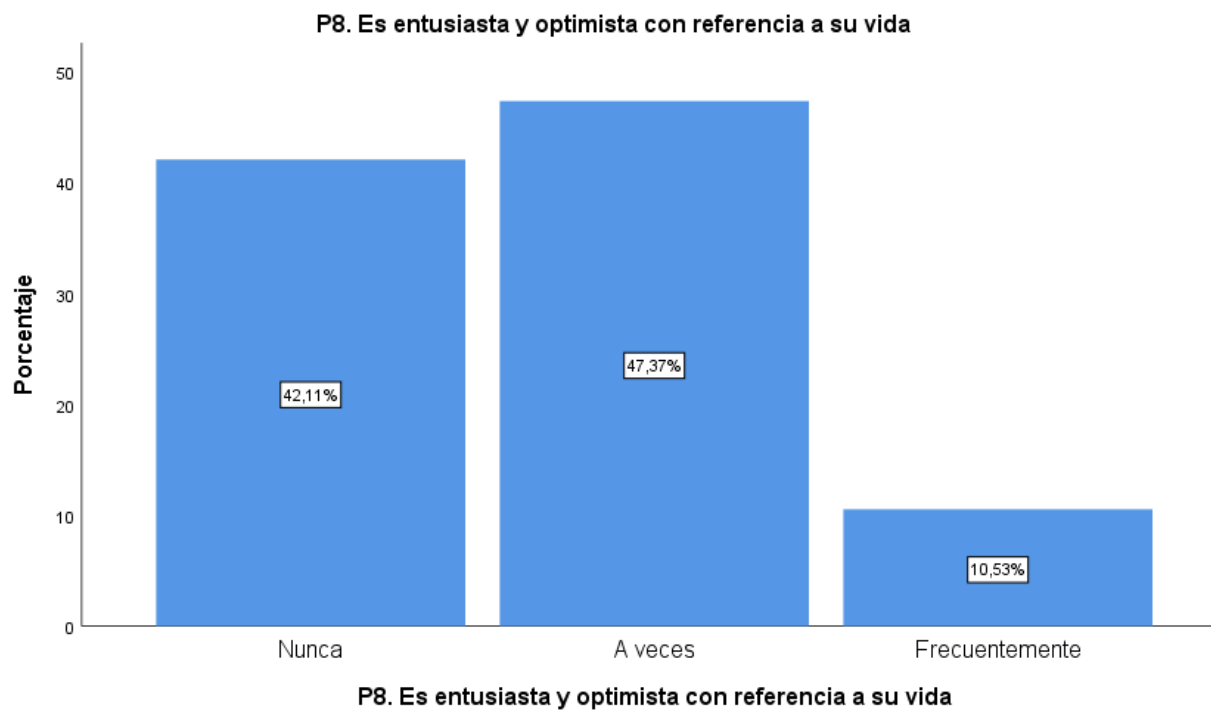
Estadísticos

P8. Es entusiasta y optimista
con referencia a su vida

N	Válido	38
	Perdidos	0

P8. Es entusiasta y optimista con referencia a su vida

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	16	42,1	42,1	42,1
	A veces	18	47,4	47,4	89,5
	Frecuentemente	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P9. Cree que está creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas

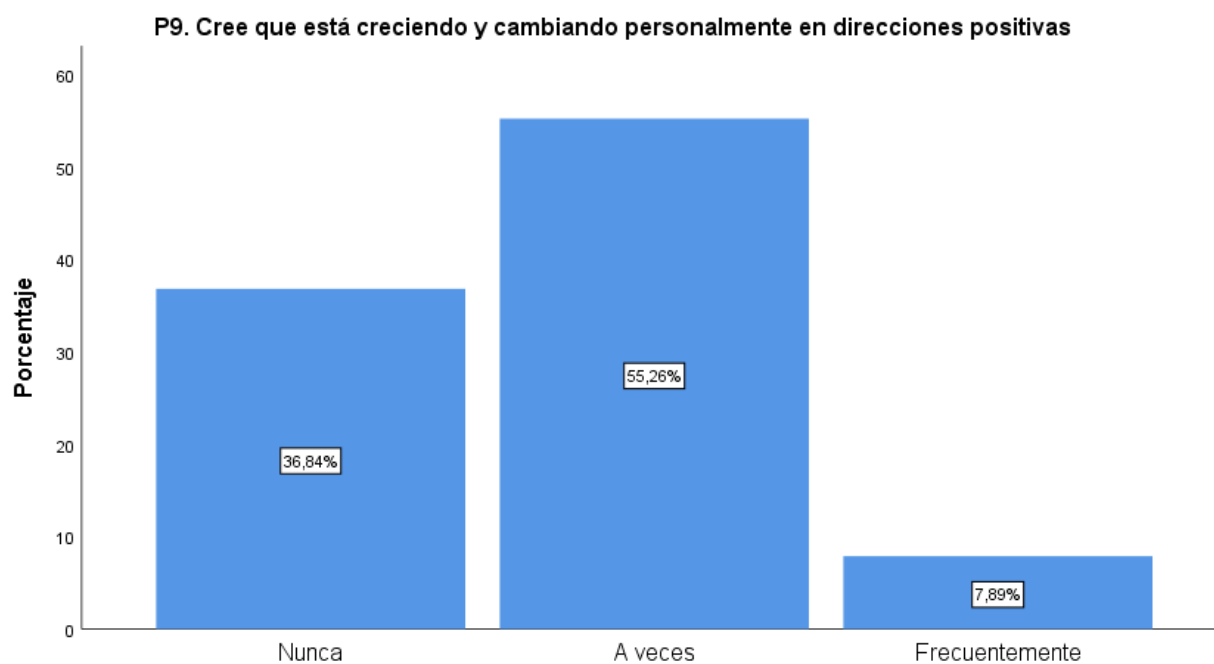
Estadísticos

P9. Cree que está creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas

N	Válido	38
	Perdidos	0

P9. Cree que está creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	14	36,8	36,8	36,8
	A veces	21	55,3	55,3	92,1
	Frecuentemente	3	7,9	7,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P9. Cree que está creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas



P10. Discute con personas cercanas sus preocupaciones y problemas personales

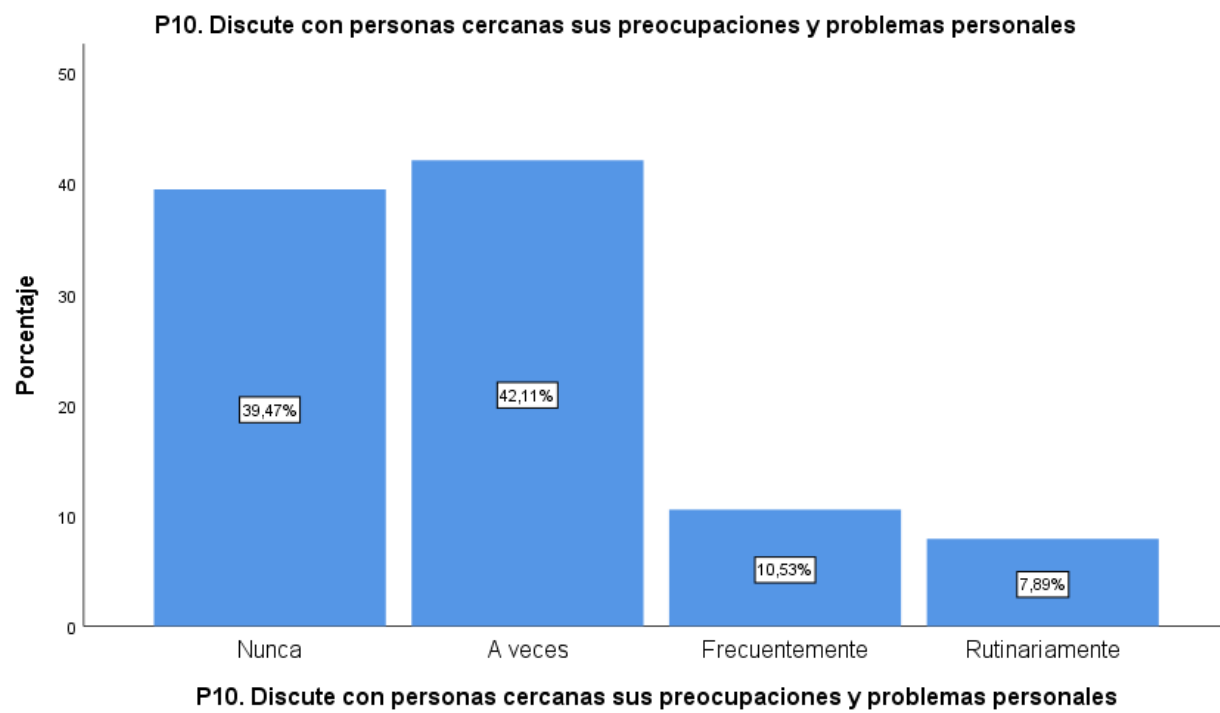
Estadísticos

P10. Discute con personas cercanas sus preocupaciones y problemas personales

N	Válido	38
	Perdidos	0

P10. Discute con personas cercanas sus preocupaciones y problemas personales

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	15	39,5	39,5	39,5
	A veces	16	42,1	42,1	81,6
	Frecuentemente	4	10,5	10,5	92,1
	Rutinariamente	3	7,9	7,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P11. Es consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en su vida.

Estadísticos

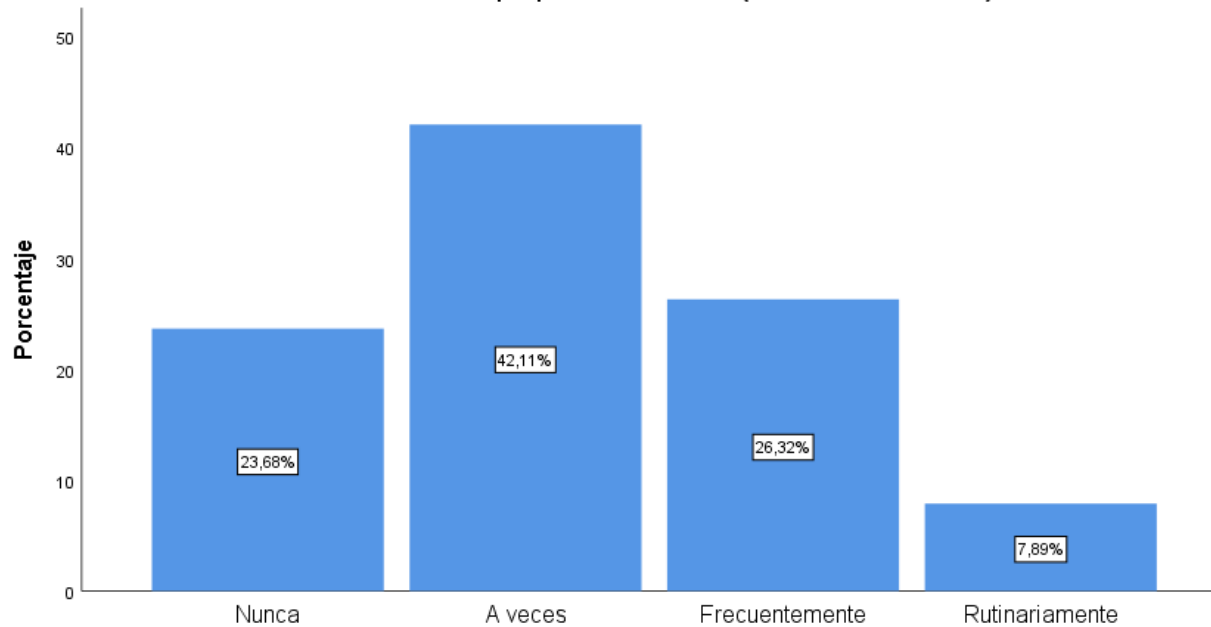
P11. Es consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en su vida.

N	Válido	38
	Perdidos	0

P11. Es consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en su vida.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	9	23,7	23,7	23,7
	A veces	16	42,1	42,1	65,8
	Frecuentemente	10	26,3	26,3	92,1
	Rutinariamente	3	7,9	7,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P11. Es consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en su vida.



P11. Es consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en su vida.



P12. Se sientes feliz y contento(a)

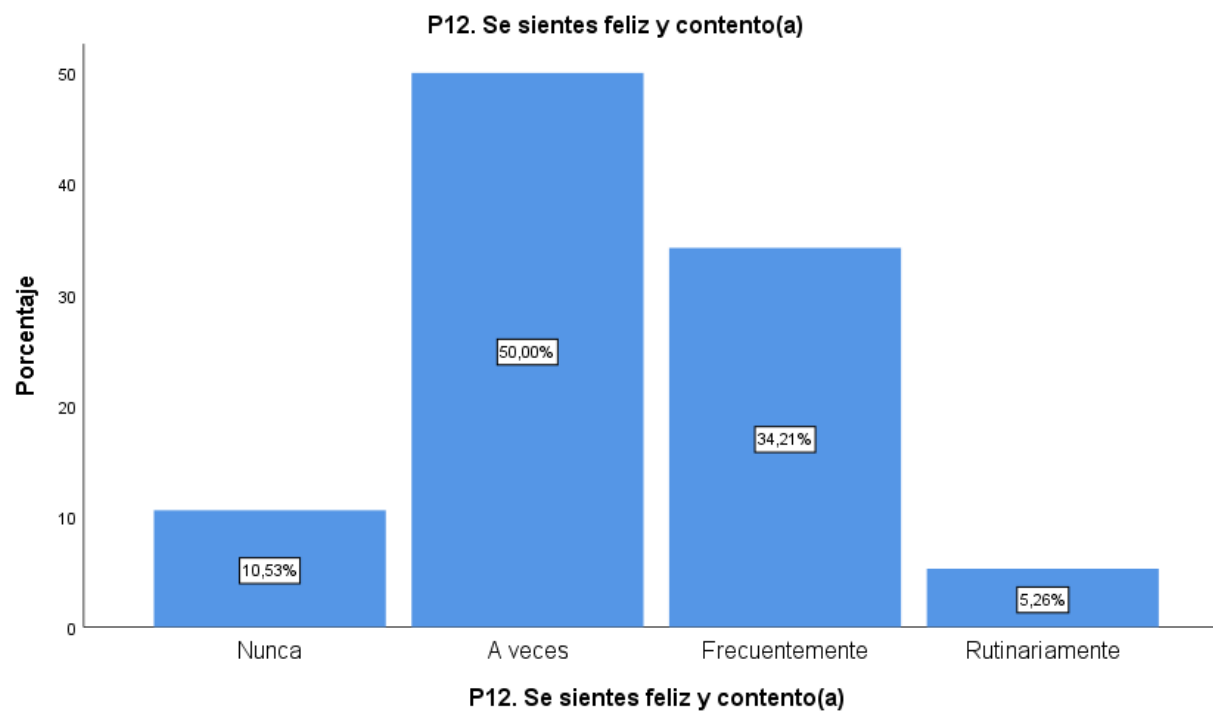
Estadísticos

P12. Se sientes feliz y
contento(a)

N	Válido	38
	Perdidos	0

P12. Se sientes feliz y contento(a)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	4	10,5	10,5	10,5
	A veces	19	50,0	50,0	60,5
	Frecuentemente	13	34,2	34,2	94,7
	Rutinariamente	2	5,3	5,3	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P13. Realiza ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana

Estadísticos

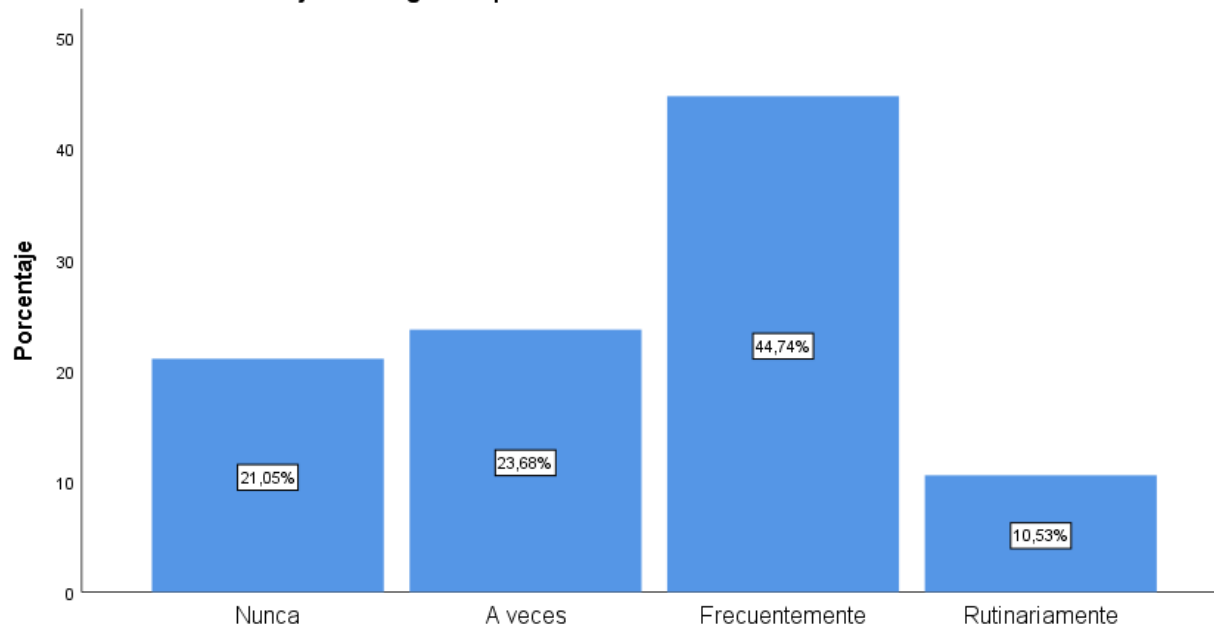
P13. Realiza ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana

N	Válido	38
	Perdidos	0

P13. Realiza ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	8	21,1	21,1	21,1
	A veces	9	23,7	23,7	44,7
	Frecuentemente	17	44,7	44,7	89,5
	Rutinariamente	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P13. Realiza ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana



P13. Realiza ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana



P14. Come tres comidas al día

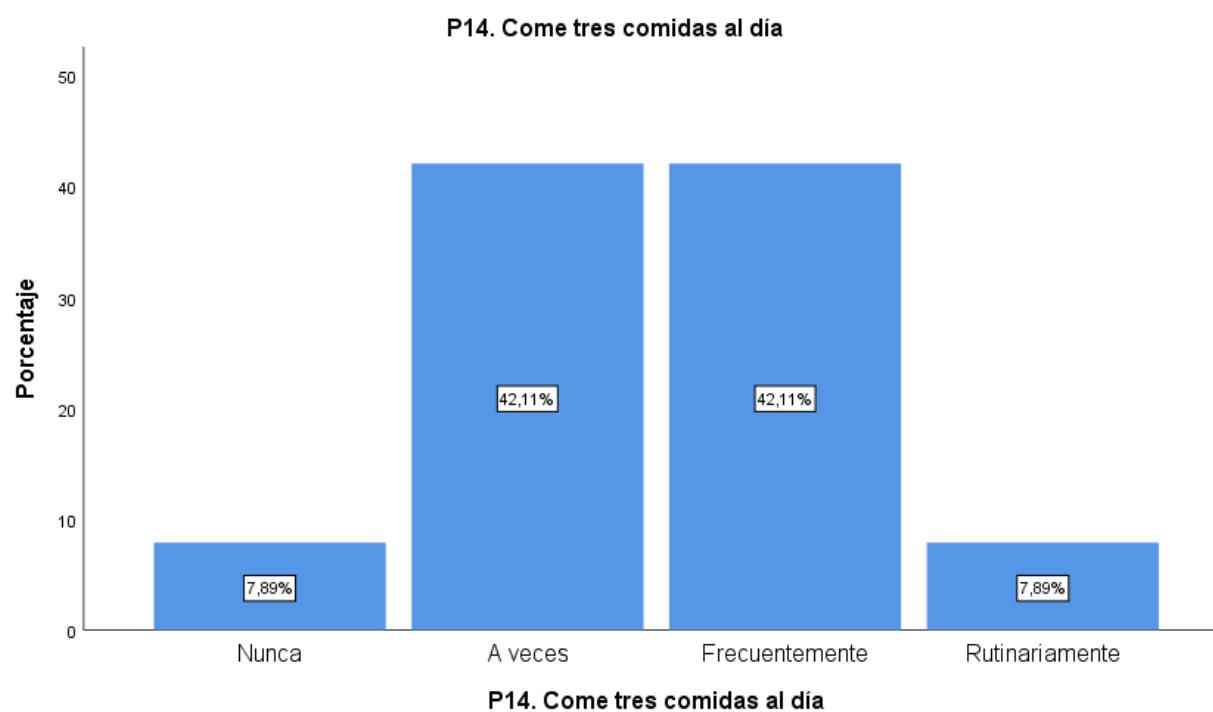
Estadísticos

P14. Come tres comidas al día

N	Válido	38
	Perdidos	0

P14. Come tres comidas al día

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	3	7,9	7,9	7,9
	A veces	16	42,1	42,1	50,0
	Frecuentemente	16	42,1	42,1	92,1
	Rutinariamente	3	7,9	7,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P15. Lee revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud

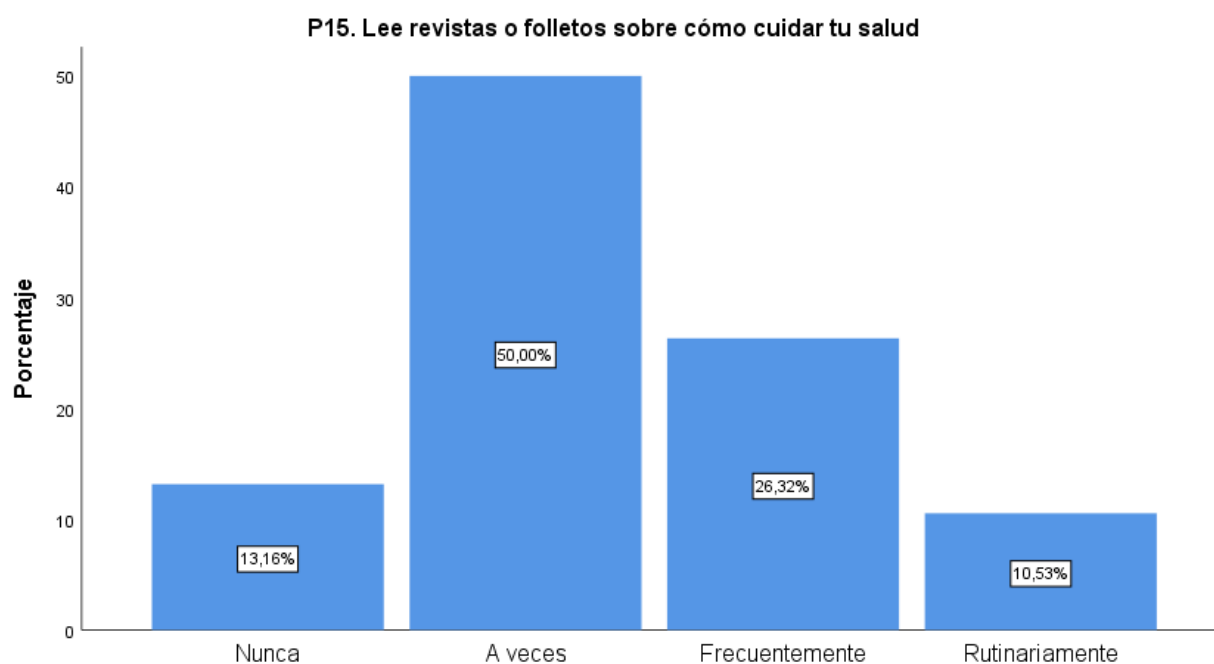
Estadísticos

P15. Lee revistas o folletos
sobre cómo cuidar tu salud

N	Válido	38
	Perdidos	0

P15. Lee revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	5	13,2	13,2	13,2
	A veces	19	50,0	50,0	63,2
	Frecuentemente	10	26,3	26,3	89,5
	Rutinariamente	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P15. Lee revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud



P16. Es consciente de sus capacidades y debilidades personales

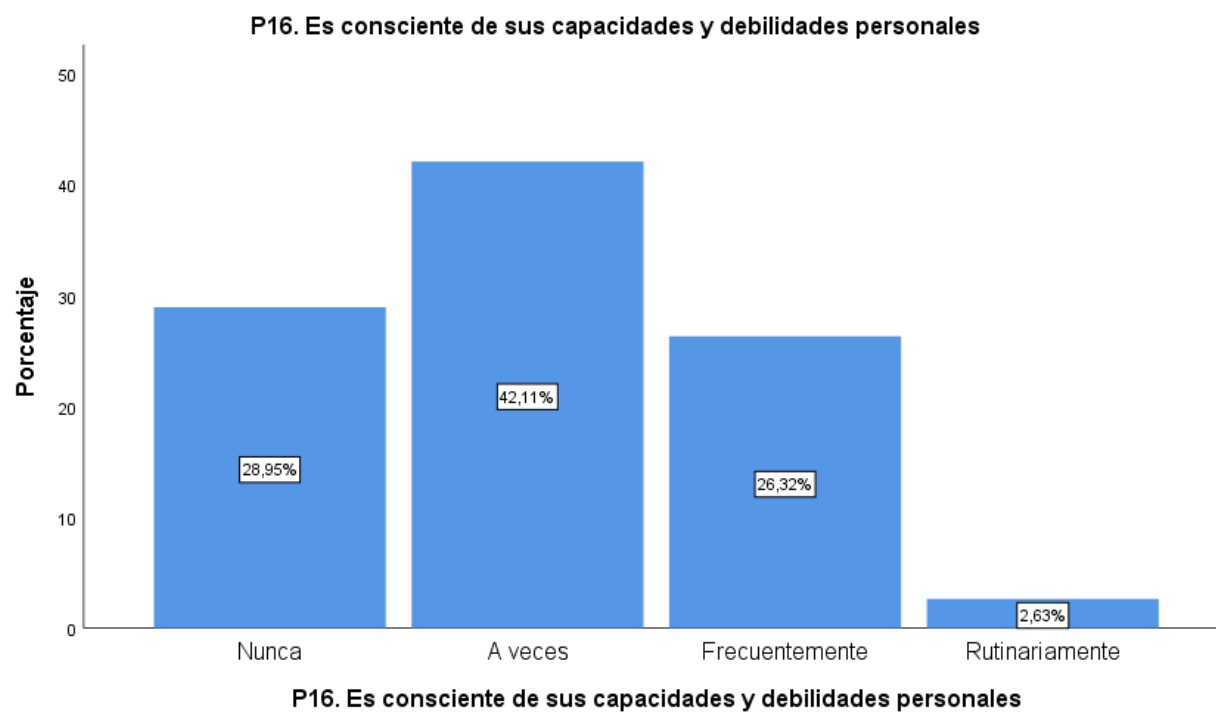
Estadísticos

P16. Es consciente de sus capacidades y debilidades personales

N	Válido	38
	Perdidos	0

P16. Es consciente de sus capacidades y debilidades personales

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	11	28,9	28,9	28,9
	A veces	16	42,1	42,1	71,1
	Frecuentemente	10	26,3	26,3	97,4
	Rutinariamente	1	2,6	2,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P17. Trabaja en apoyo de metas a largo plazo en su vida

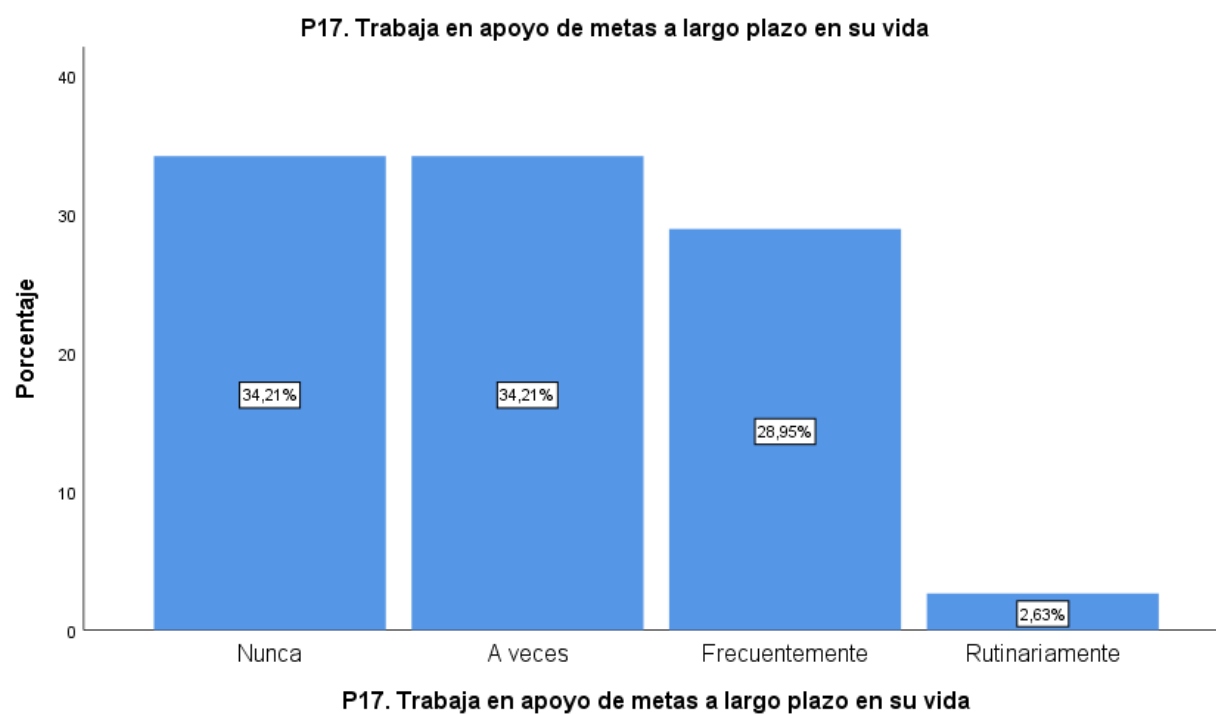
Estadísticos

P17. Trabaja en apoyo de metas a largo plazo en su vida

N	Válido	38
	Perdidos	0

P17. Trabaja en apoyo de metas a largo plazo en su vida

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	13	34,2	34,2	34,2
	A veces	13	34,2	34,2	68,4
	Frecuentemente	11	28,9	28,9	97,4
	Rutinariamente	1	2,6	2,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P18. Elogia fácilmente a otras personas por sus éxitos

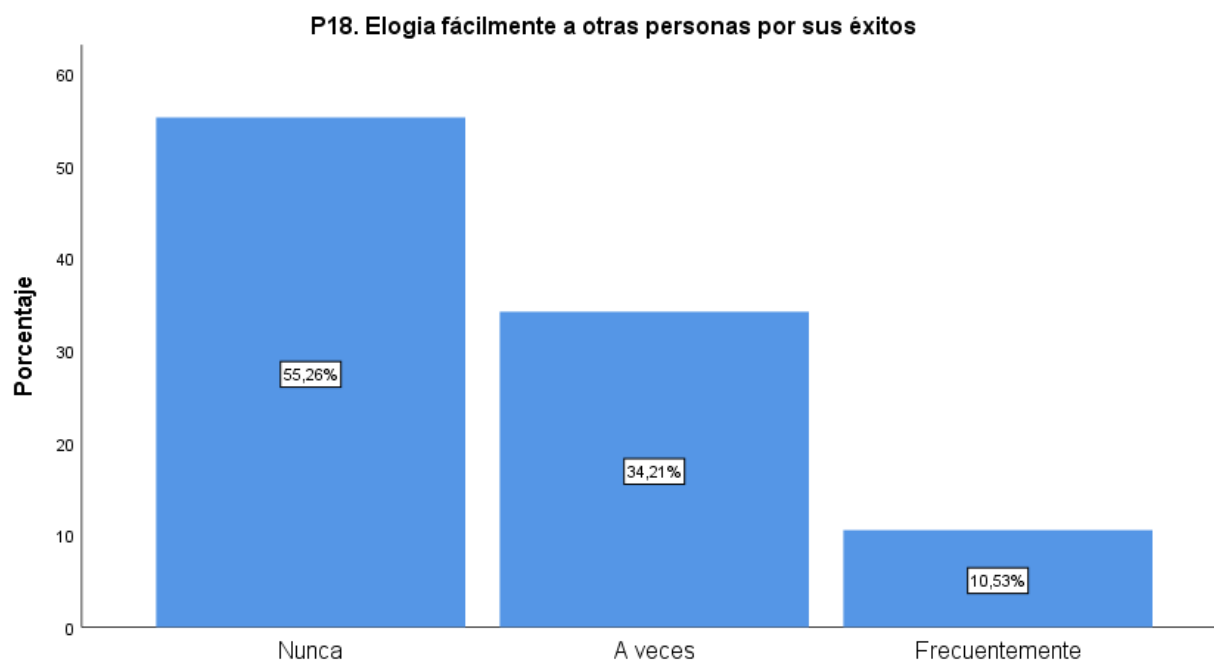
Estadísticos

P18. Elogia fácilmente a otras personas por sus éxitos

N	Válido	38
	Perdidos	0

P18. Elogia fácilmente a otras personas por sus éxitos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	21	55,3	55,3	55,3
	A veces	13	34,2	34,2	89,5
	Frecuentemente	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P18. Elogia fácilmente a otras personas por sus éxitos



P19. Lee las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).

Estadísticos

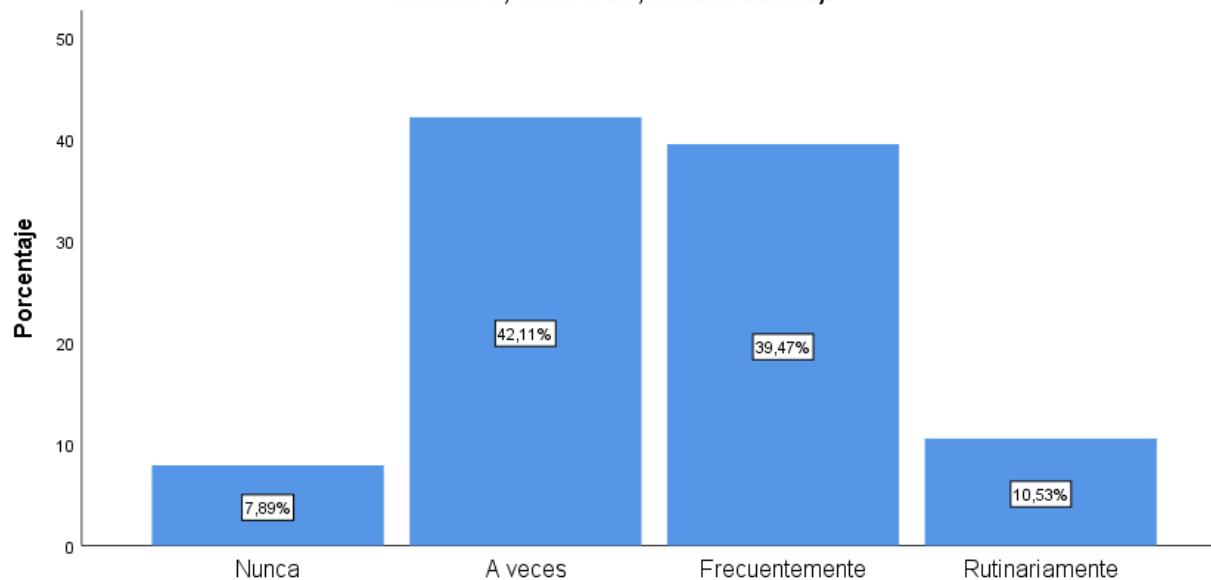
P19. Lee las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).

N	Válido	38
	Perdidos	0

P19. Lee las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	3	7,9	7,9	7,9
	A veces	16	42,1	42,1	50,0
	Frecuentemente	15	39,5	39,5	89,5
	Rutinariamente	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P19. Lee las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).



P19. Lee las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).



P20. Le pregunta a otro médico o busca otra opción cuando no está de acuerdo con lo que el suyo le recomienda para cuidar tu salud.

Estadísticos

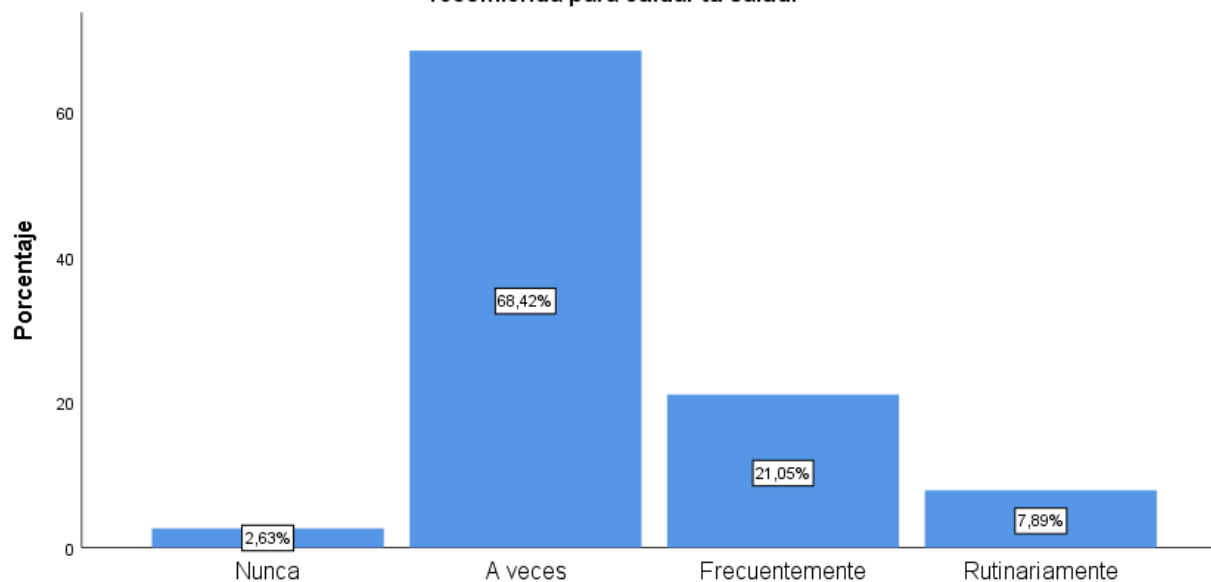
P20. Le pregunta a otro médico o busca otra opción cuando no está de acuerdo con lo que el suyo le recomienda para cuidar tu salud.

N	Válido	38
	Perdidos	0

P20. Le pregunta a otro médico o busca otra opción cuando no está de acuerdo con lo que el suyo le recomienda para cuidar tu salud.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	1	2,6	2,6	2,6
	A veces	26	68,4	68,4	71,1
	Frecuentemente	8	21,1	21,1	92,1
	Rutinariamente	3	7,9	7,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P20. Le pregunta a otro médico o busca otra opción cuando no está de acuerdo con lo que el suyo le recomienda para cuidar tu salud.



P20. Le pregunta a otro médico o busca otra opción cuando no está de acuerdo con lo que el suyo le recomienda para cuidar tu salud.



P21. Mira hacia el futuro

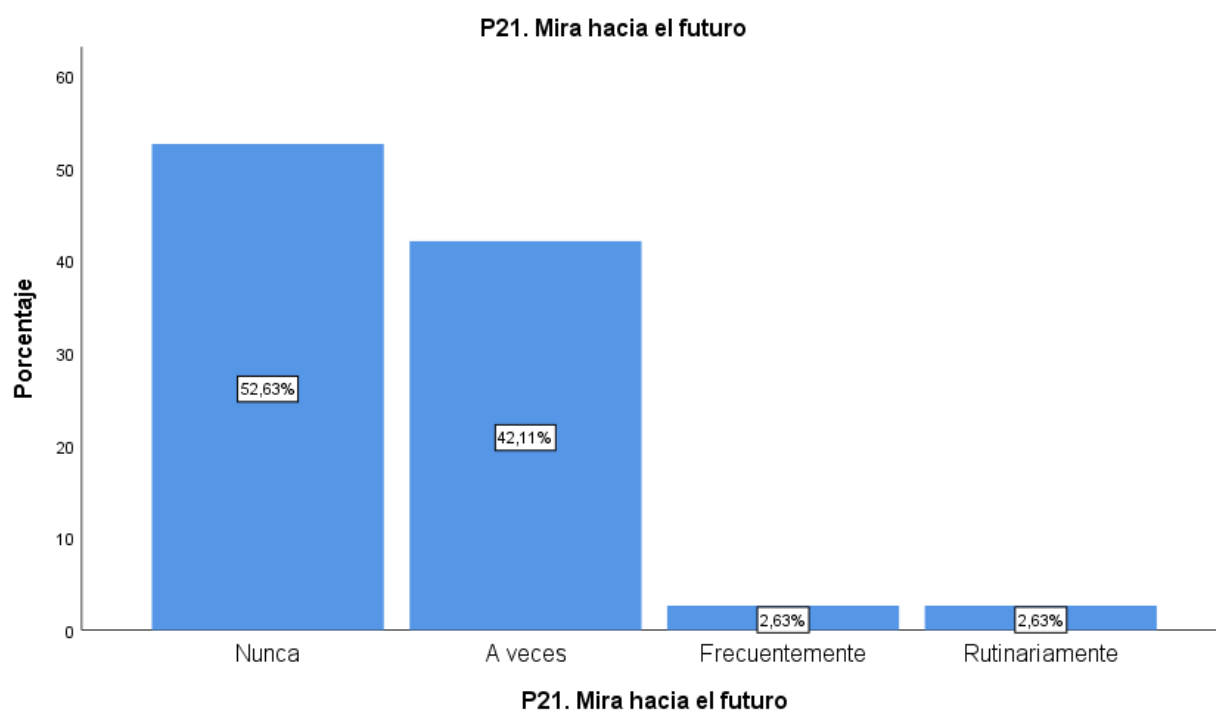
Estadísticos

P21. Mira hacia el futuro

N	Válido	38
	Perdidos	0

P21. Mira hacia el futuro

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	20	52,6	52,6	52,6
	A veces	16	42,1	42,1	94,7
	Frecuentemente	1	2,6	2,6	97,4
	Rutinariamente	1	2,6	2,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P22. Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.

Estadísticos

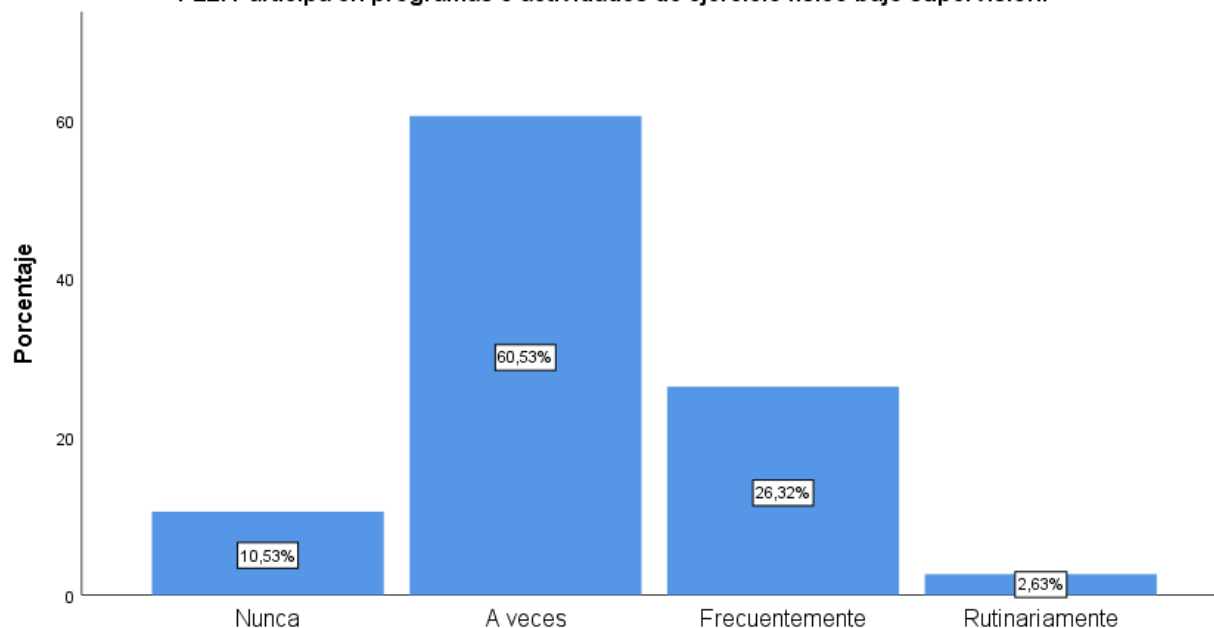
P22. Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.

N	Válido	38
	Perdidos	0

P22. Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	4	10,5	10,5	10,5
	A veces	23	60,5	60,5	71,1
	Frecuentemente	10	26,3	26,3	97,4
	Rutinariamente	1	2,6	2,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P22. Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.



P22. Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.



P23. Es consciente de lo que te importa en la vida

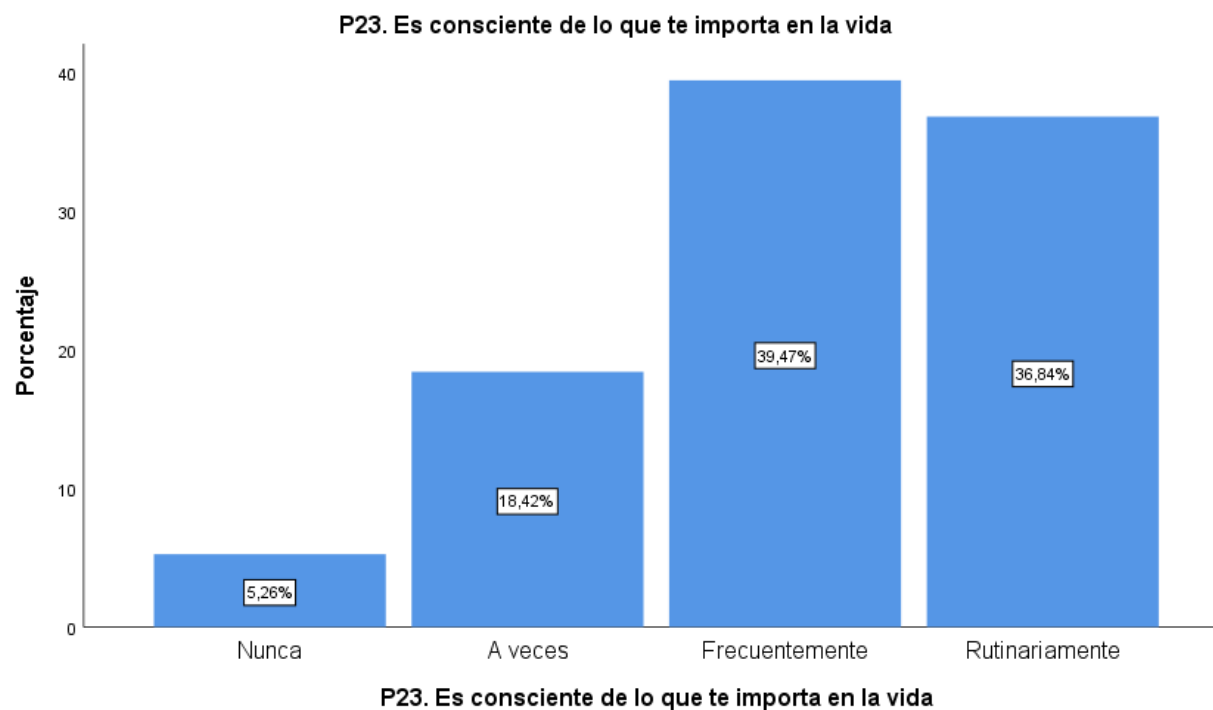
Estadísticos

P23. Es consciente de lo que te importa en la vida

N	Válido	38
	Perdidos	0

P23. Es consciente de lo que te importa en la vida

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	2	5,3	5,3	5,3
	A veces	7	18,4	18,4	23,7
	Frecuentemente	15	39,5	39,5	63,2
	Rutinariamente	14	36,8	36,8	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P24. Le gusta expresar y que le expresen cariño personas cercanas a usted

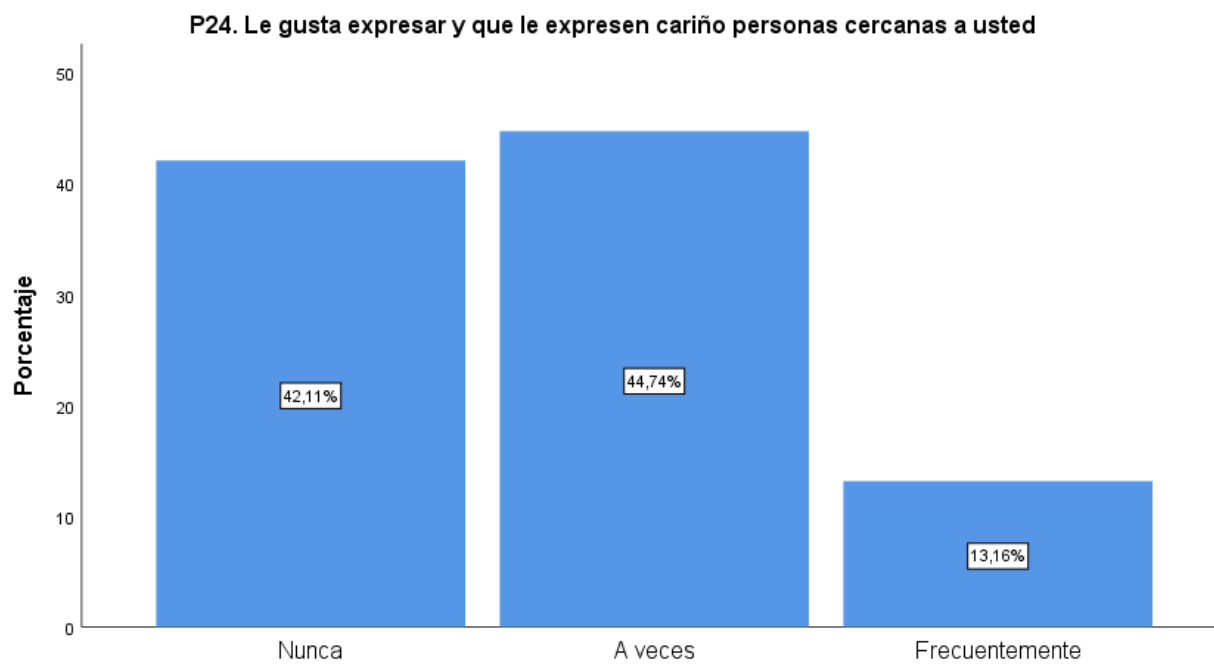
Estadísticos

P24. Le gusta expresar y que le expresen cariño personas cercanas a usted

N	Válido	38
	Perdidos	0

P24. Le gusta expresar y que le expresen cariño personas cercanas a usted

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	16	42,1	42,1	42,1
	A veces	17	44,7	44,7	86,8
	Frecuentemente	5	13,2	13,2	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P24. Le gusta expresar y que le expresen cariño personas cercanas a usted



P25. Mantiene relaciones interpersonales que le dan satisfacción

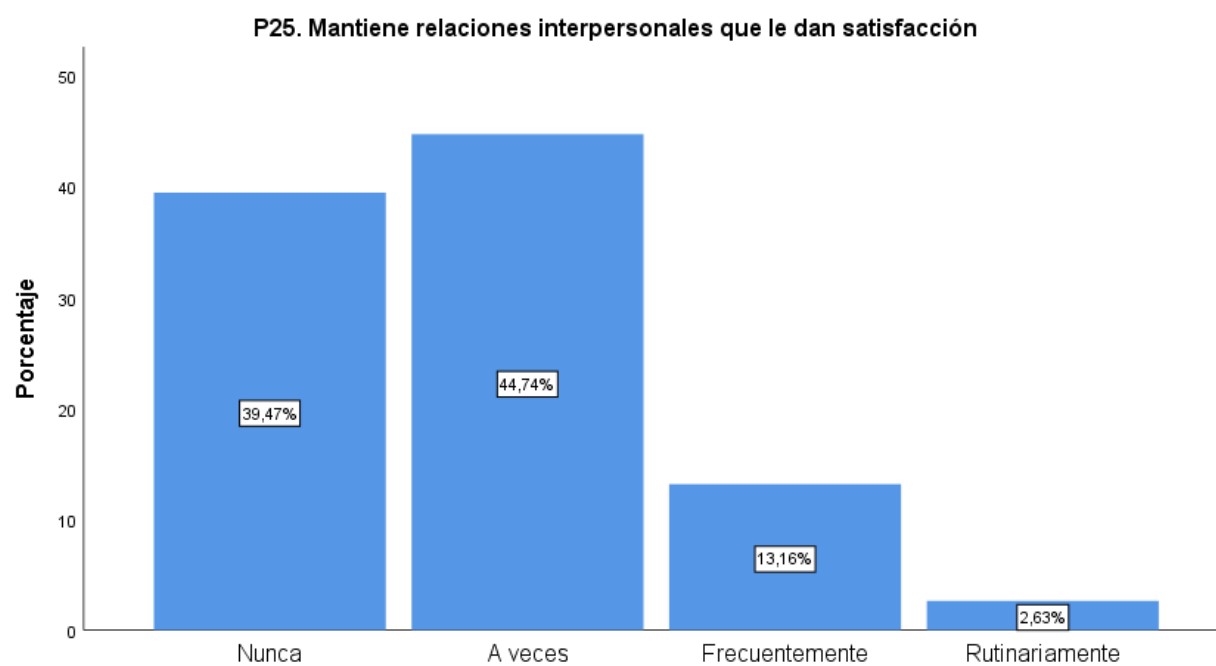
Estadísticos

P25. Mantiene relaciones interpersonales que le dan satisfacción

N	Válido	38
	Perdidos	0

P25. Mantiene relaciones interpersonales que le dan satisfacción

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	15	39,5	39,5	39,5
	A veces	17	44,7	44,7	84,2
	Frecuentemente	5	13,2	13,2	97,4
	Rutinariamente	1	2,6	2,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P25. Mantiene relaciones interpersonales que le dan satisfacción



P26. Incluye en su dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)

Estadísticos

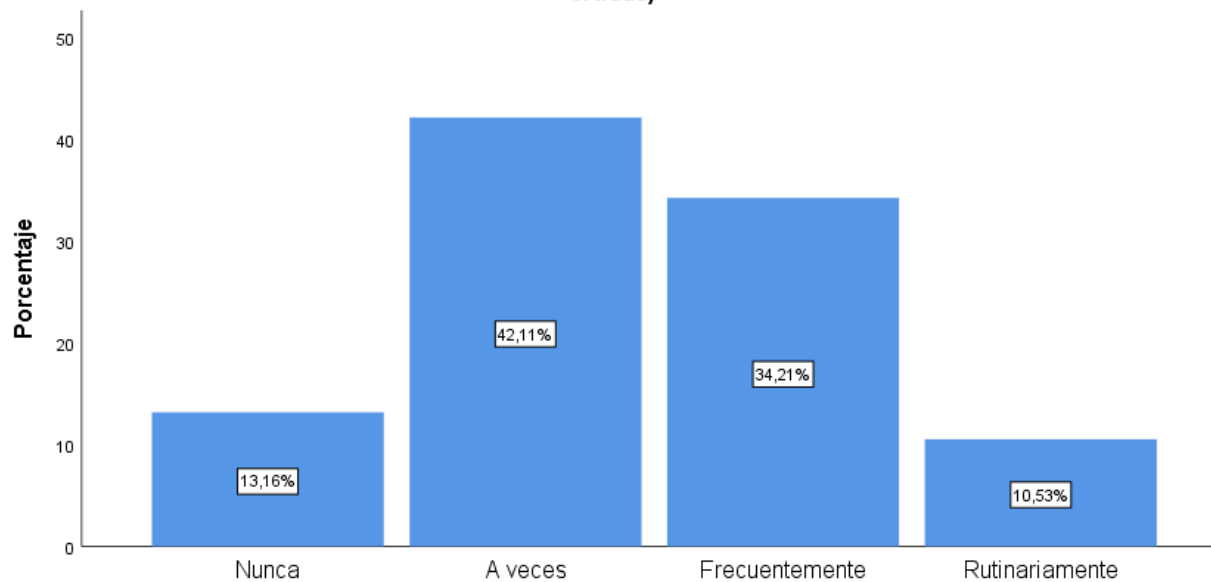
P26. Incluye en su dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)

N	Válido	38
	Perdidos	0

P26. Incluye en su dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	5	13,2	13,2	13,2
	A veces	16	42,1	42,1	55,3
	Frecuentemente	13	34,2	34,2	89,5
	Rutinariamente	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P26. Incluye en su dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)



P26. Incluye en su dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)



P27. Pasa de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación

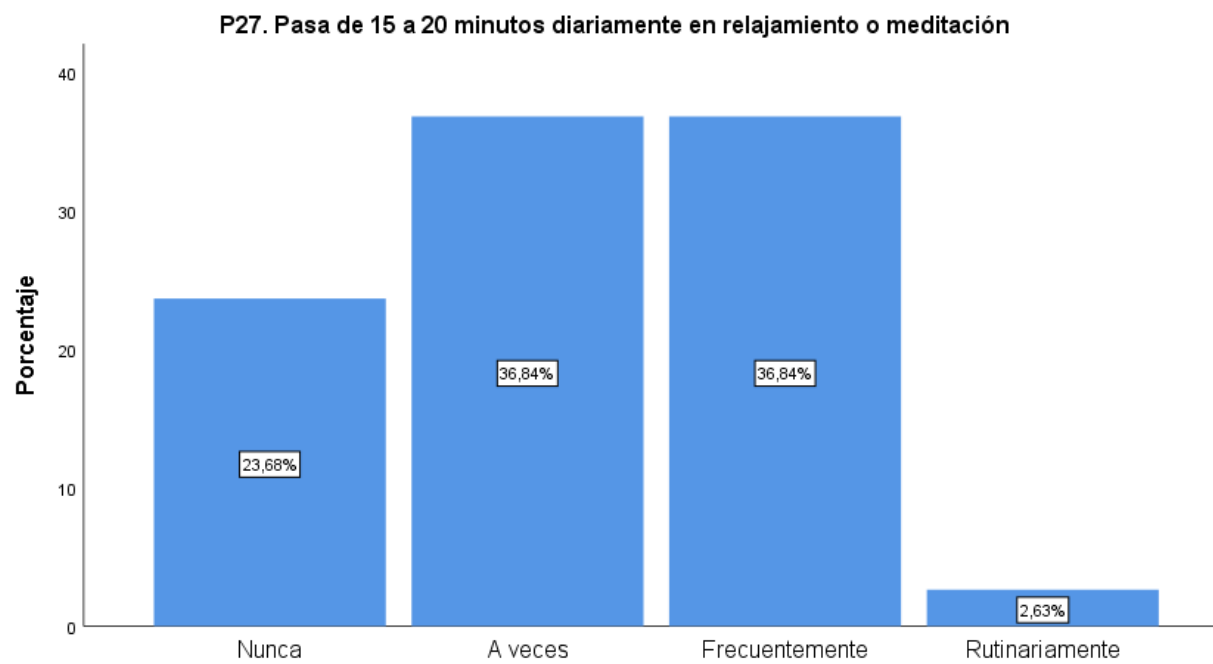
Estadísticos

P27. Pasa de 15 a 20 minutos
diariamente en relajamiento o
meditación

N	Válido	38
	Perdidos	0

P27. Pasa de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	9	23,7	23,7	23,7
	A veces	14	36,8	36,8	60,5
	Frecuentemente	14	36,8	36,8	97,4
	Rutinariamente	1	2,6	2,6	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P27. Pasa de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación



P28. Discute con profesionales calificados sus inquietudes respecto al cuidado de su salud.

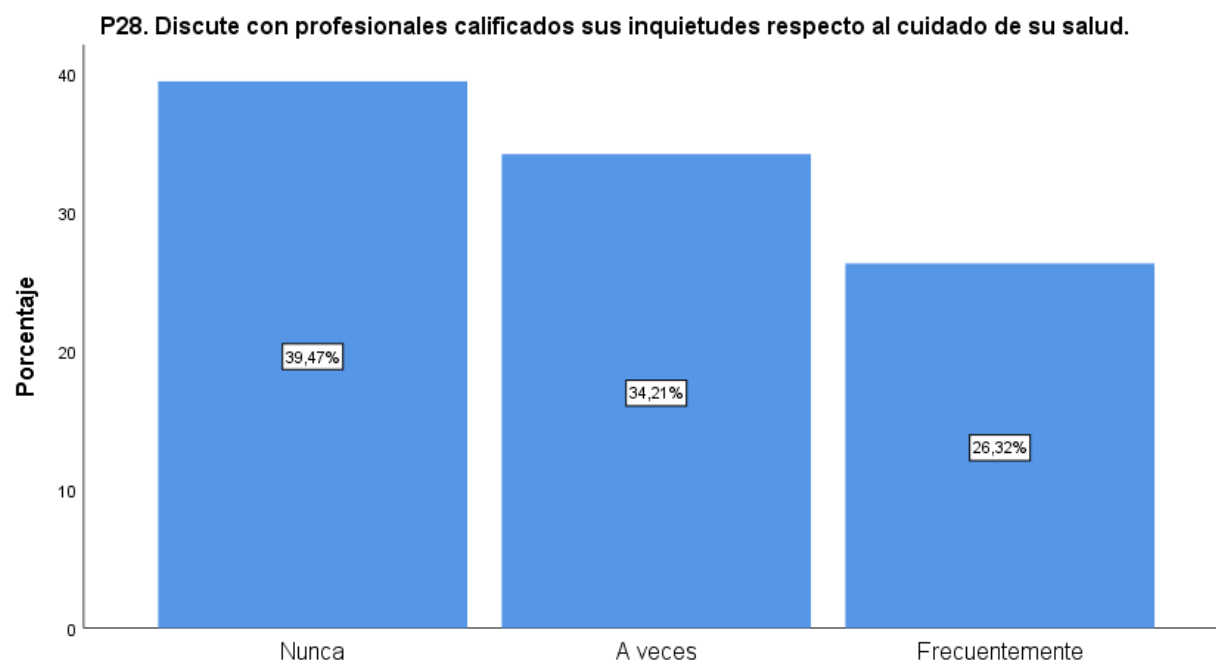
Estadísticos

P28. Discute con profesionales calificados sus inquietudes respecto al cuidado de su salud.

N	Válido	38
	Perdidos	0

P28. Discute con profesionales calificados sus inquietudes respecto al cuidado de su salud.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	15	39,5	39,5	39,5
	A veces	13	34,2	34,2	73,7
	Frecuentemente	10	26,3	26,3	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P28. Discute con profesionales calificados sus inquietudes respecto al cuidado de su salud.



P29. Respeta sus propios éxitos

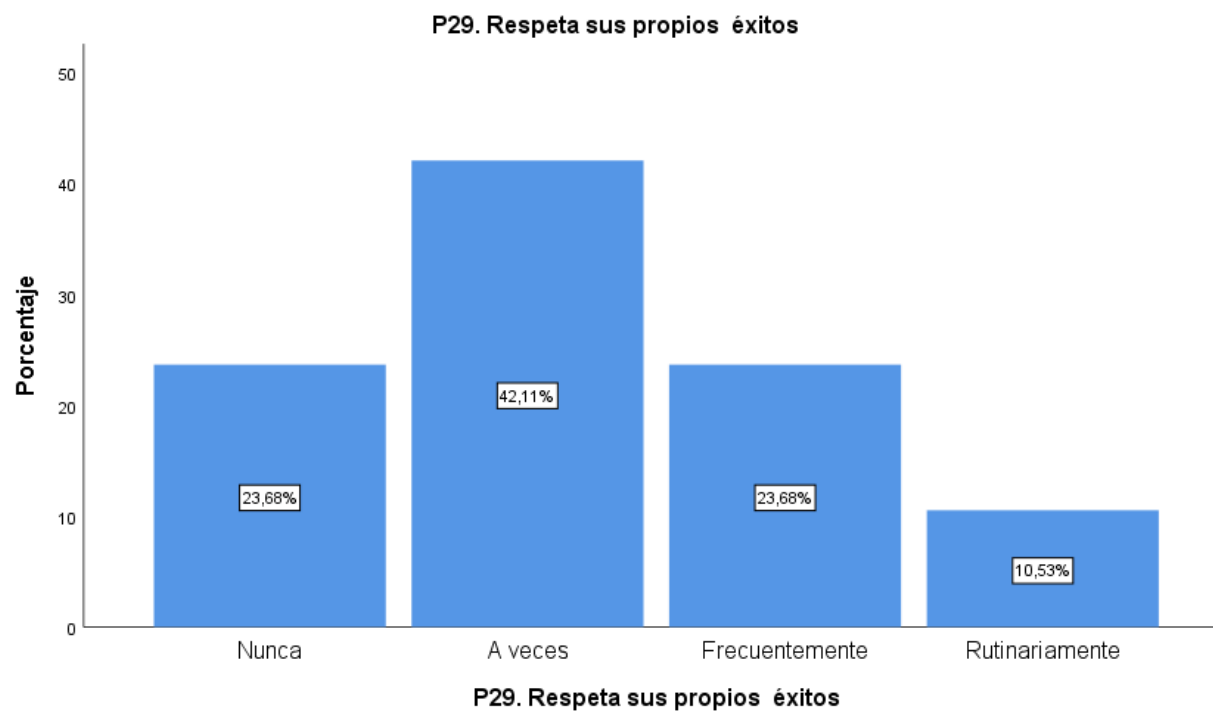
Estadísticos

P29. Respeta sus propios éxitos

N	Válido	38
	Perdidos	0

P29. Respeta sus propios éxitos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	9	23,7	23,7	23,7
	A veces	16	42,1	42,1	65,8
	Frecuentemente	9	23,7	23,7	89,5
	Rutinariamente	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P30. Controla su pulso durante el ejercicio físico

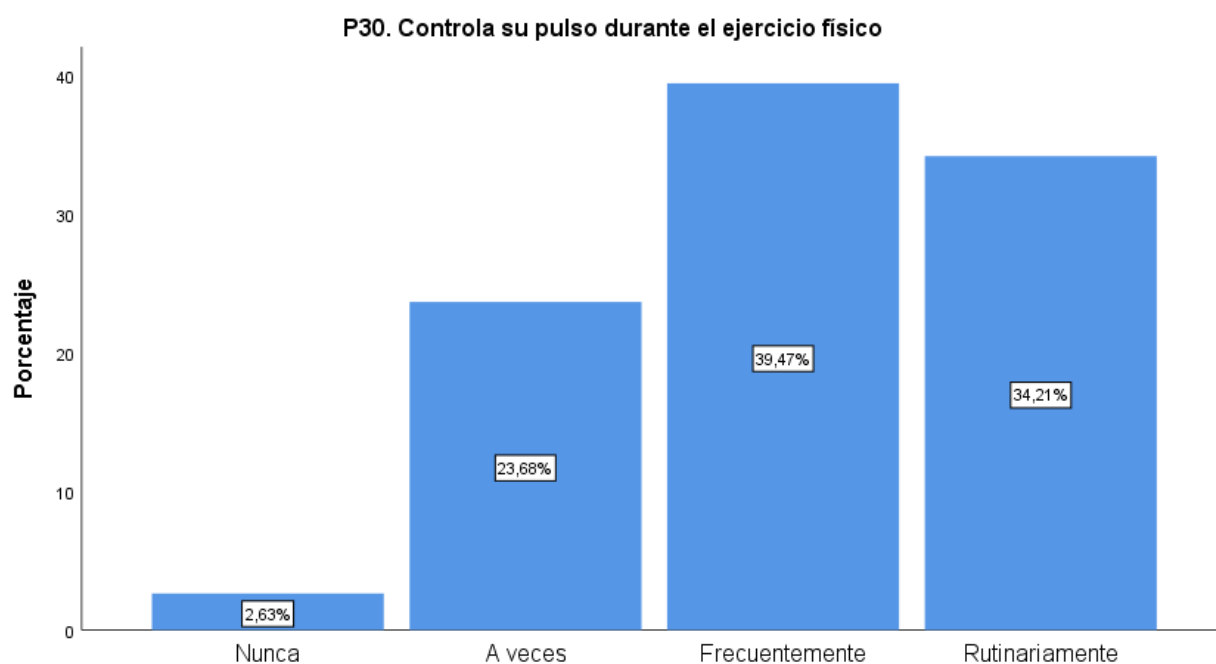
Estadísticos

P30. Controla su pulso durante el ejercicio físico

N	Válido	38
	Perdidos	0

P30. Controla su pulso durante el ejercicio físico

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	1	2,6	2,6	2,6
	A veces	9	23,7	23,7	26,3
	Frecuentemente	15	39,5	39,5	65,8
	Rutinariamente	13	34,2	34,2	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P30. Controla su pulso durante el ejercicio físico



P31. Pasa tiempo con amigos cercanos

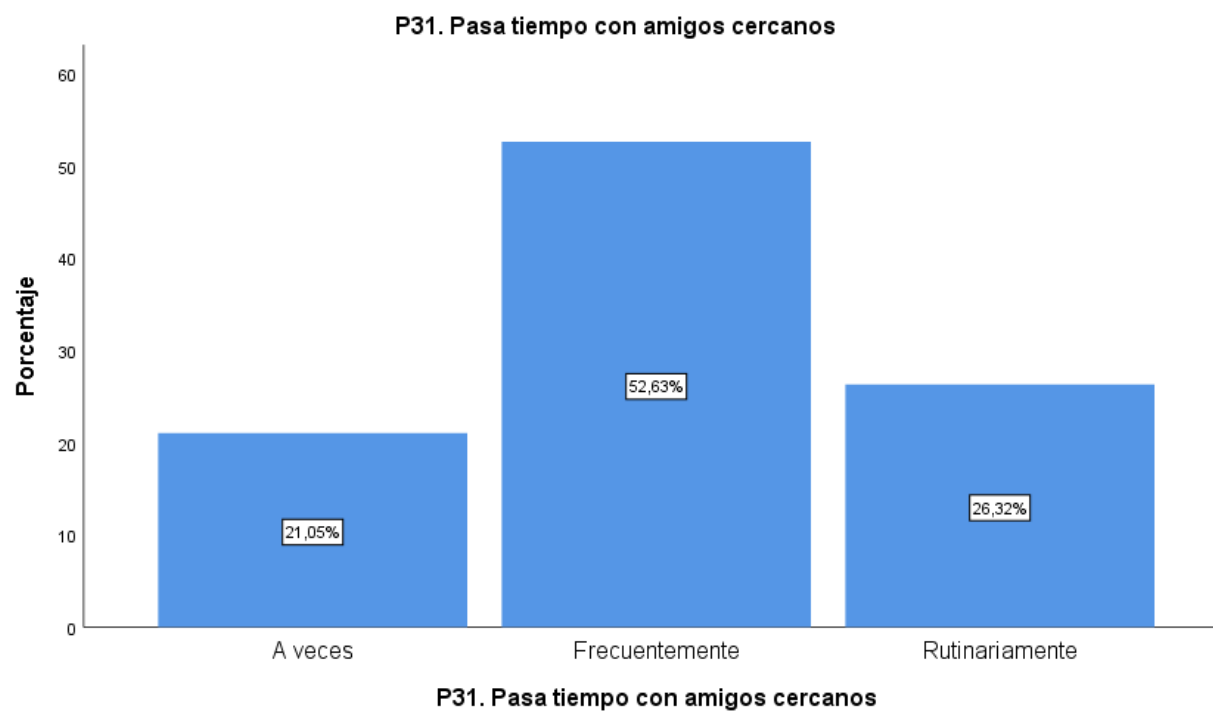
Estadísticos

P31. Pasa tiempo con amigos cercanos

N	Válido	38
	Perdidos	0

P31. Pasa tiempo con amigos cercanos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	8	21,1	21,1	21,1
	Frecuentemente	20	52,6	52,6	73,7
	Rutinariamente	10	26,3	26,3	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P32. Controla su presión arterial y sabe el resultado

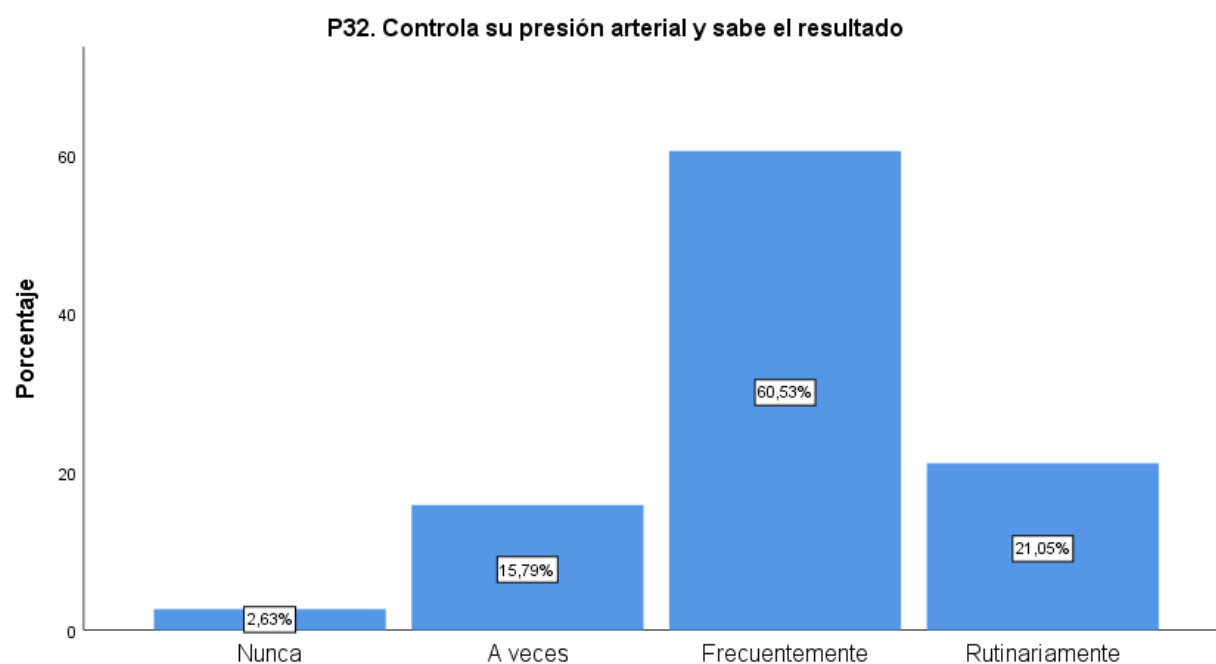
Estadísticos

P32. Controla su presión arterial
y sabe el resultado

N	Válido	38
	Perdidos	0

P32. Controla su presión arterial y sabe el resultado

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	1	2,6	2,6	2,6
	A veces	6	15,8	15,8	18,4
	Frecuentemente	23	60,5	60,5	78,9
	Rutinariamente	8	21,1	21,1	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P32. Controla su presión arterial y sabe el resultado



P33. Asiste a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vive

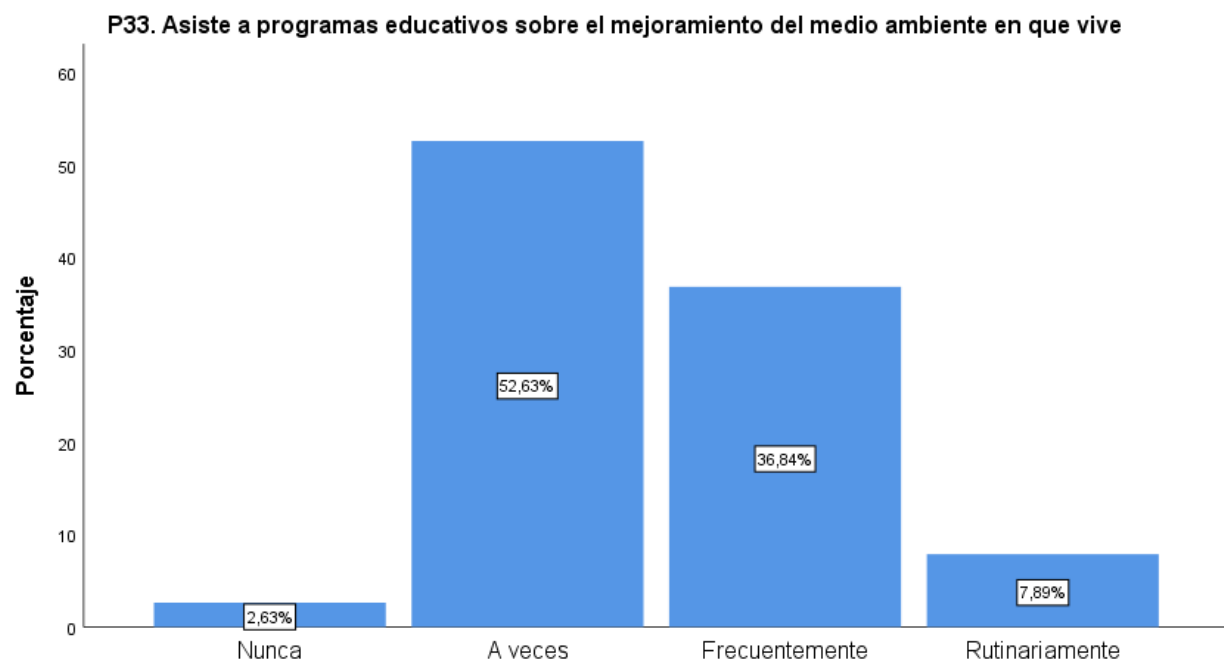
Estadísticos

P33. Asiste a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vive

N	Válido	38
	Perdidos	0

P33. Asiste a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vive

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	1	2,6	2,6	2,6
	A veces	20	52,6	52,6	55,3
	Frecuentemente	14	36,8	36,8	92,1
	Rutinariamente	3	7,9	7,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P33. Asiste a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vive



P34. Ve cada día como interesante y desafiante

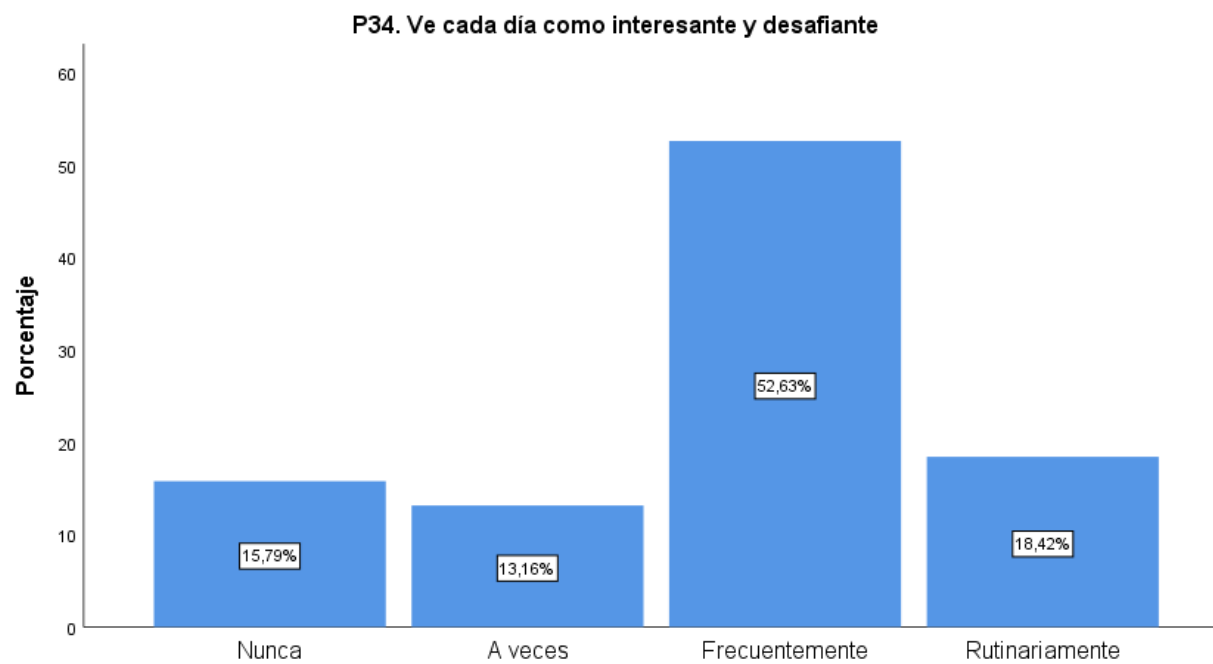
Estadísticos

P34. Ve cada día como interesante y desafiante

N	Válido	38
	Perdidos	0

P34. Ve cada día como interesante y desafiante

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	6	15,8	15,8	15,8
	A veces	5	13,2	13,2	28,9
	Frecuentemente	20	52,6	52,6	81,6
	Rutinariamente	7	18,4	18,4	100,0
Total		38	100,0	100,0	



P34. Ve cada día como interesante y desafiante



P35. Planea o escoge comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).

Estadísticos

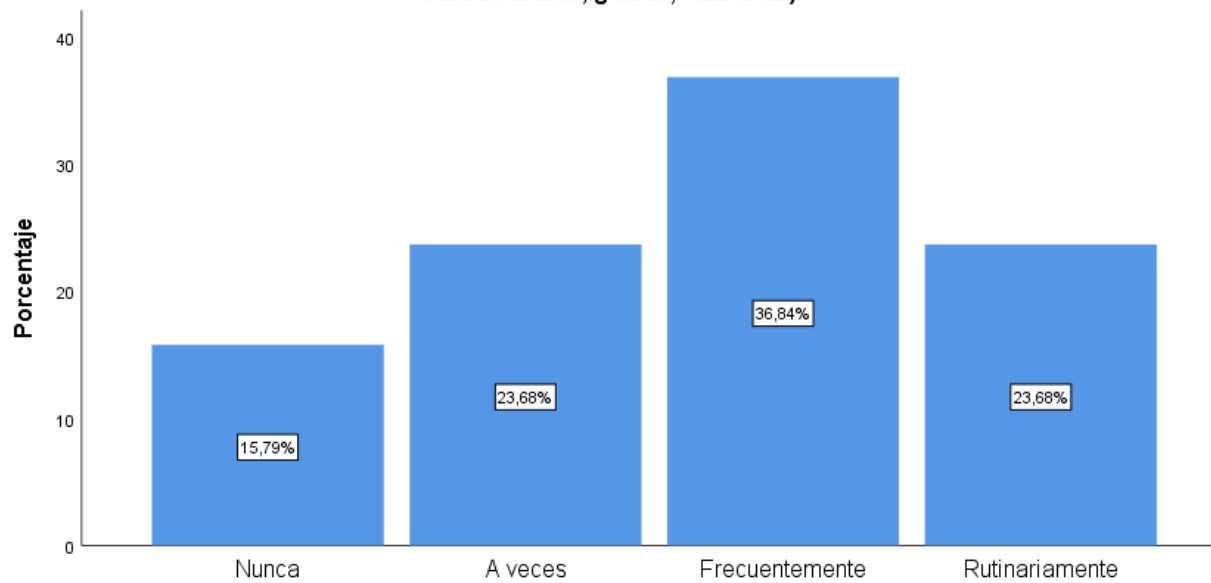
P35. Planea o escoge comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).

N	Válido	38
	Perdidos	0

P35. Planea o escoge comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	6	15,8	15,8	15,8
	A veces	9	23,7	23,7	39,5
	Frecuentemente	14	36,8	36,8	76,3
	Rutinariamente	9	23,7	23,7	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P35. Planea o escoge comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).



P35. Planea o escoge comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).



P36. Relaja conscientemente sus músculos antes de dormir

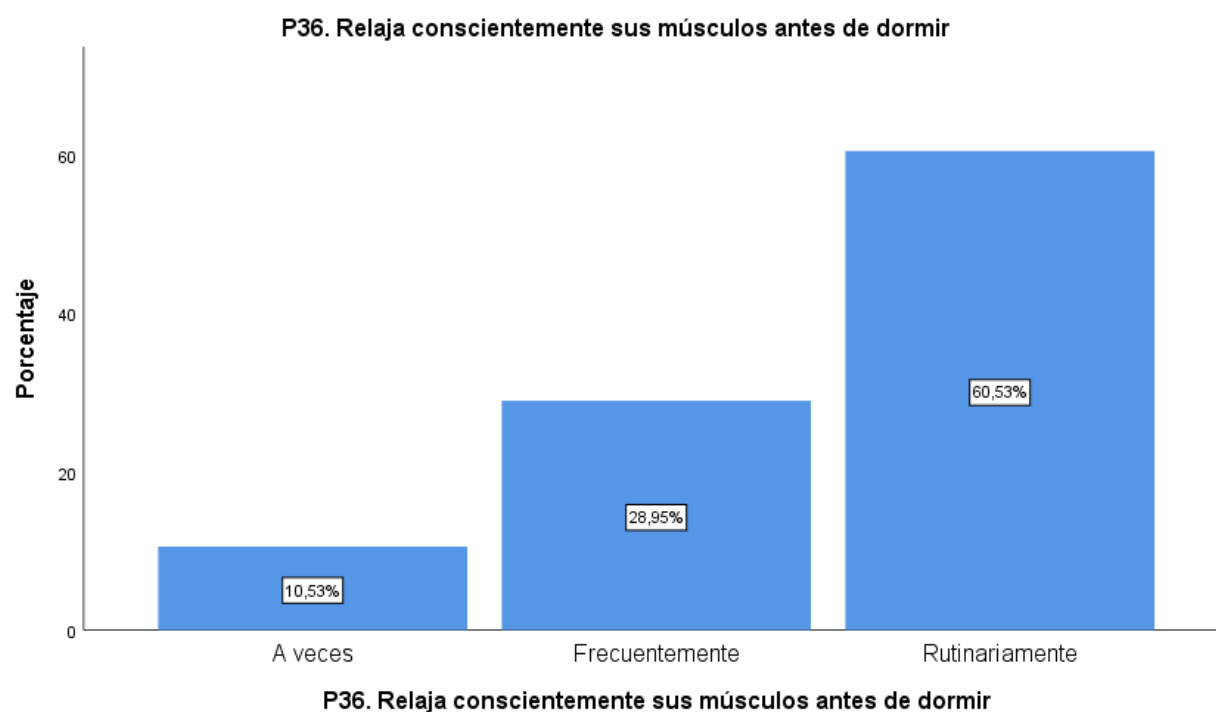
Estadísticos

P36. Relaja conscientemente
sus músculos antes de dormir

N	Válido	38
	Perdidos	0

P36. Relaja conscientemente sus músculos antes de dormir

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	4	10,5	10,5	10,5
	Frecuentemente	11	28,9	28,9	39,5
	Rutinariamente	23	60,5	60,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P37. Encuentra agradable y satisfecho el ambiente de su vida

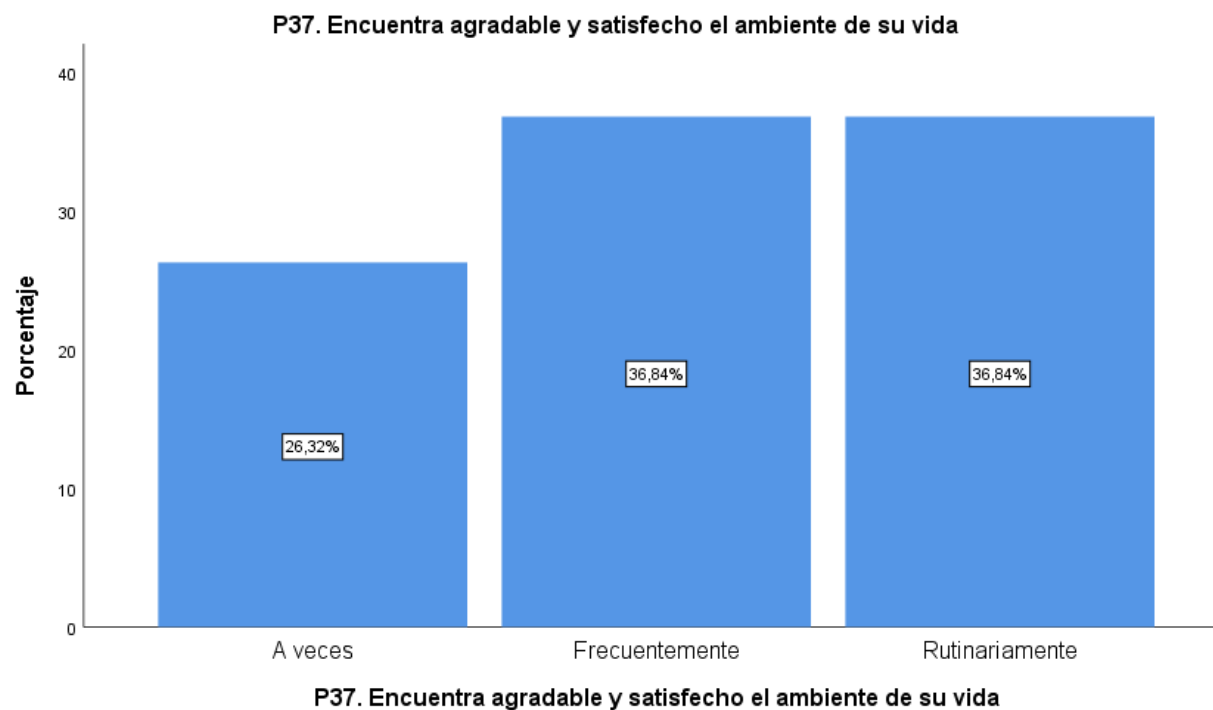
Estadísticos

P37. Encuentra agradable y satisfecho el ambiente de su vida

N	Válido	38
	Perdidos	0

P37. Encuentra agradable y satisfecho el ambiente de su vida

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	10	26,3	26,3	26,3
	Frecuentemente	14	36,8	36,8	63,2
	Rutinariamente	14	36,8	36,8	100,0
	Total	38	100,0	100,0	





P38. Realiza actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar, fútbol, ciclismo

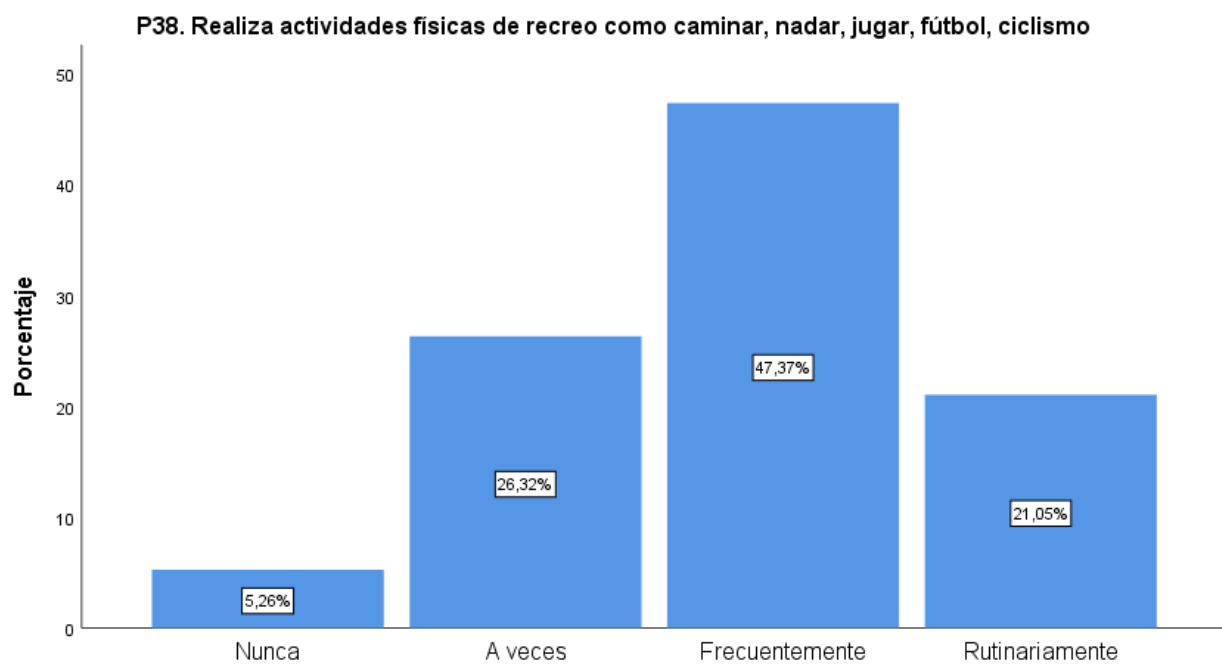
Estadísticos

P38. Realiza actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar, fútbol, ciclismo

N	Válido	38
	Perdidos	0

P38. Realiza actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar, fútbol, ciclismo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	2	5,3	5,3	5,3
	A veces	10	26,3	26,3	31,6
	Frecuentemente	18	47,4	47,4	78,9
	Rutinariamente	8	21,1	21,1	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P38. Realiza actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar, fútbol, ciclismo



P39. Expresa fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros

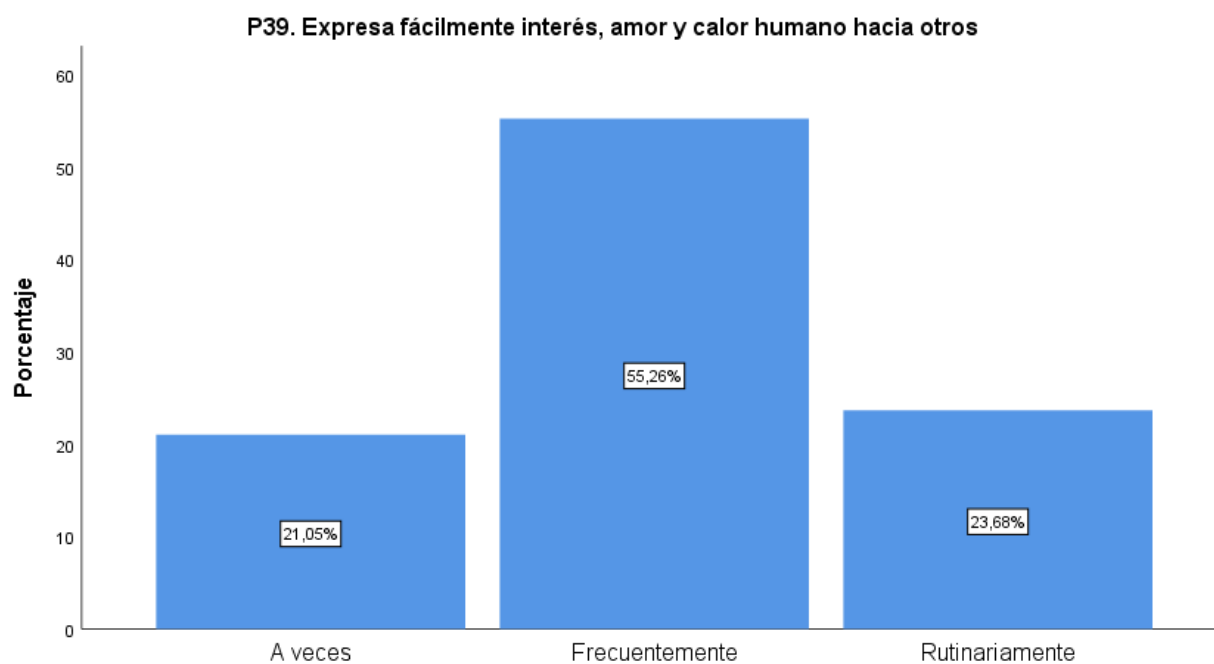
Estadísticos

P39. Expresa fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros

N	Válido	38
	Perdidos	0

P39. Expresa fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	8	21,1	21,1	21,1
	Frecuentemente	21	55,3	55,3	76,3
	Rutinariamente	9	23,7	23,7	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P39. Expresa fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros



P40. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir

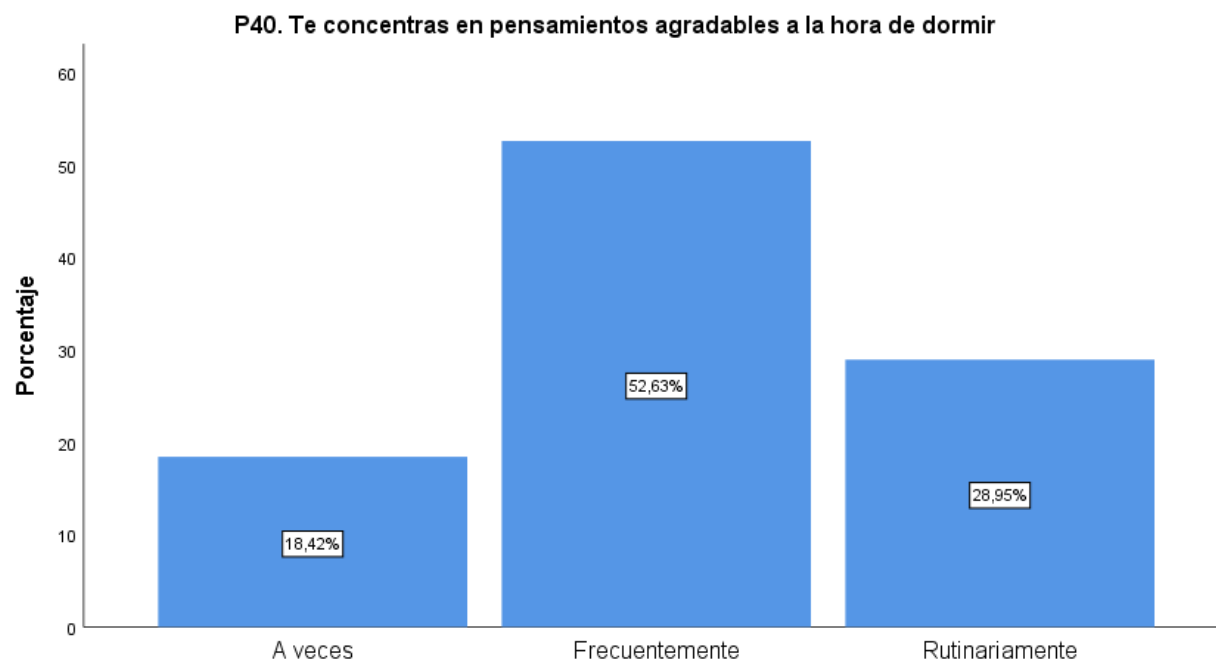
Estadísticos

P40. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir

N	Válido	38
	Perdidos	0

P40. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	7	18,4	18,4	18,4
	Frecuentemente	20	52,6	52,6	71,1
	Rutinariamente	11	28,9	28,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P40. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir



P41. Pides información a los profesionales para cuidar de su salud mental

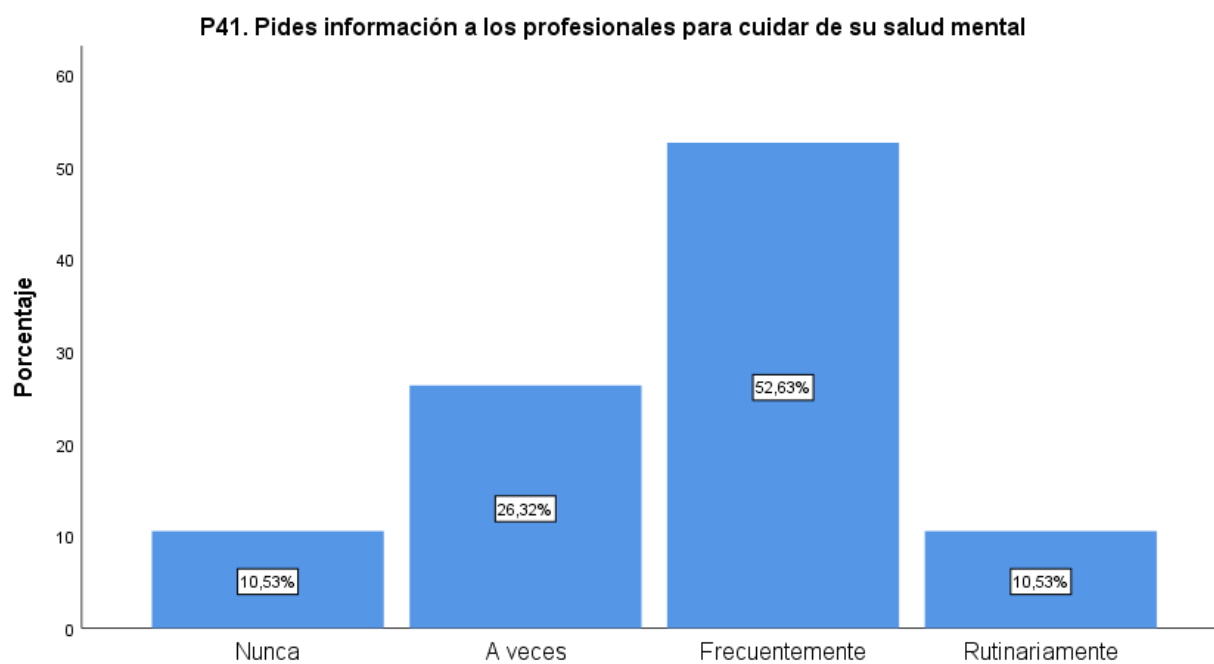
Estadísticos

P41. Pides información a los profesionales para cuidar de su salud mental

N	Válido	38
	Perdidos	0

P41. Pides información a los profesionales para cuidar de su salud mental

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	4	10,5	10,5	10,5
	A veces	10	26,3	26,3	36,8
	Frecuentemente	20	52,6	52,6	89,5
	Rutinariamente	4	10,5	10,5	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P41. Pides información a los profesionales para cuidar de su salud mental



P42. Encuentra maneras positivas para expresar sus sentimientos

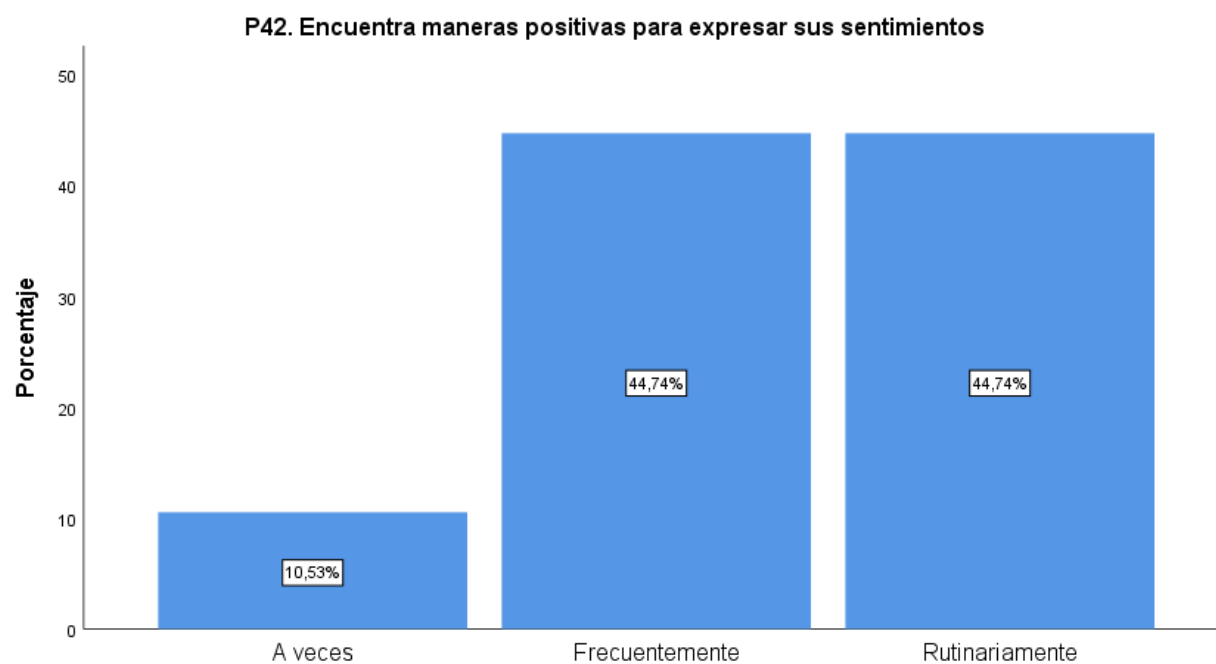
Estadísticos

P42. Encuentra maneras
positivas para expresar sus
sentimientos

N	Válido	38
	Perdidos	0

P42. Encuentra maneras positivas para expresar sus sentimientos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	4	10,5	10,5	10,5
	Frecuentemente	17	44,7	44,7	55,3
	Rutinariamente	17	44,7	44,7	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P42. Encuentra maneras positivas para expresar sus sentimientos



P43. Observa al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro

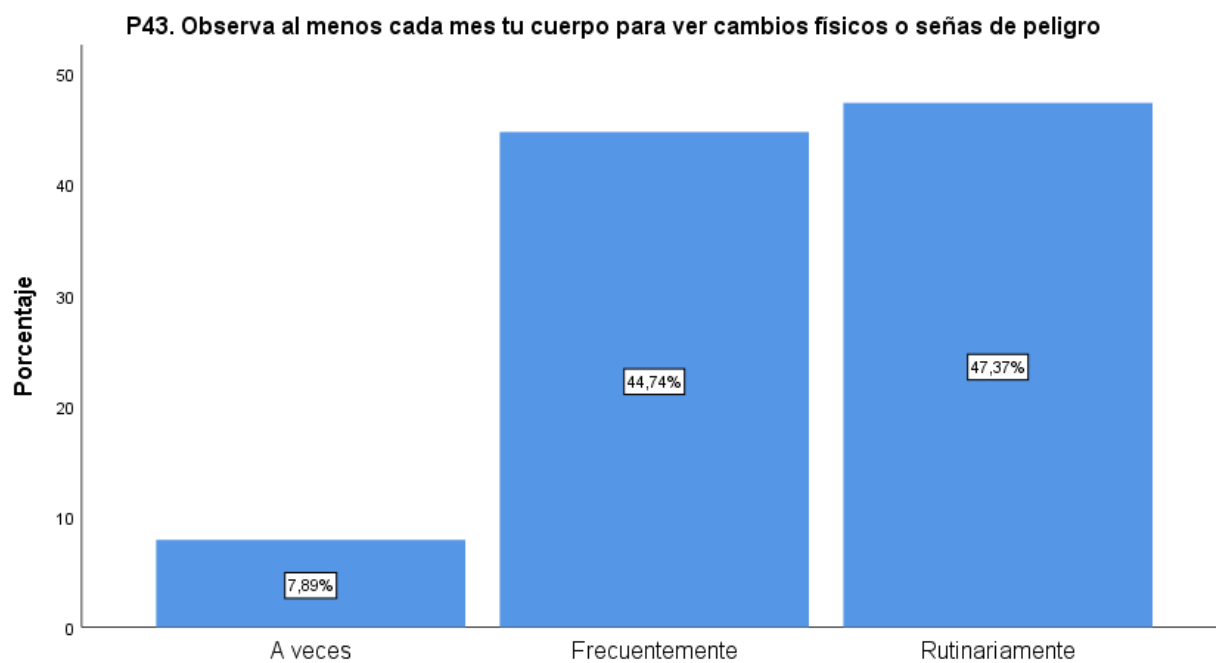
Estadísticos

P43. Observa al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro

N	Válido	38
	Perdidos	0

P43. Observa al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	3	7,9	7,9	7,9
	Frecuentemente	17	44,7	44,7	52,6
	Rutinariamente	18	47,4	47,4	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P43. Observa al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro



P44. Eres realista en las metas que se propone

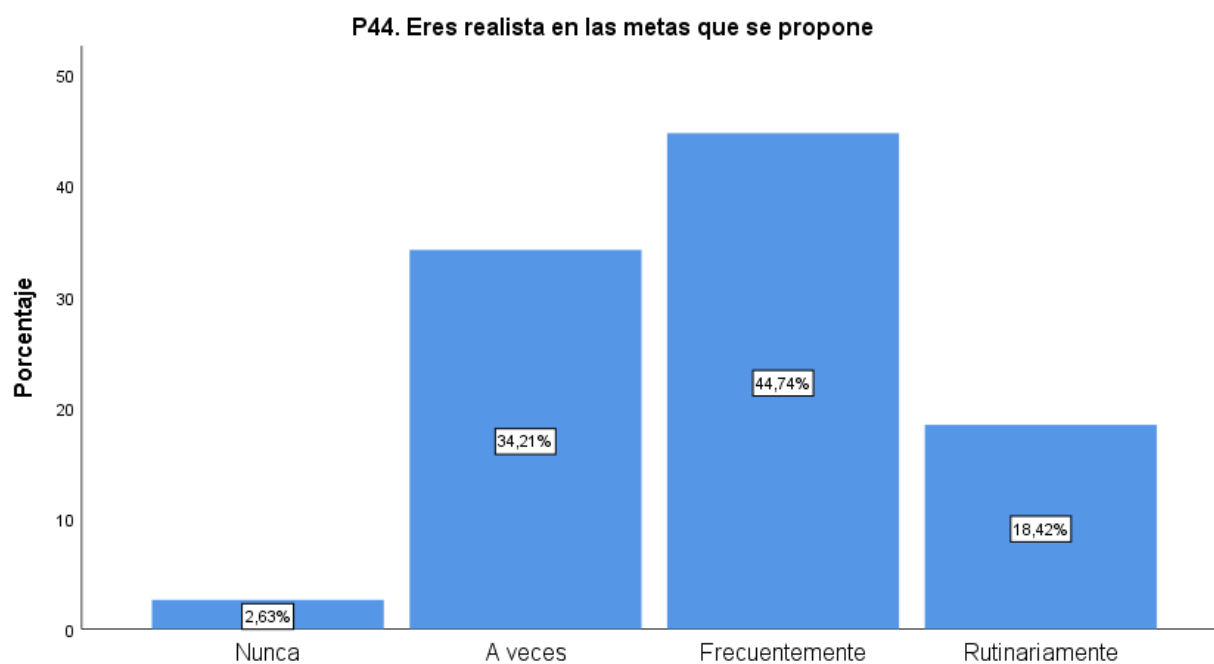
Estadísticos

P44. Eres realista en las metas
que se propone

N	Válido	38
	Perdidos	0

P44. Eres realista en las metas que se propone

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	1	2,6	2,6	2,6
	A veces	13	34,2	34,2	36,8
	Frecuentemente	17	44,7	44,7	81,6
	Rutinariamente	7	18,4	18,4	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P44. Eres realista en las metas que se propone



P45. Usa métodos específicos para controlar la tensión (nervios)

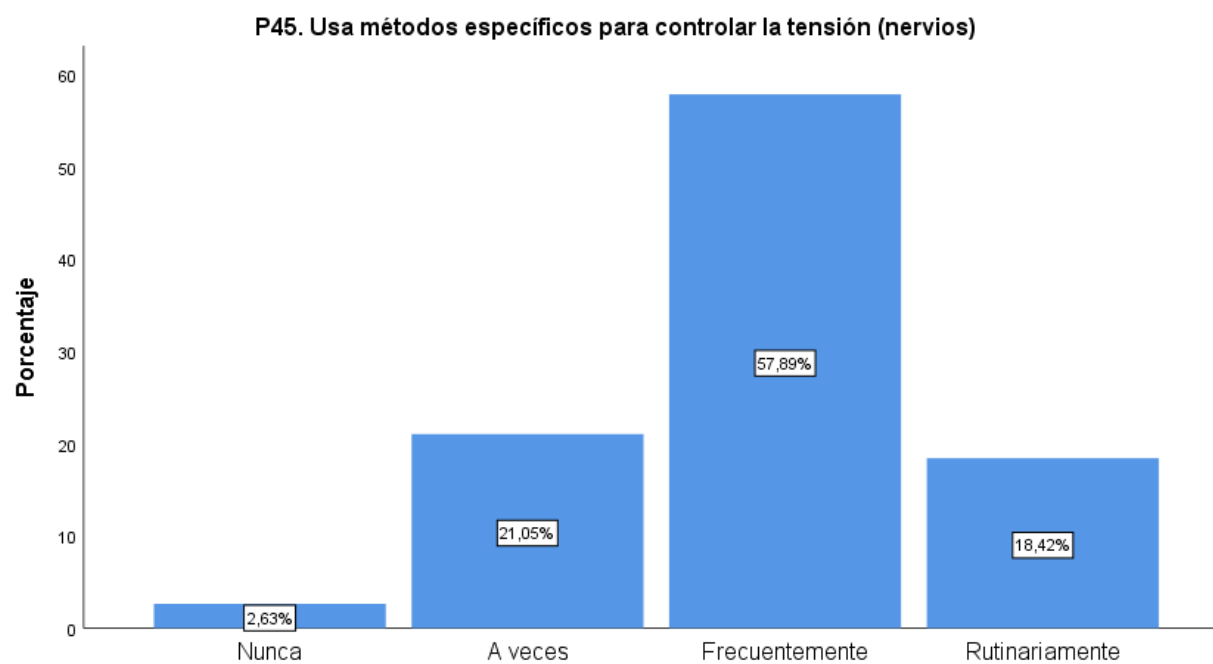
Estadísticos

P45. Usa métodos específicos para controlar la tensión (nervios)

N	Válido	38
	Perdidos	0

P45. Usa métodos específicos para controlar la tensión (nervios)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	1	2,6	2,6	2,6
	A veces	8	21,1	21,1	23,7
	Frecuentemente	22	57,9	57,9	81,6
	Rutinariamente	7	18,4	18,4	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P45. Usa métodos específicos para controlar la tensión (nervios)



P46. Asistes a programas educativos sobre el cuidado de su salud personal

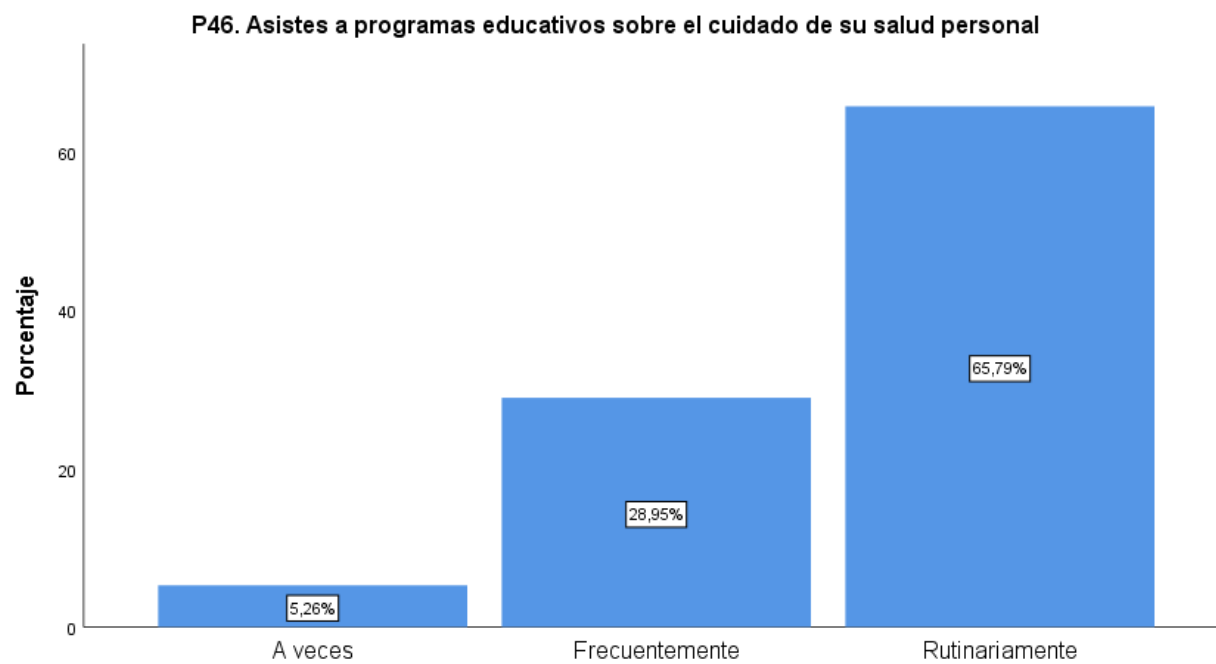
Estadísticos

P46. Asistes a programas educativos sobre el cuidado de su salud personal

N	Válido	38
	Perdidos	0

P46. Asistes a programas educativos sobre el cuidado de su salud personal

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	2	5,3	5,3	5,3
	Frecuentemente	11	28,9	28,9	34,2
	Rutinariamente	25	65,8	65,8	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P46. Asistes a programas educativos sobre el cuidado de su salud personal



P47. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)

Estadísticos

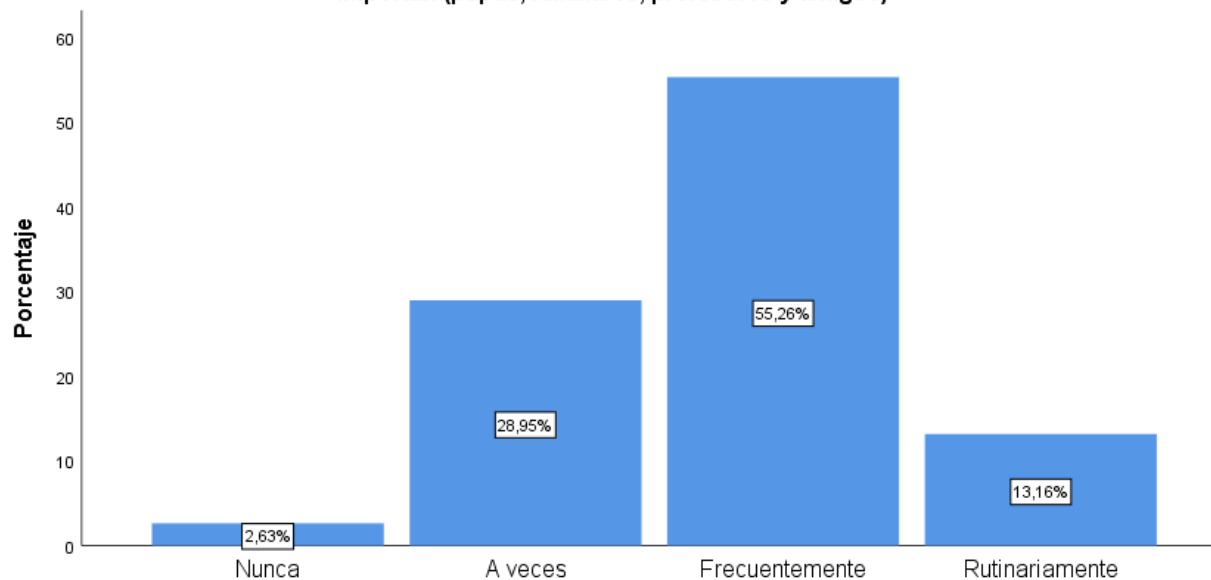
P47. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)

N	Válido	38
	Perdidos	0

P47. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	1	2,6	2,6	2,6
	A veces	11	28,9	28,9	31,6
	Frecuentemente	21	55,3	55,3	86,8
	Rutinariamente	5	13,2	13,2	100,0
	Total	38	100,0	100,0	

P47. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)



P47. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)



P48. Crees que su vida tiene un propósito

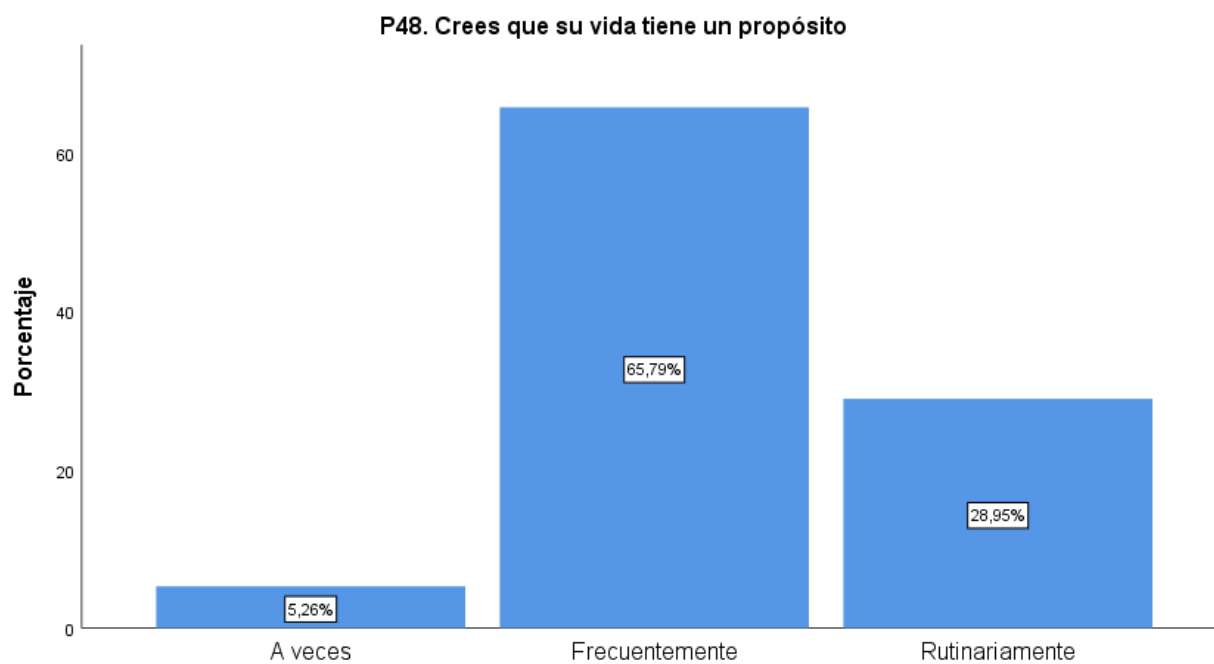
Estadísticos

P48. Crees que su vida tiene un propósito

N	Válido	38
	Perdidos	0

P48. Crees que su vida tiene un propósito

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	2	5,3	5,3	5,3
	Frecuentemente	25	65,8	65,8	71,1
	Rutinariamente	11	28,9	28,9	100,0
	Total	38	100,0	100,0	



P48. Crees que su vida tiene un propósito