



Facultad de Medicina Hipólito Unanue/ Escuela Profesional de Enfermería

**SITUACIONES QUE GENERAN ESTRÉS DURANTE LAS PRÁCTICAS CLÍNICAS  
DE ENFERMERÍA BÁSICA EN LOS SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN EN LOS  
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO DE LA UNIVERSIDAD  
NACIONAL FEDERICO VILLARREAL QUE INICIAN SU ROTACIÓN EN LOS  
HOSPITALES 2018**

Tesis para optar el Título Profesional de licenciada en Enfermería

**AUTORA:**

**NEYRA SULLÓN, JULIA ELIZABETH**

**ASESORA:**

**SEMINARIO RIVAS, RUTH**

**JURADO:**

Dra. Alva Saavedra Graciela

Mag. Atuncar Tasayco Urbano

Mag. Galarza Soto Karla

Lic. Zelada Loyola Ledda

Lima- Perú

**2019**

## AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios por la fortaleza, por haber guiado mi camino.

Agradezco a mis padres, a mis hermanos por su infinito amor, por su apoyo incondicional, a mis tios por sus consejos los cuales siempre tengo presente.

A mis docentes por su paciencia y dedicaciòn durante este largo camino, por compartirme sus conocimientos, por alentarme siempre a ser una gran profesional y por inculcarme el amor a nuestra noble profesiòn.

## DEDICATORIA

A mi madre Virginia, por su apoyo incondicional en esta etapa de formación profesional, aquella que siempre creyo en mi y porque siempre esta alentándome a no rendirme, por enseñarme a ser perseverante a pesar de las dificultades, gracias a ella hoy puedo lograr una de mis metas.

## ÍNDICE

I.	Introducción.....	10
1.1	Descripción y formulación del problema.....	10
1.2	Antecedentes .....	13
1.3	Objetivos .....	17
1.4	Justificación del problema.....	18
II.	Marco teórico.....	20
2.1	Bases teóricas sobre el tema de investigación.....	31
III.	Método.....	34
3.1	Tipo de investigación.....	34
3.2	Ámbito temporal y espacial.....	34
3.3	Variables.....	34
3.4	Población y muestra.....	35
3.5	Instrumentos.....	35
3.6	Procedimientos.....	36
3.7	Análisis de datos.....	36
IV.	Resultados.....	37
V.	Discusión de resultados .....	52
VI.	Conclusiones .....	56
VII.	Recomendaciones .....	59
VIII.	Referencias .....	61
IX.	Anexos .....	66

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Características sociodemográficas de los pacientes de enfermería de segundo año de la UNFV.....	37
Figura 1: Dimensiones de las situaciones generadoras de estrés.....	38
Figura 2: Situación estresora en la dimensión impotencia e incertidumbre.....	39
Figura 3: Situación estresora en la dimensión falta de competencia.....	40
Figura 4: Situación estresante en la dimensión deterioro de la relación con el paciente.....	41
Figura 5: Situación estresante en la dimensión no controlar la relación con el paciente.....	42
Figura 6: Situación estresante en la dimensión sobrecarga .....	43
Figura 7: Situación estresante en la dimensión contacto con el sufrimiento.....	44
Figura 8: Situación estresante en la dimensión relación con el docente y compañeros.....	45
Figura 9: Situación estresante en la dimensión implicación emocional.....	46
Tabla 1: Dominio falta de competencia según sexo.....	47
Tabla 2: Dominio contacto con el sufrimiento según sexo.....	47
Tabla 3: Dominio relación con el docente y compañeros según sexo.....	48
Tabla 4: Dominio impotencia e incertidumbre.....	48
Tabla 5: Dominio descontrol de la relación enfermero paciente según.....	49
Tabla 6: Dominio implicación emocional según sexo.....	49
Tabla 7: Dominio deterioro de la relación enfermero_ paciente según sexo.....	50

Tabla 8: Dominio sobrecarga según sexo.....	50
Tabla 9: Puntaje total según sexo.....	51
Figura 10: Comparativo entre dominios según terciles de puntaje según sexo.....	51

## ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO A: Confiabilidad del instrumento.....	66
ANEXO B: Cuestionario.....	67
ANEXO C: Operacionalizacion de la variable.....	71
ANEXO D: Matriz de consistencia.....	74

## RESUMEN

El principal objetivo del presente estudio fue establecer las situaciones que traen como consecuencias, estrés en las prácticas clínicas de enfermería básica en los servicios de hospitalización en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Federico Villarreal que inician su rotación en los hospitales 2018. El siguiente estudio, presenta diseño metodológico - descriptivo, no experimental, asimismo, con enfoque cuantitativo y corte transversal. Se trabajó con el 100% de la población, quedando constituida por los 54 estudiantes de enfermería en el segundo año. El instrumento utilizado fue la encuesta y como material, el cuestionario. Los resultados que fueron detallados en situaciones como causas principales generadoras de estrés, presentándose la más alta “impotencia e incertidumbre” la cual resalta con una media de 2.6, en segundo lugar se presenta la “Falta de competencia” con una media de 2.48, en tercer lugar “Deterioro de la relación con el paciente” con una media de 2.43, y en cuarto lugar “No controlar la relación con el paciente “ el cual presenta un promedio de 2.33, las cuales se ven reflejadas en las prácticas clínicas del alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal. Conclusión, las situaciones primordiales que son causa de la generación e incremento de estrés son la “impotencia e incertidumbre”, la “Falta de competencia”, el “Deterioro de la relación con el paciente” y “No controlar la relación con el paciente”.

Palabras clave: Enfermería, Situaciones, Estrés.

## ABSTRACT

The main objective of the present study was to establish the situations that bring as consequences, stress in the clinical practices of basic nursing in the hospitalization services in the nursing students of the 2nd year of the Federico Villarreal University who start their rotation in the 2018 hospitals. The following study presents a methodological - descriptive, not experimental, design, with a quantitative approach and a transversal cut. We worked with 100% of the population, being made up of the 54 nursing students in the second year. The instrument used was the survey and as a material, the questionnaire. The results that were detailed in situations as main causes of stress, presenting the highest "impotence and uncertainty" which stands out with an average of 2.6, in second place the "Lack of competition" with an average of 2.48, in third place "Deterioration of the relationship with the patient" with an average of 2.43, and fourthly "Do not control the relationship with the patient" which presents an average of 2.33, which are reflected in the clinical practices of the student body of the nursing school of the Federico Villarreal National University. Conclusion, the primordial situations that are cause of the generation and increase of stress are the "impotence and uncertainty", the "Lack of competence", the "Deterioration of the relationship with the patient" and "Not controlling the relationship with the patient".

Key words: Nursing, Situations, Stress.

## **I) Introducción**

### **1.1 Descripción y formulación del problema**

En la actualidad el estrés es uno de los problemas más frecuentes de mucha importancia que existe.

“De cuatro individuos uno de ellos llega a padecer de algún problema grave relacionado al estrés, en las diferentes ciudades aproximadamente el 50 por ciento de los individuos sufre de algún problema de salud mental de este tipo”. Caldera, Pulido y Martínez (citado en Berrio y Mazo 2011).

La Organización Mundial de la Salud estima que en el año 2010, las enfermedades que tienen relación con la mente fueron la segunda causa de incapacidad a nivel mundial, actualmente más de 1.500 millones de individuos en el planeta lo padecen. Buitrago (citado en Gamo, 2014).

Según la OMS los procesos relacionados con la mente ya sea en mayor o menor grado, frecuencia e intensidad son la razón que lleva a las personas al intento de suicidio (10-20 millones de individuos por año) de los cuales un millón llegan a consumarse. Buitrago (citado en Gamo, 2014).

Los trastornos mentales incluyen cinco de las diez causas principales de morbilidad a nivel mundial, dicha morbilidad es causada por los trastornos que afectan la mente y el comportamiento, se estima que estos aumentarían de un 12% al 15% para el 2020 debido al envejecimiento de la población y la urbanización acelerada. (Estrategia Sanitaria Nacional de Salud Mental y Cultura de Paz 2013).

Estudios realizados coincidieron que en México, Chile, Perú y Venezuela se presentan altas cantidades de casos de estrés moderado en los alumnos universitarios con cifras que sobrepasan el 67% de la población en estudio. (Collazo 2006,2007).

Según el Minsa y el Instituto Nacional de Ciencias Neurológicas de Perú en el año 2011 el 40% y 50% de su población padeció de amnesia como resultado del estrés dando inicio a ciertas enfermedades como el Mal del Alzheimer. (Universia 2011).

La OMS en el 2013 considero el estrés como una epidemia de la modernidad. En el Perú las cifras de esta epidemia cada vez son alarmantes.

El Instituto Nacional de Salud manifiesta que las enfermedades relacionadas a la mente son prioridades nacionales de investigación en salud en nuestro Perú para el periodo 2010-2014, los alumnos universitarios sobre todo los de ciencias de la salud son una población que preocupa, pero existe pocos estudios relacionados a este tema (Virú, Valeriano y Zárate 2009).

Durante la formación de los estudiantes de la carrera de enfermería, además del componente teórico, también es un punto importante la practica en enfermería no solo por la extensa área de actuación sino también porque se adquiere el desarrollo de habilidades, destrezas y conocimientos para ser futuros profesionales de la salud. (Collados 2010,2011).

Los denominados estresores son situaciones desencadenantes de estrés que se dan debido a cualquier estimulo externo o interno. Estos pueden ser físicos, químicos, acústicos o somáticos y socioculturales que de forma directa o indirecta, propicien una alteración que afecta el equilibrio dinámico de nuestro organismo. Dichos estresores pueden manifestarse de forma aguda o crónica y puede ser la consecuencia de una anticipación mental sobre lo que puede ocurrir en un futuro. Dependiendo de la presentación, tiene distintos impactos sobre el organismo, de forma no solo

fisiológica sino psicológica y comportamental, que están implicadas en la forma como cada ser humano reacciona a ciertas presiones internas. (Vallejo, Martínez y Agudelo 2013).

Los alumnos del segundo año de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal refieren: sentir estrés cuando se acercan los días previos al primer contacto con el mundo hospitalario, la rotación de la práctica clínica y la presentación del examen práctico en el que muestran gran preocupación ante la evaluación del cuidado del paciente ya que este tipo de evaluación decidirá su paso de ciclo. En el desarrollo de la práctica se encuentran con diferentes situaciones como presenciar la muerte de un paciente, el miedo de ocasionar un daño físico, cometer un error y de contagiarse con alguna enfermedad infectocontagiosa, entre otras estas situaciones crean sentimientos de impotencia y miedo, porque ellos están viviendo una experiencia nueva, con emociones diversas, como reaccionar, que decir y que no decir. Al mismo tiempo el estudiante asume otras responsabilidades en el área académica, muchas veces se sienten agotados y a pesar de ello deben acudir a sus clases, exposiciones o a dar un examen, muchos de ellos se quedan todo el día en la universidad, incluso descuidando su alimentación, en los días de prácticas se dirigen inmediatamente a sus clases teóricas, estas situaciones provocan grados de estrés las cuales podrían desencadenar enfermedades de tipo físicos, psicológicos y comportamentales.

Asimismo, refieren que durante el desarrollo de las prácticas clínicas tienen temor, no confían en sí mismos al momento que se les solicita que realicen algún procedimiento. Esto no les permite desenvolverse y les afecta emocional y físicamente.

Los estudiantes manifestaron los siguientes comentarios: estamos desesperados, no nos sentimos preparados completamente para esta nueva experiencia, me duele mucho la cabeza, siento mucha ansiedad, salgo muy tarde de mis prácticas y ya no me da tiempo de almorzar ya

que por la tarde tengo clases. Las situaciones académicas que se mencionan anteriormente alteran la salud del estudiante haciéndolo más susceptible a padecer alguna enfermedad ocasionada por el exceso de estrés.

### **Formulación del problema**

¿Cuáles son las situaciones que generan estrés durante las prácticas clínicas de enfermería básica en los servicios de hospitalización en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Nacional Federico Villarreal que inician su rotación en los hospitales 2018?

### **1.2 Antecedentes**

Mamani (2013), realizó un estudio sobre los factores estresantes en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba en la primera experiencia de su prácticas clínicas del segundo semestre año 2012. Resultados: 84% pertenecen al sexo femenino y 16% son de sexo masculino; 70,6% oscilan entre 18 y 29 años; 70,6% le falta experiencia en el cuidado hacia el paciente y 29,4% posee experiencia. Los factores que resultan más estresantes en los estudiantes según su edad: Entre 18-29 años, son los exámenes parciales/trabajos prácticos que son frecuentes ( $X: 7,785$ ), temor a cometer errores ( $X: 7,495$ ) y falta de apoyo por parte de compañeros y docentes ( $X: 7,43$ ), con un valor medio de todos los factores estresantes de 4,33; Entre 30-40 años, están los exámenes parciales/trabajos prácticos frecuentes, escaso tiempo para estudiar, temor a equivocarse y que le resulta incómodo ayudar a miccionar o defecar a la persona del sexo opuesto, con un valor medio de todos los factores estresante de 4.00; De 40 años a más, los exámenes parciales/trabajos prácticos frecuentes, el tiempo reducido para estudiar, falta de apoyo por parte de compañeros y docentes falta, diferencia entre lo aprendido en clase y lo visto en práctica, la incomodidad de realizar la higiene a un paciente y el hecho de

ayudar a miccionar o defecar a la persona del sexo opuesto, con un valor medio de todos los factores de 4.09. Mamani (2013)

Tessa (2015), efectuó una investigación que tuvo como objetivo determinar los principales factores estresores en los alumnos de enfermería en las prácticas clínicas. Material y método: La investigación fue cuantitativa de tipo descriptivo y de corte transversal. La población estuvo conformada por 72 alumnos de la Facultad de Enfermería del primero al cuarto año. Se hizo uso del cuestionario de Evaluación de Estrés Académico. Conclusiones: Los principales factores estresores fueron en primer lugar la competencia seguido de la relación con los compañeros y docentes. Tessa (2015)

Sánchez y Cols (2013), estudio cuyo objetivo fue identificar los factores estresores percibidos por los alumnos de Enfermería. Material y método: Fue un estudio de tipo descriptivo, longitudinal y prospectivo. Con una población constituida por 398 universitarios. Resultados, el mayor porcentaje de los alumnos indicó que “teme hacer mal su trabajo”, seguido del “temor a perjudicar al paciente” y el “temor a confundirse de medicación o meter la pata y pincharse con un aguja infectada”. Sánchez y Cols (2013)

Moya y Cols (2013), En su investigación establecieron como objetivo identificar las principales causas que generan estrés durante el desarrollo de la práctica clínica de los alumnos de enfermería. Metodología: investigación de tipo descriptiva y transversal. Población: Estuvo constituida por 45 alumnos de la carrera de enfermería. Resultados: En primer lugar está la falta de conocimiento seguido del temor a perjudicar al paciente, también se encontró que a medida que aumenta la edad y se avanza de curso, el grado de estrés va disminuyendo. Moya y Cols (2013)

Moya, Larrosa, López, López, Morales, y Gómez ( 2013 ), realizo un estudio cuyo principal objetivo fue determinar las principales causas que generan estrés en la práctica clínica de los estudiantes de enfermería en relación a la edad, curso y tomando en cuenta el sexo. Método: Estudio transversal, descriptivo. La población estuvo conformada por 45 estudiantes de enfermería. Resultados: La falta de conocimiento y el temor a perjudicar o dañar al paciente y predomina en el sexo masculino. Conclusión: Concluyen que es un requerimiento el conocimiento y aprendizaje de la teoría para que puedan afrontar las múltiples dificultades que se les pueda presentar. Moya, Larrosa, López, López, Morales, y Gómez (2013)

Arias, Montoya, Villegas y Rodríguez (2016), cuyo estudio tuvo como objetivo identificar los estresores en las práctica clínica de los estudiantes del primer semestre de la Facultad de Enfermería de una universidad pública de Antioquia (Colombia) y explorar la relación existente entre el grado de estrés y las variables sexo y semestre académico. Métodos: estudio cuantitativo y de corte transversal. Población: Todos los estudiantes de quinto al octavo semestre. No se realizó muestreo. Para obtener información se utilizó la escala KEZKAK de Zupiría et al. La cual evalúa 41 estresores en la práctica clínica de los alumnos de enfermería, el puntaje mayor a 1,5 indica que el estudiante presenta estrés. Población: Participaron 156 de los 224 alumnos matriculados (69,6% del total). El promedio de la escala fue de 2,0, que equivale a un estrés moderado. En el 88% de los ítems mostraron algún grado de estrés (3 ítems con nivel alto  $\geq 2,5$ : no realizar bien mi trabajo, dañar al paciente y confundirme de medicación). Se encontró diferencias estadísticamente significativas en el puntaje promedio total en las variables sexo (mayor en el sexo femenino) y semestre académico (mayor en el quinto). Se hayo que los dominios del KEZKAK con altos puntajes fueron: falta de competencia (2,2), sobrecarga (2,2), contacto con el sufrimiento (2,0) y que el paciente busque una relación íntima (2,0). Conclusión:

los alumnos de enfermería presentan un estrés moderado el cual es ocasionado por situaciones de la práctica clínica; predominan los factores relacionados con la falta de competencia y la sobrecarga de trabajo. Arias, Montoya, Villegas y Rodríguez (2016)

Meza y Pinedo (2014), estudio cuya finalidad fue determinar la asociación existente entre algunos estresores y estrés percibido en la práctica clínica, en los alumnos de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana. Iquitos, 2014. Material y método: El estudio fue de tipo cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo, correlacional, transversal. Muestra constituida por 103 alumnos del 2do al 4to nivel, matriculados en el segundo semestre académico. Los instrumentos utilizados: Escala de valoración de estresores en la práctica clínica, con una validez de 95,9% mediante el juicio de expertos y confiabilidad de 86,3% mediante el coeficiente Alfa de Cronbach; Escala de Estrés Percibido, cuya validez fue de 91,1% mediante el juicio de expertos y confiabilidad de 84,9% mediante el coeficiente Alfa de Cronbach. El procesamiento de datos se realizó mediante el programa estadístico SPSS versión 21. Resultados: 61,2% tienen competencias suficientes, 52,4% muestran impotencia e incertidumbre, 57,3% tienen relación insatisfactoria con el docente, 61,2% presentan satisfactoria relación con compañeros, 64,1% presentan implicación emocional, 76,7% se presenta como no dañada en la relación con el paciente y 74,8% presentan sobrecarga académica. Al identificar el estrés percibido en las prácticas clínicas, se obtuvo que: 45,6% tiene estrés leve y estrés medio, respectivamente. Al asociar algunos estresores y estrés percibido, se obtuvo que: Existe relación estadística significativa entre: Falta de competencias y estrés percibido ( $p = 0,003$ ;  $p < 0,05$ ), Impotencia e incertidumbre y estrés percibido ( $p = 0,005$ ;  $p < 0,05$ ), Relación con el docente y estrés percibido ( $p = 0,003$ ;  $p < 0,05$ ), Relación con compañeros y estrés percibido ( $p = 0,003$ ;  $p < 0,05$ ), Implicación emocional y estrés percibido ( $p = 0,011$ ;  $p <$

0,05), Dañarse en la relación con el paciente y estrés percibido ( $p = 0,017$ ;  $p < 0,05$ ), Sobrecarga académica y estrés percibido ( $p = 0,026$ ;  $p < 0,05$ ). Meza y Pinedo (2014)

### **1.3 Objetivos:**

#### **Objetivo General:**

Determinar las situaciones que generan estrés durante las prácticas clínicas de enfermería básica en los servicios de hospitalización en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Federico Villarreal que inician su rotación en los hospitales 2018.

#### **Objetivos Específicos:**

Establecer que la impotencia e incertidumbre como situación generadora de estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.

Establecer la falta de competencia como situación generadora de estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.

Establecer el deterioro de la relación con el paciente como situación generadora de estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.

Establecer el descontrol de la relación con el paciente como situación generadora de estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.

Establecer que la sobrecarga como situación generadora de estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.

Establecer el contacto con el sufrimiento como situación generadora de estrés en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.

Establecer la relación entre los compañeros y docentes como situación generadora de estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.

Establecer la implicación emocional como situación generadora de estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.

#### **1.4 Justificación**

En la actualidad el problema del estrés es de mucho interés para los investigadores, por las consecuencias en la salud de los individuos sobre todo en los estudiantes universitarios.

Los estudiantes de enfermería como futuros profesionales proveedores del cuidado están sujetos a padecer estrés ya que están frente a nuevos roles y responsabilidades durante el desarrollo de la práctica clínica y deben acoplarse a ciertas situaciones que afrontan por primera vez como son: la muerte de un paciente, temor a contagiarse de alguna enfermedad, sumado a su inexperiencia, estilos de vida lo que repercute en su calidad de vida resultando en situaciones que le generan estrés.

La adaptación del estudiante es de suma importancia para asumir adecuadamente una situación que resulte amenazante, pero cuando no tiene la capacidad para responder de manera adecuada, el estrés suele hacerse crónico originando una situación de alerta constante, lo cual resulta perjudicial para el estudiante, ya que favorece la aparición de un conjunto de problemas en el sistema inmunológico, psicológico, cognitivo y efectos desfavorables en el rendimiento académico.

Mediante la presente investigación se busca fortalecer el conocimiento acerca del estrés y sus repercusiones en la salud mental de los alumnos.

## **II) Marco Teórico**

### **Estrés**

Definición: Reacciones fisiológicas que en su totalidad van a preparar al organismo para una acción”. (OMS, 1994).

Lazarus y Folkman (1986) el estrés es el resultado de la relación que existe entre la persona y el medio que lo rodea. Llega a producirse estrés cuando el individuo percibe lo que sucede a su alrededor como una situación que sobrepasa sus recursos, haciendo que exista un peligro que afecte su bienestar personal. (De Vera,s.f)

### **Fisiología del estrés**

El estrés es una condición de activación que tiene carácter adaptativo el cual resulta beneficioso ya que entrena a nuestro cuerpo para dar respuesta ya sea enfrentando o huyendo de las situaciones amenazantes. Palmero (1996), citado por zapata (2003, p.9).

### **Sintomatología**

El estrés genera un conjunto de síntomas en nuestro cuerpo: aumento de la frecuencia cardiaca, hipertensión arterial y taquipnea. (Hernández y Maeda ,2014).

La glándula encargada de estos procesos es el hipotálamo, el cual va a enviar mensajes a la hipófisis como a la glándula suprarrenal. A nivel circulatorio la composición de nuestra sangre sufre una modificación lo cual se manifiesta en una hiperglicemia, se producirá secreción de adrenalina en la sangre a través de la medula suprarrenal. La adrenalina aumenta el azúcar en la sangre coagulándola inmediatamente dando como resultado el aumento de la presión arterial. (Hernández y Maeda ,2014).

## **Fases del estrés**

### Fase de alarma

Ante una situación de estrés nuestro cuerpo capta la existencia del peligro y se prepara para hacer frente o huir, ocurre una activación del sistema nervioso simpático, la corteza, el hipotálamo, la hipófisis y la glándula suprarrenal. Nuestro cerebro al percibir el peligro va a estimular al hipotálamo para que produzca la hormona Adrenal Cortico Trophic Hormone (ACTH) La cual hace su recorrido por el torrente sanguíneo llegando a la corteza de la glándula suprarrenal. Existe también un mensaje el cual va por vía nerviosa teniendo como punto de partida el hipotálamo y llegara hasta la medula suprarrenal donde habrá secreción de adrenalina la cual favorece a nuestro organismo para que siempre este alerta ante situaciones de peligro . (Capdevila y Segundo 2005, p.3).

### Fase de resistencia

Nuestro organismo al sentirse amenazado por situaciones existentes en nuestro medio tratara de adaptarse a dichas situaciones que le resultan estresantes. En esta fase existe una disminución de la capacidad de respuesta de nuestro organismo. (Capdevila y Segundo 2005, p.3).

Es aquí donde nuestro cuerpo al tratar de adaptarse atraviesa por un proceso denominado homeostasis. (Capdevila y Segundo 2005, p.3).

### Fase de agotamiento

Es aquí donde disminuye la capacidad adaptativa que posee nuestro organismo, se agotaran los recursos para afrontar aquellas situaciones de estrés permanente, esta fase resulta ser la más peligrosa para la salud ya que nuestro sistema inmunológico se verá afectado y como consecuencia aparecerán las enfermedades. (Capdevila y Segundo 2005, p.3).

## **Niveles de estrés**

### **Estrés positivo (Eustres)**

Es aquel estrés donde la persona convive con la situación estresante, este tipo de estrés no provoca daños en nuestra salud, al contrario resulta positivo ya que potencia nuestra creatividad, hará sentirnos felices y habrá un adecuado equilibrio en nuestro cuerpo. (Lopategui E,s.f).

Este tipo de estrés es un estímulo que permitirá enfrentarnos a una determinada situación y también nos ayuda a resolver los problemas. (Lopategui E,s.f).

El estrés positivo genera un cambio de suma importancia en nuestras vidas, debemos buscarlo con avidez ya que nos beneficia en nuestro crecimiento tanto personal como profesional. (Lopategui E,s.f).

### **Distrés (estrés negativo).**

Cuando las demandas de la persona superan la capacidad de adaptación nos encontramos con una situación de estrés negativo.

Es aquel estrés que debemos evitar en nuestras vidas ya que provoca un desequilibrio a nivel físico y psicológico dando como resultado la aparición de distintas enfermedades. (Lopategui E,s.f).

## **Consecuencias vinculadas al estrés**

La problemática del estrés no solo engloba elementos físicos y psicológicos, sino que también a la percepción subjetiva que puede reflejarse en cuadros de ansiedad, pánico, diabetes, obesidad, entre otros. Se ve influenciado por diversos factores de su entorno. Cabe resaltar que no en todos los casos que se presenta el estrés, son negativos, puesto que no todo agotamiento se asocia al estrés. La vivencia de situaciones estresantes e intensas, si son de corto plazo y las afrontamos de

forma adecuada, nos fortalece mucho más y nos va a preparar para nuevas luchas, es lo que se denomina estrés positivo. (Mamani, 2013).

### **Situaciones estresantes**

Para Bandura (1997 y 1999), citado por Barraza (2009, p.1), sostiene que: Un ambiente que ocasiona estrés es un entorno novedoso, extremadamente demandante, incontrolable, de larga duración.

Diversas situaciones estresantes son ocasionadas por la apreciación y estimación que se tiene de ellas. Existe un grupo de características que transforman a una determinada situación en estresante, por otra parte los estilos de vida muchas veces hacen que el estrés que se padece lo genere uno mismo. No todos los cambios traen consigo estrés, en demasiados casos cuando la persona presenta incertidumbre, o cuando se dispone de información insuficiente o excesiva el individuo se sentirá estresado. Por otro lado podemos mencionar que las experiencias intensas que vivimos o alguna enfermedad crónica, estar desempleado son situaciones que resultan altamente estresantes. Debemos tener en cuenta que muchas veces las situaciones cotidianas que parecen inofensivas causan tensión y activación lo cual genera que nuestro organismo se vaya desequilibrando y no tengamos paz en nuestro interior. Jacine et al. (Como se citó en Blanco, Cantillo, Castro, Downs y Romero 2015, p.15.16).

## **Factores desencadenantes de estrés**

Vienen a ser aquellas condiciones que desencadenan estrés los cuales pueden ser estímulos del medio externo o interno que de modo directo o indirecto ocasionara un desequilibrio en nuestro organismo. Estrés (2012).

Existen ocho clases de situaciones estresoras

1. Situaciones que nos obligan a realizar un procesamiento inmediato de la información obtenida.

2. Estimulo del ambiente nocivo.

3. Sensaciones amenazantes.

4. Cambios a nivel fisiológico (enfermedad y adicción)

5. Abandono y separación

6. Bloqueo de nuestros intereses

7. Influencia de un grupo

8. Fracaso

Según el tipo de modificación en los estilos de nuestra vida podemos mencionar cuatro tipos de estresores:

**Estresores únicos:** Aquellos que producen modificaciones en las condiciones del medio de vida del individuo y que habitualmente resulta perjudicial para ellos.

**Estresores múltiples:** Son aquellos que perjudican a una sola persona o a un grupo pequeño, suelen generar modificaciones trascendentes en los individuos.

**Estresores cotidianos:** Son aquellas situaciones que resultan molestosas y que suceden en el transcurrir de la vida cotidiana.

Estresores biogenicos: Aquellos mecanismos físicos y químicos que atacan de forma directa a la respuesta de estrés sin que haya mediación en los procesos psicológicos.

Este tipo de estresores pueden presentarse de manera aguda o crónica y pueden ser un aviso de problemas mentales que pueden desarrollarse en un futuro. Estrés (2012).

#### Tipos de estresores

Pueden distinguirse tres fuentes de estrés que se desarrollan en un ambiente natural estos son:

1. Estresores Vitales Intensos: Son aquellos acontecimientos extraordinarios y de suma importancia en nuestra vida y que producen un efecto físico y psicológico ya que están presentes constantemente y generan en el organismo un proceso adaptativo desencadenando una respuesta de estrés. Según el entorno podemos mencionar los siguientes:

1. Del entorno interno: Matrimonio, ser padres, conseguir un ascenso en el trabajo, examen importante, cirugía de alto riesgo, fallecimiento de algún miembro de la familia etcétera. Al ser repetitivas estas situaciones nuestro organismo tiene que realizar sobreesfuerzos repetidos haciendo que resulte difícil su recuperación trayendo consigo efectos nocivos. Martin (como se citó en meza, pinedo y sinti 2014, p.23, 24).

2. Del entorno externo: Son situaciones que la persona no puede controlar, fallecimiento de un familiar o amigo, accidentes, violencia, enfermedad incapacitante, desempleo, terrorismo y los desastres de la naturaleza. Estos son responsables de que haya estrés crónico y si no es afrontado de manera eficaz, traerá consigo reacciones de estrés agudo y más adelante un trastorno de estrés postraumático. Martin (como se citó en meza, pinedo y sinti 2014, p.23, 24).

2. Estresores Cotidianos: Son los estresores originados por situaciones de menor grado que están presentes en la vida cotidiana, estos suelen causar perturbación en determinados momentos. Podemos mencionar los asuntos económicos, asuntos relacionados con el trabajo o familia, no

comer tranquilamente, no tener dinero. Estos acontecimientos provocan respuestas de estrés y efectos nocivos a nivel físico y psicológico. Martin (como se citó en meza, pinedo y sinti 2014, p.23, 24).

3. Estresores Mentales: Son aquellos que se encuentran en relación con la situación personal, como son la presión a la que cada persona atraviesa y que dan lugar a un estrés mental. Martin (como se citó en meza, pinedo y sinti 2014, p.23, 24).

### **Situaciones generadoras de estrés**

Hacen referencia a las situaciones que provocan una respuesta de estrés. Esta respuesta es propia y automática del organismo ante los distintos cambios ambientales ya sean internos o externos, mediante el cual nuestro organismo se prepara para enfrentar las demandas que son generadas por una nueva situación. (Como se citó en Camacho 2014).

Cuando el individuo se enfrenta a situaciones estresantes, este reacciona de distintas maneras para así mejorar la situación o en lo posible disminuir el estrés y los sentimientos negativos que dicha situación ha provocado.

### **Características de las situaciones de estrés**

1. Existencia de un cambio o una nueva situación
2. Información insuficiente
3. Incertidumbre
4. Ambigüedad de una situación
5. La inminencia de los cambios
6. Habilidad para manejar situaciones nuevas
7. Alteración de la condición biológica del organismo

8. Duración de las situaciones estresantes, mientras más duraderas sean mayor será el desgaste del organismo.

Las situaciones que generan estrés son circunstancias que se encuentran en el ambiente que nos rodea las cuales nos producen estrés. Herrico (como se citó en Camacho 2014, p.8).

La respuesta al estrés es aquella reacción que posee un individuo frente a los factores que lo originan y los tipos de respuesta que pueden darse frente a una situación estresante son dos:

- Respuesta en armonía adecuada con la demanda que se presenta.
- Respuestas negativa, insuficiente o exagerada en relación con la demanda planteada, lo cual genera desadaptación. Herrico (como se citó en Camacho 2014, p.8).

#### SITUACIONES QUE GENERAN ESTRÉS DURANTE LAS PRACTICAS CLINICAS

##### **a) Falta de Competencias**

La competencia profesional es el actuar que le permite a un profesional expresar sus conocimientos, habilidades y valores, esto le permitirá al individuo regular su actuación y buscar soluciones a los problemas del ámbito profesional. La forma como actué un profesional mostrara que existe un nivel de desarrollo de su competencia profesional lo cual se pondrá de manifiesto a través de la calidad de su actuar profesional que muchas veces va desde la falta de competencia hasta un actuar competente. Cuando la persona ha desarrollo una adecuada competencia profesional lo manifestara expresando armonía, surgirá un cambio en su forma de pensar y hacer cuando le toque actuar en el ámbito profesional. (Gonzales, 2002).

Un profesional competente no solo es aquel que demuestra su conocimiento y habilidad, sino que es aquel que ve la necesidad y que se compromete a solucionar los problemas existentes apoyados en su conocimiento habilidad, motivación y valores. (Gonzales, 2002).

El profesional competente nos da la garantía que al desempeñarse en el ámbito profesional lo hará con responsabilidad y eficiencia pero además de esto debe estar comprometido y debe afrontar las consecuencias de una decisión que haya tomado. (Gonzales, 2002).

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

Definición de sufrimiento: Es aquella condición de tristeza severa que se asocia a acontecimientos que amenazan la integridad del ser humano. El sufrimiento involucra emociones, posee efectos en las interrelaciones del individuo, además tiene un impacto a nivel físico. Esta aflicción grave hará que las emociones de la persona se vean afectadas, se sentirá triste, frustrado, ansioso. El sufrimiento surge siempre asociado a eventos, sobre todo externos (otras personas, enfermedad, desempleo, pérdida de un ser querido, etc.). Cassell (como se citó en costa2016, p.4).

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

La relación entre docentes y compañeros de clase es considerada como fuente que genera estrés y que preocupa cuando se inicia y finaliza una profesión. Es una fuente de estrés de suma importancia en los alumnos de enfermería ya que demuestra la dificultad en la relación compañeros y docentes. (Zupiria, 2003).

### **d) Impotencia e Incertidumbre**

La impotencia e incertidumbre, es lo opuesto de empoderamiento y certidumbre. El empoderamiento, es la capacidad que posee el ser humano para realizar una elección o elegir una alternativa de las que estén a nuestra disposición como maneras para solucionar distintas circunstancias, problemas, actuales o potenciales, en los distintos entornos, como el laboral, familiar y sentimental para valorar las distintas opciones y finalmente dar soluciones.

Certidumbre: Es aquel conocimiento del que estamos seguros, convencidos de algo. Para llegar a poseer certidumbre se debe tener conocimiento, comprensión, hacer un análisis adecuado de los problemas para así encontrar soluciones, ya que los resultados de las malas o buenas decisiones tendrán consecuencias en nuestras vidas, si hablamos del ámbito laboral podemos conseguir éxitos o fracasar. (Mamani, 2013).

El desarrollo de las prácticas clínicas en enfermería es trascendental para el posterior desempeño de los profesionales en enfermería, pero suele convertirse en momentos estresantes para los estudiantes por el contacto con diversas situaciones estresantes como el padecimiento de una persona, muerte etc., ante lo cual se sentirá incapaz e inseguro, es frecuente durante el desarrollo profesional en enfermería, con mayor razón en el estudiante durante el desempeño de la práctica clínica ya que se siente vulnerable al estar en contacto con el sufrimiento de los pacientes, el fallecimiento del paciente, insatisfacción del paciente o de su familia. (Mamani, 2013).

Los estudiantes de enfermería se enfrentan con diversas y nuevas situaciones que tienen que afrontar, existe mayor responsabilidad de las acciones que realizan, el estudiante muchas veces no se siente preparado y no tiene experiencia lo cual hará que piense que es incapaz para resolver situaciones y su falta de preparación le crea inseguridad, sintiéndose estresado ante diversas situaciones. (Mamani, 2013).

**e) No controlar la relación con el paciente.**

Hace referencia a la dificultad o falta de comunicación por parte del alumno de enfermería que realiza sus prácticas con respecto al paciente, lo cual perjudica la relación, para estos casos es mejor desarrollar la asertividad generar y proponer consensos y compromisos, que ayuden a mantener el control sobre la relación entre ambos. (Fuel y Chalco 2014, p.39).

#### **f) Implicación Emocional**

La relación que debe existir entre el alumno de enfermería y el paciente debe de ser terapéutica y no amical, familiar, política o afectiva, para no exponerlos a una implicación emocional o afectiva que puede llegar a afectar negativamente por sucesos que le ocurren al paciente, generando dificultad en su aprendizaje y gran cantidad de estrés. (Meza et al. 2014, p.32, 33).

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

Se refiere al trato del paciente con el enfermero(a) y viceversa, que continuamente perjudica las situaciones a realizar por el (la) enfermero(a), la cual llega a afectar la relación. (Mamani, 2013).

#### **h) Sobrecarga Académica**

Hace referencia a la exigencia de labores que competen (tales como los cuidados y atención del paciente y la elaboración de documentos) y no competen (Refiere a mandados por las cuales busca la manera de aprenderlos y/o solucionarlos) en referencia a sus responsabilidades, provocando un incremento de estrés. Sumado a todo esto, se encuentran las labores académicas para el desarrollo de su asignatura. Se mide como: Carga Académica Normal, cuando siente que las actividades a realizar están relacionadas con su nivel de aprendizaje y el tiempo disponible, y Sobrecarga Académica, cuando siente que las actividades exceden su nivel de aprendizaje y el tiempo disponible. Más, Escribà y Cárdenas (como se citó en Meza et al. 2014, p.35)

### **2.1 Bases**

**Teoría de adaptación del estrés:** El modelo de Roy define el estrés como aquel proceso en el que la persona se encuentra amenazado por las demandas del ambiente a los cuales debe

responder adecuadamente haciendo uso de los recursos que posee para afrontar dichas demandas. (Cisneros, 2002, p.7).

Existen cinco elementos que ayudan al individuo a adaptarse y estos son:

1. Paciente
2. La meta de la enfermera
3. El ambiente
4. El rumbo de las actividades
5. La salud

La capacidad de adaptación dependerá de los estímulos a los que la persona se encuentra expuesto y su nivel de adaptación va a depender de tres tipos de estímulos:

- 1) Focales: Aquellos que enfrentamos inmediatamente.
- 2) Contextuales: Todos aquellos estímulos presentes.
- 3) Residuales: Lo que el individuo experimento en el pasado. (Cisneros, 2002, p.7).

Roy considera que los individuos tienen cuatro formas para adaptarse, estas son: fisiológica, autoconcepto, desempeño de funciones y las relaciones de interdependencia.

Señala que las intervenciones de la enfermera implican ya sea aumentando, disminuyendo o manteniendo los estímulos focales, contextuales y residuales de manera que el paciente pueda enfrentarse a dichos estímulos. (Cisneros, 2002, p.7).

**Teoría síndrome de adaptación general (SAG) de Hans Selye (1976).** Quien define el estrés como aquel estado que se manifiesta como un síndrome específico, que consiste en los cambios que se producen dentro de un sistema biológico. Guerrero E (sf).

Según Selye va a ocurrir estrés cuando el equilibrio normal de nuestro organismo se ve alterado por la acción de los agentes internos o externos y que nuestro organismo reaccionara ante dichos agente de manera extraordinaria logrando un adecuado equilibrio. Guerrero E (sf).

1. **Teoría interaccional de Richard S. Lazarus y Folkman (1984).** Define al estrés como aquel encuentro que implica las relaciones particulares del individuo y el medio que lo rodea. Según Lazarus, la evaluación cognitiva es un proceso universal, en el que las personas realizan una valoración de lo que ocurre a su alrededor y como tiene relación con su bienestar personal. Guillen (como se citó en meza et al. 2014, p.45).

Según esta teórica existen tres tipos de evaluación:

2. La evaluación primaria: La cual va a evaluar el significado de los estresores o amenazas ante cada encuentro con algún tipo de demanda ya sea interna o externa, generándose así cuatro modalidades de evaluación y son:

1. Amenaza: Acción que anticipa un daño.

2. Daño o pérdida: Es aquel daño que afecta el área psicológica.

3. Desafío: Es aquella situación difícil o peligrosa, que puede tener ganancias positivas o ser una amenaza ya que la persona sentirá la seguridad de superar y moviliza y hace uso de los recursos adecuadamente.

4. Beneficio: Cuando las reacciones no generan estrés.

5. La evaluación secundaria: Es aquella valoración del control del estresor y de los recursos propios de la persona para afrontar diversas situaciones.

6. Proceso de Feedback: Son aquellos que acontecen a medida que se desarrolla la interacción entre el ser humano y las demandas internas o externas. Guillen (como se citó en meza et al. 2014, p.45).

**Teoría de Betty Newman – Modelo de sistemas:** Esta teoría se centra en el estrés y su reducción, se ocupa principalmente de los efectos y de las reacciones ante las situaciones de tensión, en el desarrollo y el mantenimiento de la salud.

El individuo es un sistema abierto ya que está en constante interacción con su medio ambiente y esto facilita su armonía y el adecuado equilibrio entre el medio interno y externo.

Refiere que las intervenciones de enfermería deben tener como objetivo la reducción de los factores que ocasionan tensión y las condiciones adversas las cuales afectan o pueden afectar el funcionamiento adecuado en situaciones determinadas del paciente.

La intervención de la enfermera debe ser inmediata antes que el individuo entre en contacto con situaciones productoras de tensión. Aquí la enfermera hace uso de la prevención primaria.

El objetivo es evitar que las situaciones productoras de tensión disminuyan las posibilidades del individuo para enfrentarse a dichas situaciones que le generan tensión, ya que si esto sucede la fuerza que posee el individuo se verá debilitada.

La prevención secundaria: Cuando los productores de tensión atraviesan la línea normal de defensa que posee el individuo. Se atienden oportunamente los casos y se realiza la planificación y evaluación de aquellas intervenciones que están relacionadas con los síntomas.

La intervención terciaria: Es aquella que se encarga de restablecer el adecuado equilibrio. Se realiza la reeducación para así evitar que vuelva a suceder lo mismo, la readaptación y la conservación de la estabilidad. (Cisneros, 2002).

### **III) Método**

#### **3.1 Tipo de investigación**

##### **Método de investigación:**

Es un estudio Cuantitativo, ya que los resultados obtenidos de las variables en estudio fueron medidos en términos numéricos previo análisis mediante procedimientos y pruebas estadísticas.

##### **Diseño de Investigación**

Diseño No Experimental, descriptivo y de corte transversal. No experimental, porque no hay manipulación de la variable, se basa en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para luego analizarlos. Descriptivo porque permite recoger información precisa acerca de las variables a investigar, luego con los resultados obtenidos proceder a identificar las principales situaciones generadoras de estrés en los alumnos de Enfermería durante la práctica clínica. Transversal, porque se recolectaron los datos en un momento único o determinado en el tiempo.

#### **3.2 Ámbito temporal y espacial**

La Universidad Nacional Federico Villarreal es una universidad pública con sede en la ciudad de Lima, Perú. Fue fundada el 30 de octubre de 1963.

#### **3.3 Variables**

**Situaciones generadoras de estrés:** Son aquellos estímulos del ambiente externo los cuales alteran el equilibrio y el buen funcionamiento del organismo.

**Estrés:** Es un acontecimiento habitual de la vida del individuo, ya que cualquier persona, con mayor o menor frecuencia, lo ha experimentado en algún momento de la vida. El más mínimo cambio al que se expone una persona es susceptible de provocárselo.

**Prácticas clínicas:** Actividades que permiten al alumno de enfermería adquirir conocimientos y habilidades y actitudes necesarias para el desarrollo de la profesión.

**Estudiantes de enfermería:** Individuos en formación como profesionales de enfermería expuestos a factores estresores, exámenes, exceso de información, problemas económicos y prácticas clínicas.

### **3.4 Población y muestra**

Población: Alumnos de la escuela de Enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal del segundo año, se trabajó con el 100% de la población, la cual quedó constituida por los 54 estudiantes.

### **3.5 Instrumentos**

Para la realización de esta investigación se utilizó la técnica de la encuesta y para la obtención de las respuestas se hizo uso del cuestionario, modelo elaborado por Zupiria et. al (2003) posteriormente modificado y validado mediante juicio de expertos, presentando una confiabilidad de 0.83 Alfa C; El cual se encuentra conformado por 35 ítems, divididos en 8 dimensiones que reflejan situaciones diferentes altamente estresantes, durante su práctica clínica tales como la relación con el docente y compañeros, la incertidumbre e impotencia la cual es una de las principales situaciones de estrés, la falta de competencia, no controlar la relación con el paciente ambas situaciones sumamente importantes, el contacto con el sufrimiento además de la

implicación emocional, sumado con la sobrecarga y finalmente el deterioro de la relación con el paciente.

### **3.6 Procedimientos**

La recolección de datos fue realizada con el consentimiento y permiso de la Escuela Profesional de Enfermería, la encuesta se desarrolló en las aulas de enfermería de 2do año en el mes de noviembre, anticipadamente se les explicó a los alumnos los principales objetivos del presente estudio, así como las pautas para llenar el cuestionario el cual fue desarrollado en un periodo de 10 a 15 min, cabe resaltar que la encuesta fue desarrollada con el consentimiento previo del alumnado.

### **3.7 Análisis de datos**

Los datos fueron ingresados al programa estadístico informático (SPSS) presente en su versión 22, por consiguiente se procedió a la elaboración de gráficos y tablas para el desarrollo de los objetivos del presente estudio.

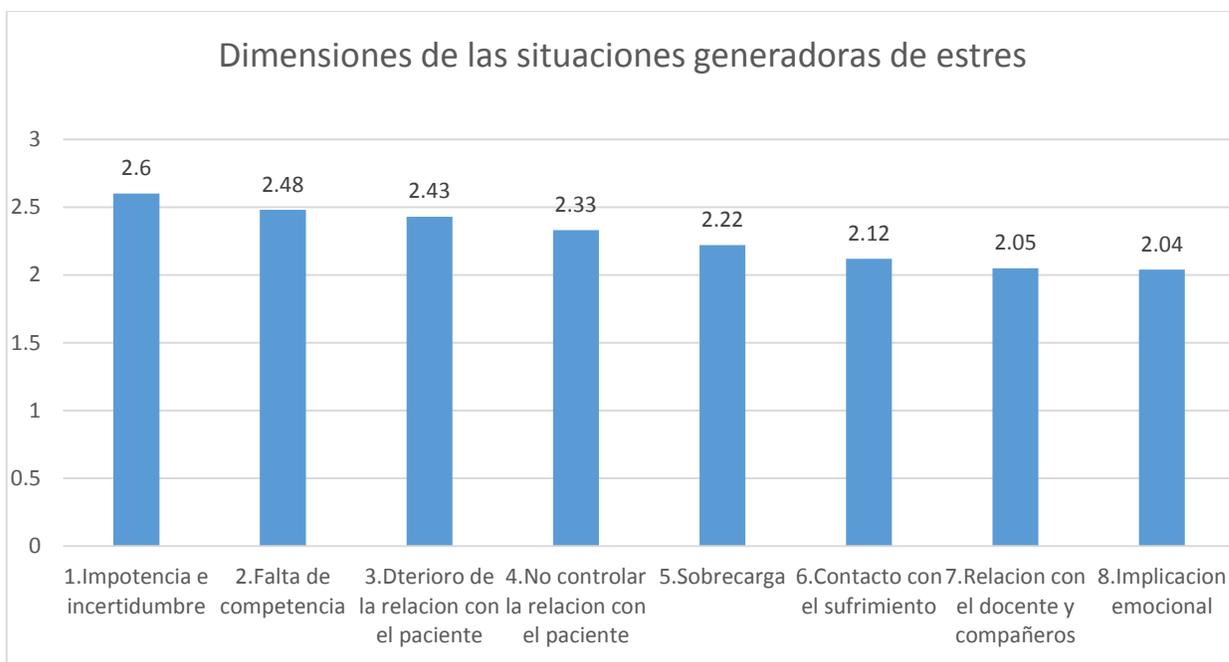
## I.V) Resultados

*Tabla 1*

*Características sociodemográficas de los estudiantes de enfermería de segundo año de la Universidad Nacional Federico Villarreal 2018.*

<b>Datos</b>		<b>N</b>	<b>%</b>
Edad	<= 19	24	44,4%
	20-22	25	46,3%
	23-25	3	5,6%
	26+	2	3,7%
Sexo	Femenino	44	81,5%
	Masculino	10	18,5%
Estado civil	Estado		
	Soltero	54	100,0%
	Casado	0	0,0%
Grado de instrucción	Conviviente	0	0,0%
	Segundo	54	100,0%

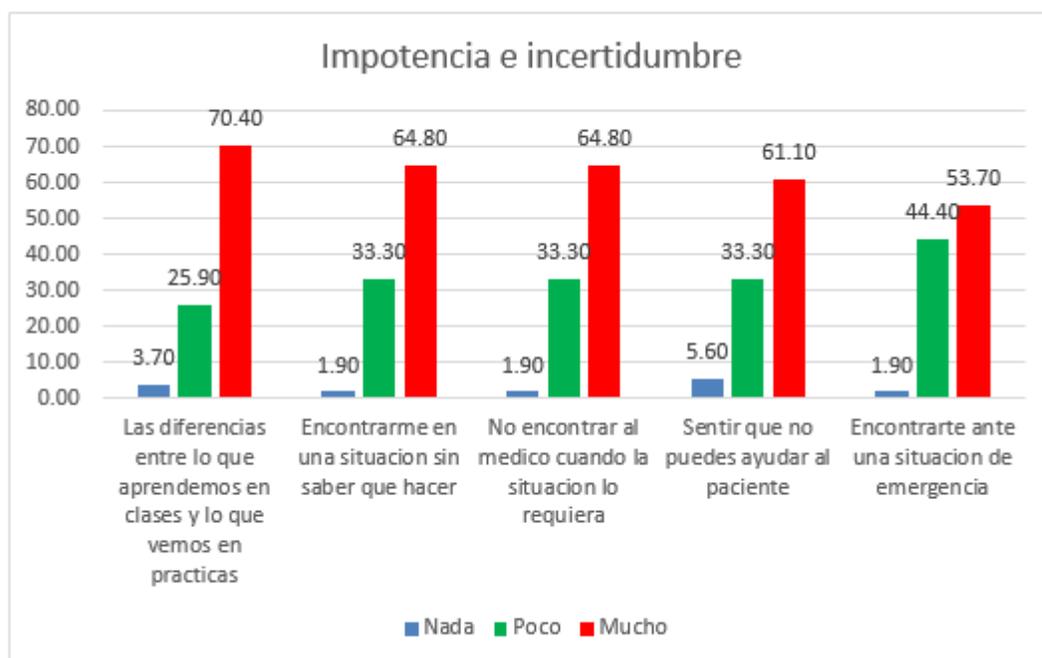
Nota: En la tabla 1 se observa que de un total de 54 (100%) estudiantes de enfermería, el 46.3% (25) de los estudiantes tienen edades que oscilan entre 20 y 22 años, el 81.5% (44) pertenecen al sexo femenino y 100% (54) son solteros.



*Figura 1. Dimensiones de las situaciones generadoras de estrés*

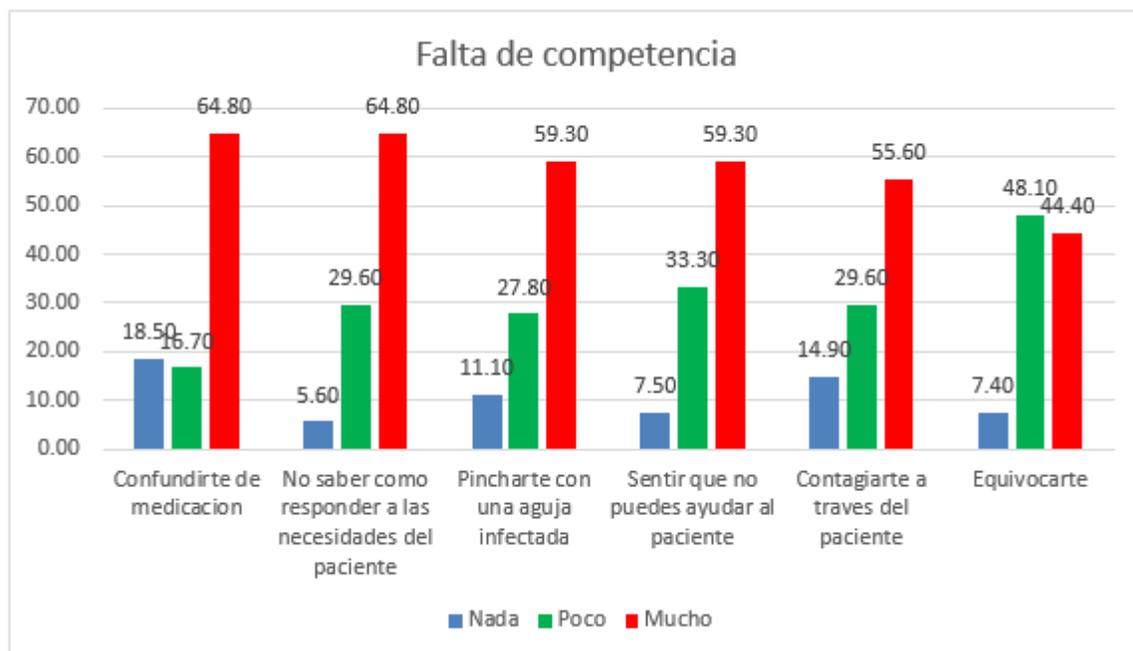
Figura 1. Las situaciones establecidas como la mayor causa que genera una alta cantidad de estrés en el periodo de prácticas clínicas del alumnado de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal Lima - Perú 2018.

En la figura 1 Se observa que la principal situación que genera estrés es la impotencia e incertidumbre, seguido de la falta de competencia, en tercer lugar se encuentra el deterioro de la relación con el paciente y como cuarto lugar se encuentra no controlar la relación con el paciente.



*Figura 2 Situación estresante en la dimensión impotencia e incertidumbre*

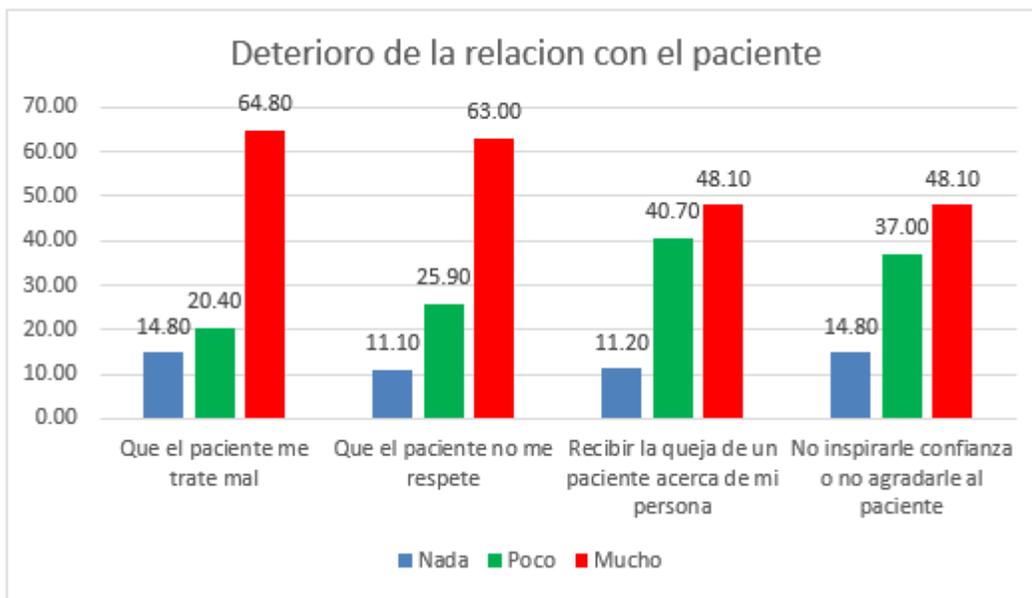
Figura 2. Se observa que la diferencia entre teoría y la práctica, ocupa el primer lugar y en segundo lugar tenemos que el encontrarse en una situación sin saber que hacer ocupa el segundo lugar, asimismo, el no encontrar al médico cuando se le requiere o la situación lo demanda así, ocupa el cuarto lugar y en último lugar esta el encontrarse ante una situación de emergencia. El valor con respecto a las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en referencia a la dimensión incertidumbre e impotencia se ve establecida por un 2.6 como valor medio total.



*Figura 3. Situación estresante en la dimensión falta de competencia*

Figura 3. Observamos que de un total de 54 (100%) estudiantes de enfermería se observa que las principales causas son la confusión con la medicación del paciente, seguido de no saber como responder ante las necesidades del paciente, en el tercer lugar se presenta el temor a pincharse con una aguja infectada, finalmente se encuentra como última situación la equivocación.

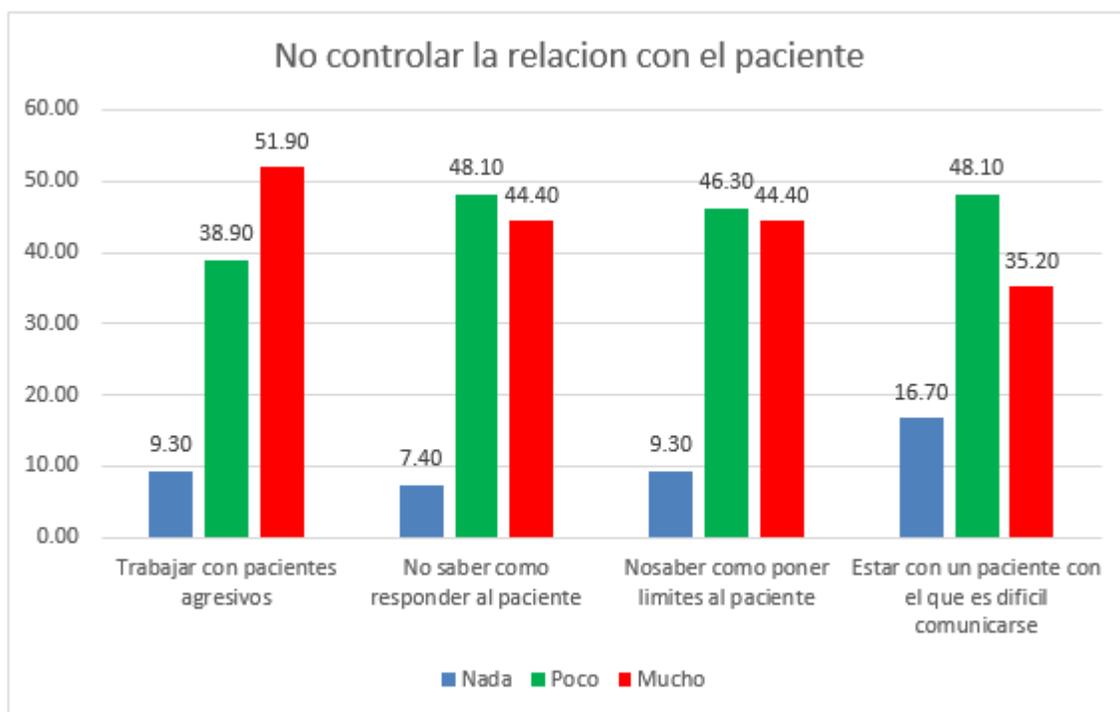
El valor con respecto a las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en referencia a la dimensión falta de competencias se ve establecida por un 2.48 como valor medio total.



*Figura 4. Situación estresante en la dimensión deterioro de la relación con el paciente*

Figura 4. Se observa que las principales situaciones que ocasionan un incremento de estrés son que el paciente trate mal al estudiante de enfermería, y en segundo lugar, Que el paciente no lo respete, asimismo, en tercer lugar tenemos el recibir quejas por parte del paciente y en último lugar no agradecerle o inspirar confianza.

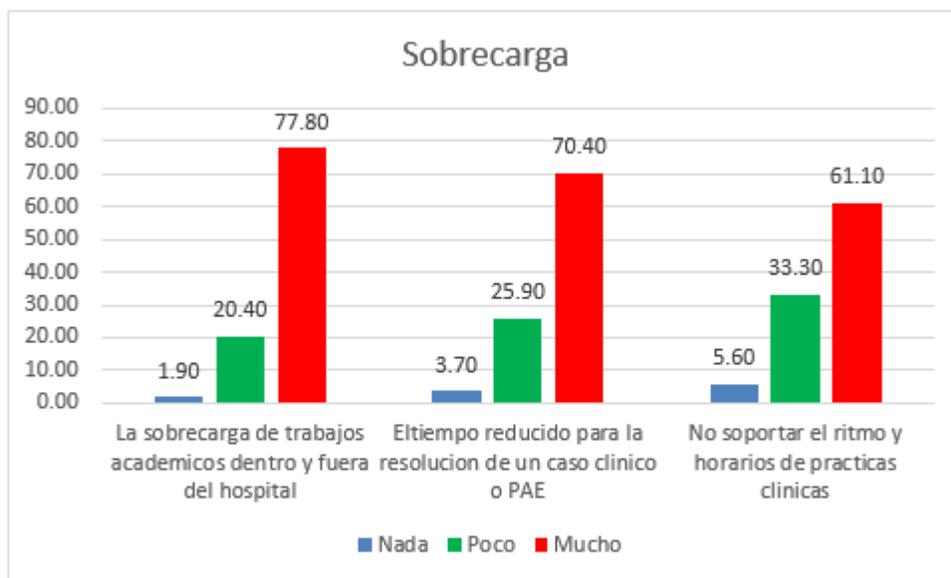
El valor con respecto a las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en referencia a la dimensión deterioro de la relación con el paciente, se ve establecida por un 2.43 como valor medio total.



*Figura 5. Situación estresante en la dimensión no controlar la relación con el paciente*

Figura 5. Se observa que trabajar con pacientes agresivos ocupa el primer lugar y en segundo el no saber como responder al paciente, asimismo el desconocer la forma de ponerle límites al paciente, y por último el estar con un paciente con el cual se dificulta la comunicación.

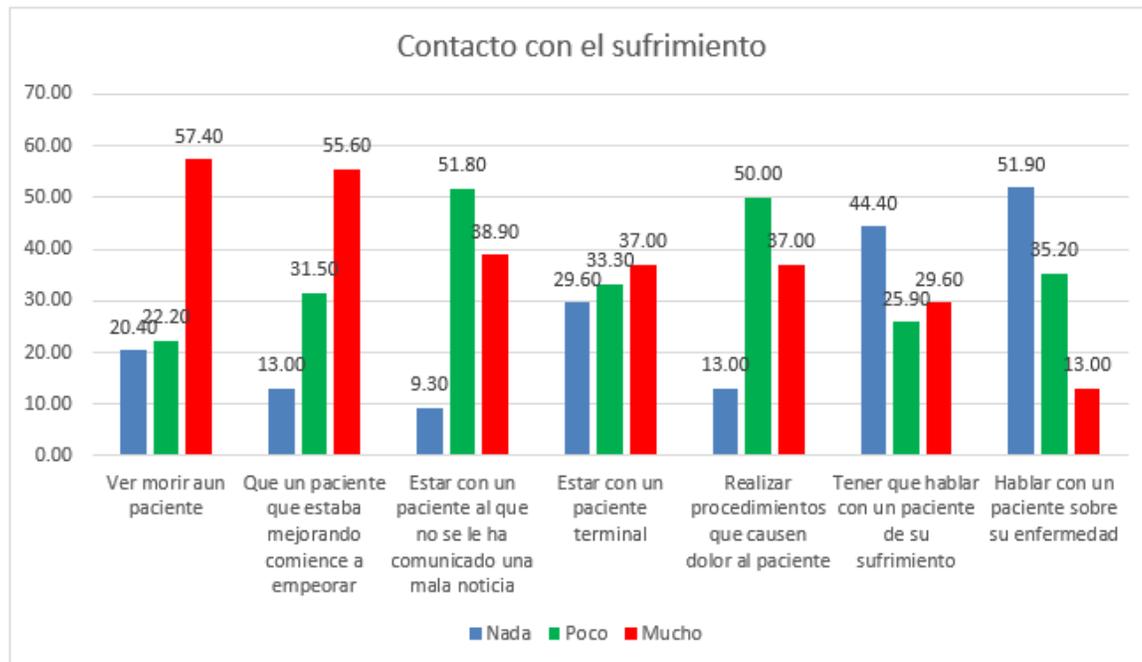
El valor con respecto a las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en referencia a la dimensión perder el control de la relación con el paciente, se ve establecida por un 2.33 como valor medio total.



*Figura 6. Situación estresante en la dimensión sobrecarga.*

Figura 6. Según la población en estudio se observa que la sobrecarga académica ya sea dentro o fuera del Hospital, es una de las principales causas que generan estrés en el alumnado de enfermería, seguido de el corto periodo para el desarrollo de un caso clínico y finalmente el no poder soportar el horario y ritmo de las prácticas clínicas.

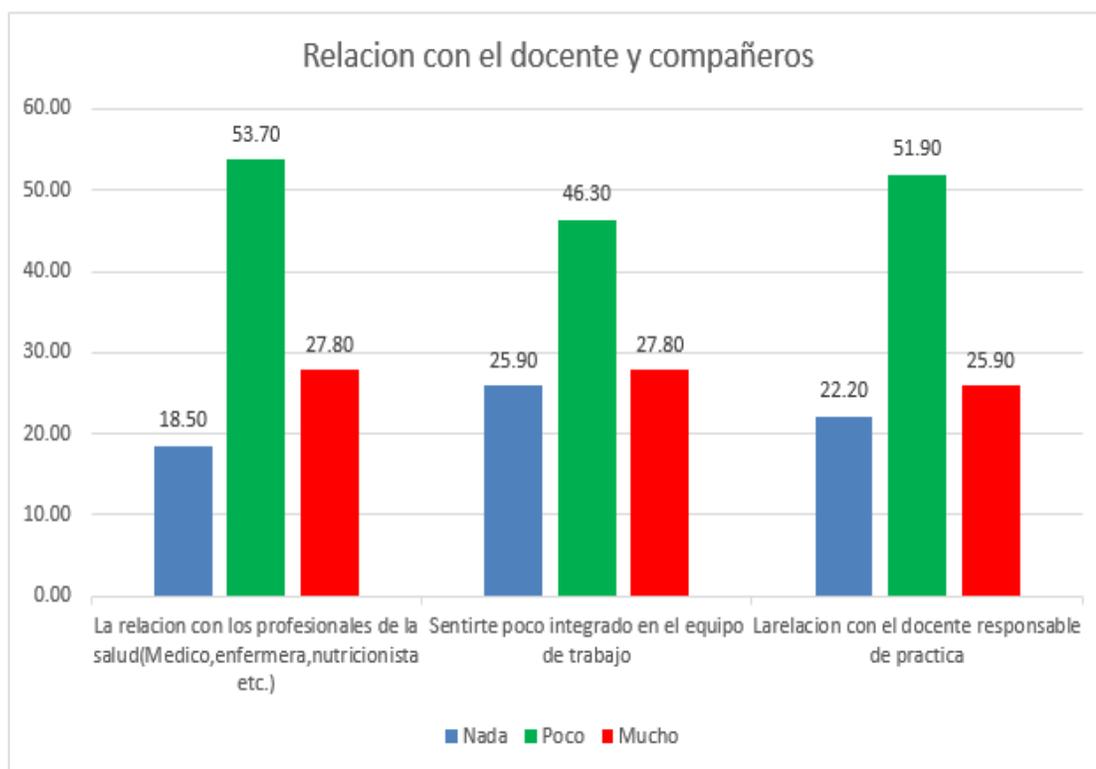
El valor con respecto a las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en referencia a la dimensión sobrecarga, se ve establecida por un 2.22 como valor medio total.



*Figura 7. Situación estresante en la dimensión contacto con el sufrimiento.*

Figura 7. Observamos que de un total de 54 (100%) de estudiantes de enfermería se observa como situaciones generadoras de estrés más relevantes son en primer lugar “Ver morir a un paciente” en segundo lugar “Que un paciente que estaba mejorando comience a empeorar” en tercer lugar “Estar con un paciente al que no se le ha comunicado una mala noticia” y finalmente se encuentra la conversación con el paciente en referencia a su enfermedad.

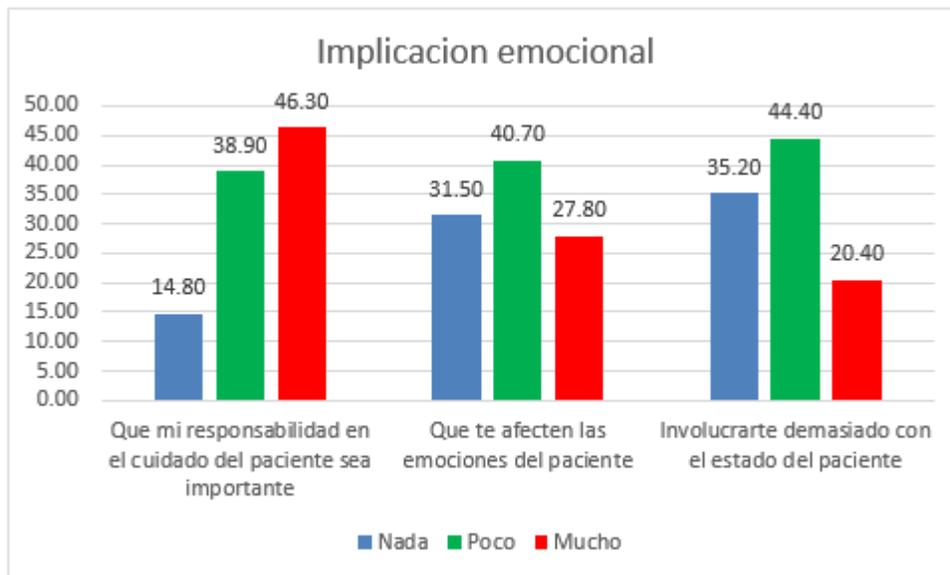
El valor con respecto a las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en referencia a la dimensión Contacto con el sufrimiento, se ve establecida por un 2.12 como valor medio total.



*Figura 8.Situacion estresante en la dimensión relación con el docente y compañeros.*

Figura 8. Se detalla que las principales causas que generan gran cantidad de estrés son las relaciones entre el alumnado y los profesionales, seguidamente de la falta de integración dentro del equipo y finalmente la relación docente – alumno.

El valor con respecto a las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en referencia a la dimensión relación con compañeros y docentes, se ve establecida por un 2.05 como valor medio total.



*Figura 9. Situación estresante en la dimensión implicación emocional.*

Figura 9. Detalla que entre las principales causas que generan estrés son la importancia de la responsabilidad, que se vean afectados por el paciente y sus emociones, y finalmente que se vean afectados negativamente por el estado del paciente lo cual es un potencial generador de estrés.

El valor con respecto a las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en referencia a la dimensión implicación emocional, se ve establecida por un 2.04 como valor medio total.

A continuación se trabajaron los 8 dominios por terciles según su puntuación, delimitándose tercil inferior, medio y superior.

Tabla 01

## Dominio Falta de competencia según sexo

	Falta de competencia			
	inferior	medio	superior	
Femenino	1 (2.3)	7 (15.9)	36 (81.8)	44 (100)
Masculino	0 (0)	4 (40)	6 (60)	10 (100)
Total	1 (1.8)	11 (20.3)	42 (77.8)	54 (100)

Nota: Se observa que el dominio falta de competencia, el 77.8% se encuentran en el tercil superior del total del puntaje de dicho dominio, observándose además que el 40% de los varones se encuentra en el tercio medio.

Tabla 02

## Dominio Contacto con el sufrimiento según sexo

	Contacto con el sufrimiento			
	inferior	medio	superior	
Femenino	0 (0)	20 (45.4)	24 (54.6)	44 (100)
Masculino	0 (0)	7 (70)	3 (30)	10 (100)
Total	0 (0)	27 (50)	27 (50)	54 (100)

Nota: Se observa que el dominio Contacto con el sufrimiento, el 50% se encuentran en el tercil superior del total del puntaje de dicho dominio, observándose además que el 70% de los varones se encuentra en el tercio medio.

Tabla 03

*Dominio Relación con el docente y compañeros según sexo*

	Relación con el docente y compañeros			
	inferior	medio	superior	
Femenino	2 (4.5)	29 (65.9)	13 (29.6)	44 (100)
Masculino	0 (0)	2 (20)	8 (80)	10 (100)
Total	2 (3.7)	31 (57.4)	21 (38.9)	54 (100)

Nota: Se observa que el dominio Relación con el docente y compañeros, el 57.4% se encuentran en el tercio medio del total del puntaje de dicho dominio, observándose además que el 65.9% de las mujeres se encuentra en el tercio medio.

Tabla 04

*Dominio Impotencia e incertidumbre según sexo*

	Impotencia e incertidumbre			
	inferior	medio	superior	
Femenino	0 (0)	4 (9.1)	40 (90.9)	44 (100)
Masculino	0 (0)	3 (30)	7 (70)	10 (100)
Total	0 (0)	7 (12.9)	47 (87.1)	54 (100)

Nota: Se observa que el dominio Impotencia e incertidumbre, el 87.1% se encuentran en el tercio superior del total del puntaje de dicho dominio, observándose además que el 90.9% de las mujeres se encuentra en el tercio superior.

Tabla 05

*Dominio Descontrol de la relación enfermero – paciente según el sexo*

	Perder el control de relación enfermero – paciente			
	inferior	medio	superior	
Femenino	0 (0)	16 (36.4)	28 (63.6)	44 (100)
Masculino	0 (0)	6 (60)	4 (40)	10 (100)
Total	0 (0)	22 (40.7)	32 (59.3)	54 (100)

Nota:Se observa que el dominio No controlar la relación con El paciente, el 59.3% se encuentran en el tercil superior del total del puntaje de dicho dominio, observandose ademas que el 63.6% de los mujeres se encuentra en el tercio superior.

Tabla 06

*Dominio Implicación emocional según sexo*

	Implicación emocional			
	inferior	medio	superior	
Femenino	6 (13.6)	17 (38.6)	21 (47.7)	44 (100)
Masculino	0 (0)	6 (60)	4 (40)	10 (100)
Total	6 (11.1)	23 (42.6)	25 (46.3)	54 (100)

Nota:Se observa que el dominio Implicación emocional, 46.3% se encuentran en el tercil superior del total del puntaje de dicho dominio, observandose ademas que el 60% de los varones se encuentra en el tercio medio.

Tabla 07

*Dominio Deterioro de la relación enfermero - paciente según el sexo*

	Empeoramiento de la relación con el			
	inferior	medio	superior	
Femenino	0 (0)	10 (22.7)	34 (77.3)	44 (100)
Masculino	0 (0)	6 (60)	4 (40)	10 (100)
Total	0 (0)	16 (29.6)	38 (70.4)	54 (100)

Nota: Se observa que el empeoramiento de la relación con el paciente, el 70.4% se encuentran en el tercil superior del total del puntaje de dicho dominio, observandose además que el 77.3% de las mujeres se encuentra en el tercio superior.

Tabla 08: Dominio Sobrecarga según sexo

	Sobrecarga			
	inferior	medio	superior	
Femenino	0 (0)	8 (18.2)	36 (81.8)	44 (100)
Masculino	0 (0)	2 (20)	8 (80)	10 (100)
Total	0 (0)	10 (18.5)	44 (81.5)	54 (100)

Nota: Se observa que el dominio Sobrecarga, el 81.5% se encuentran en el tercil superior del total del puntaje de dicho dominio, observandose además que el 81.8% de las mujeres se encuentra en el tercio superior.

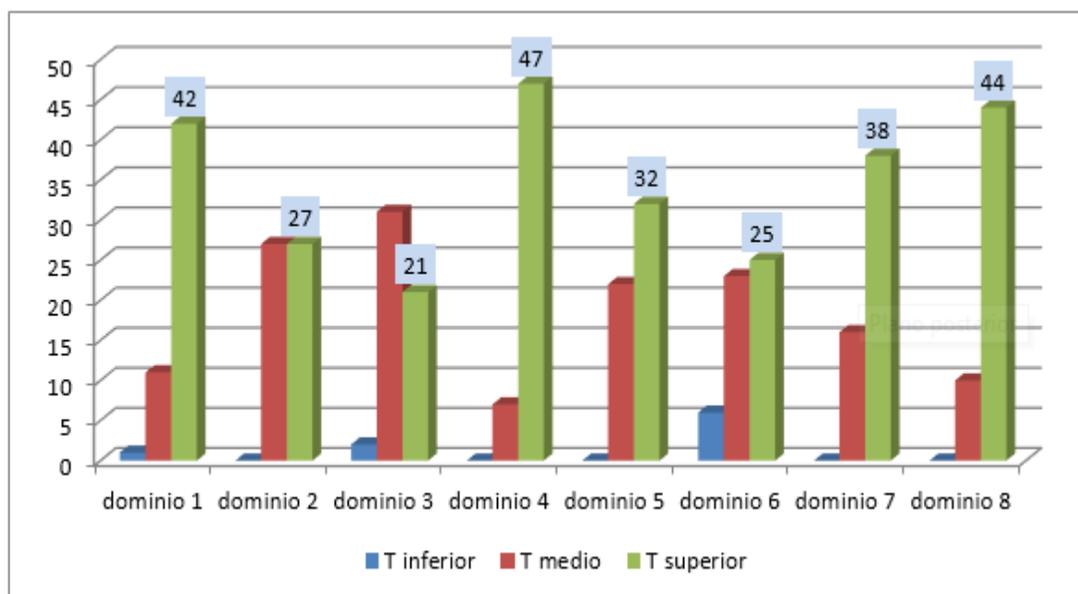
Tabla 09

*Puntaje total segun sexo*

	Puntaje total			
	inferior	medio	superior	
Femenino	0 (0)	7 (15.9)	37 (84.1)	44 (100)
Masculino	0 (0)	5 (50)	5 (50)	10 (100)
Total	0 (0)	12 (22.2)	42 (77.8)	54 (100)

Nota: Se observa que el puntaje total del instrumento empleado, el 77.8% se encuentran en el tercil superior, observandose además que el 84.1% de las mujeres se encuentra en el tercio superior.

Grafico 10

*Comparativo entre dominios según terciles de puntaje*

Nota: Podemos observar que el dominio que menor estudiantes tiene en el tercil superior es el dominio 3: Relación con el docente y compañeros; seguido por el dominio 6: Implicación emocional; por el contrario los que mayor número de estudiantes en el tercil superior fueron el dominio 4: Impotencia e incertidumbre y el dominio 8: sobrecarga.

## V) **Discusión de resultados**

En referencia a las prácticas clínicas, se establece que éstas son fundamentales en el aprendizaje de los alumnos de enfermería, ya que les permite desempeñar sus conocimientos teóricos y a fortalecer sus conocimientos ante múltiples dificultades. (López y Sánchez, 2005).

Por tal motivo, el presente estudio estableció como objetivo el determinar las situaciones principales que generan gran cantidad de estrés en los estudiantes de enfermería de la descontrol o la falta para controlar la relación con el paciente el cual presenta una media del 2.33 siendo esta última la más baja en cuanto a situación generadora de estrés.

Mamani (2013) detalla en su investigación, resultados similares con respecto a las principales causas que generan estrés, tales como el temor a cometer algún error con el paciente, diferencias entre lo aprendido en clase y lo visto en practica. (Mamani 2013).

Tessa (2015) obtuvo resultados similares, dentro de los principales factores estresores más relevantes fueron la competencia y la relacion con los compañeros y docentes. (Tessa 2015).

SANCHEZ y COLS (2013) obtuvo resultados similares que los factores percibidos más relevantes fueron hacer mal mi trabajo y perjudicar al paciente, confundirme de medicamento, meter la pata y pincharme con una aguja infectada. (SANCHEZ y COLS 2013).

MOYA y COLS (2013) obtuvieron resultados que indican que la falta de conocimiento que permite afrontar diversas situaciones y el temor a perjudicar al paciente, fueron catalogadas como las 2 causas más potenciales para los alumnos de enfermería y a medida que aumenta la edad y se avanza de curso, el grado de estrés es cada vez menor. (MOYA y COLS 2013).

A esto podemos decir que coincidimos en cuanto a la dimension “Impotencia e incertidumbre” y a la falta de competencia, las cuales aparecen como situaciones generadoras de estrés más relevantes en nuestro estudio.

Con referencia a la dimensión de falta de competencia, la cual representa una de las principales causas que genera estrés, su media se ve expresada por el valor 2.48 y entra las más resaltantes tenemos a la confusión de medicación, la falta de conocimiento ante situaciones de necesidad del paciente, asimismo el pincharse con una aguja infectada y finalmente el sentir la impotencia de no poder ayudar al paciente.

Mamani (2013), respalda estos resultados mediante su investigación en la cual detalla que la principal causa que genera mayor cantidad de estrés es el temor a errar con respecto a los cuidados del paciente, datado con un valor de 7.495. Con dichos resultados podemos determinar que la falta de confianza en uno mismo, el desconocimiento y la falta de habilidades sumado a la baja capacidad de respuesta ante un problema, son unas de las principales causas que generan mayor cantidad de estrés en el alumnado de enfermería. (Mamani 2013).

Con respecto al empeoramiento de la relación estudiante – paciente, se detalla que el alumnado indica que es estresante, que el paciente los trate mal, que no los respete y además de eso recibir quejas por parte de los pacientes; Cascón (2000) detalla que es muy importante la comunicación para crear un vínculo afectuoso en el paciente así como para la recopilación de información para el estudiante. Sin embargo, en nuestros resultados, se detalla que a los alumnos de enfermería, les falta desarrollar habilidades de comunicación, por tal motivo no inspiran confianza o generan una relación agradable con el paciente, generando así una medida alta de estrés. (Cascón 2000).

En referencia a la falta de control de la relación que mantiene el estudiante con el paciente, el alumnado indica como mayor generador de estrés al estar trabajando con un paciente el cual demuestra agresividad, al tener dificultades para responder las interrogantes del paciente y la dificultad de establecer ciertos límites al paciente, por último tenemos la dificultad de

comunicación entre el estudiante y el paciente, lo cual es un motivo más que no contribuye al control de la relación.

Según Zupiria (2003) dichas conductas no contribuyen a un adecuado control, ocasionando actitudes violentas tanto físicas como verbales dificultando la relación entre el paciente y estudiante. (Zupiria, 2003).

Por tal motivo podemos afirmar que el alumnado tiene dificultad al momento de afrontar actitudes violentas por parte de los pacientes, lo cual es una causa generadora de estrés, es muy importante que el estudiante durante su formación profesional mantenga la cordura, el respeto, su accionar debe ser el adecuado frente a cualquier tipo de acción negativa proveniente del paciente.

Según los resultados obtenidos podemos indicar que la sobreexigencia con respecto al incremento de trabajos académicos, son una de las causas principales las cuales hacen que el tiempo del estudiante sea corto y por ende se estresan al no cumplir con las tareas encomendadas. Al establecer que la sobrecarga académica es un situación que genera gran cantidad de estrés, es imprescindible la reducción del estrés académico en el alumnado para poder lograr una buena formación profesional al momento de realizar sus prácticas clínicas.

Respecto a contacto con el sufrimiento los estudiantes señalan que las situaciones que le genera mayor estrés es el hecho de “ver morir a un paciente” “un paciente que estaba mejorando comience a empeorar”, y “estar con un paciente al que no se le ha comunicado una mala noticia” se deduce que el alumnado no se encuentra preparado para afrontar el dolor de otros, lo cual genera impotencia y por consiguiente generan gran cantidad de estrés que vulnera su estado emocional.

Con respecto a la relación del alumno, con sus docentes y compañeros, se detalla que la que genera más estrés es la de el estudiante y el profesional; asimismo consideran que “Sentirse poco integrado en el equipo de trabajo” y “La relación con el docente responsable de las practicas clínicas” es un motivo más, para el incremento de estrés en el estudiante de la escuela de enfermería de la universidad Federico Villarreal.

Zupiria (2003), destaca que la relación entre el estudiante, compañeros y docentes es una principal fuente que genera estrés por falta del desarrollo social y asertividad aproximadamente en la mitad de los casos. (Zupiria 2003).

Los estudiantes piensan que su actuar en práctica no es el adecuado ni cumple con las expectativas de sus docentes y eso les genera una gran cantidad de estrés.

En referencia a lo emocional, los estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad Federico Villarreal establecen que una causa principal que genera estrés es la importancia dada al cuidado de los pacientes, así como el afecto negativo generado por las emociones de los pacientes.

## **VI)Conclusiones**

Con respecto a los resultados y objetivos planteados en la presente investigación, de un total de 54 (100%) estudiantes del segundo año de la escuela de Enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal. Lima, 2018, se concluye que:

El 77.8% de los estudiantes encuestados se encuentran en un puntaje correspondiente al tercil superior de puntuación.

Las situaciones que generan mayor cantidad de estrés en el alumnado de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante las prácticas clínicas son: en primer lugar está la “Impotencia e incertidumbre”, seguido de la “Falta de competencia”, luego tenemos el “Deterioro de la relación con el paciente” y en cuarto lugar se encuentra el descontrol que se tiene con respecto a la relación paciente - enfermero.

La impotencia e incertidumbre es catalogada como la más estresante, manifiestan los alumnos enfermería de la UNFV, durante su práctica clínica; Asimismo, las múltiples diferencias entre la teoría y la práctica genera un estrés el cual se ve reflejado porcentualmente en un (70.40%), “Encontrarme en una situación sin saber que hacer” con un (64.80%), y “No encontrar al médico cuando la situación lo requiera” con un (64.80%). Además el 87.1% se encontraban en el tercil superior de puntuación

En la dimensión Falta de competencia los estudiantes de enfermería manifiestan considerablemente “confundirte de medicación” con un (64.80%) “no saber como responder a las necesidades del paciente” con un (64.80%), “pincharte con una aguja infectada” con un (61.10%) y “Sentir que no puedes ayudar al paciente” con un (59.30%), como situaciones generadoras de estrés . Se encontro que el 77.8% se encontraban en el tercil superior de puntuación.

En la dimensión Deterioro de la relación con el paciente las situaciones generadoras de estrés mas resaltantes señaladas por los estudiantes de la UNFV durante las prácticas clínicas son “Que el paciente me trate mal” con un (64.80%), “Que el paciente no me respete” con un (63.00%) y “Recibir la queja de un paciente acerca de mi persona” con un (48.10%). Se pudo observar que el 70.4% de los encuestados se encontraban en el tercil superior de puntuacion.

En la dimensión “No controlar la relación con el paciente” las situaciones generadoras de estres señaladas por los estudiantes de la UNFV durante las prácticas clínicas son: “Trabajar con pacientes agresivos” con un (51.90%), “No saber como responder al paciente” con un (44.40%) y “No saber cómo poner límites al paciente” con un (44.40%). Se constata que el 59.3% de los estudiantes se encuentran en el tercil superior de puntuacion.

En la dimension Sobrecarga los alumnos de enfermería señalan como situaciones generadoras de estrés la “Sobrecarga de trabajos académicos dentro y fuera del hospital” con un (77.80%), el “Tiempo reducido para la resolución de un caso clínico o P.A.E” con un (70.40%) y “No soportar el ritmo y horario de prácticas clínicas” (61.10%). Se observa que el 81.5% de los encuestados se encuentran en el tercil superior de puntuacion.

En la dimension Contacto con el sufrimiento los alumnos de enfermería de la UNFV consideran como situaciones estresantes “Ver morir a un paciente” (57.40%), “Que un paciente que estaba mejorando comience a empeorar”(55.60%), “Estar con un paciente al que no se le ha comunicado una mala noticia”(38.90%) y “Estar con un paciente terminal” (37.00%), son situaciones generadoras de estrés. Se puede observar que el 50% de los estudiantes se encuentran en el tercil superior de puntuacion.

En la dimensión de Relación con docentes y compañeros, las situaciones generadoras de estrés que mas destacan en los alumnos de enfermería de la UNFV son: La relación que se mantiene con los profesionales de la salud el cual se ve reflejado porcentualmente en un (27.80%); Asimismo, el hecho de no sentirse integrado dentro del equipo de trabajo se ve expresado porcentualmente en un (27.80%) y “La relación con el docente responsable de practica” con un (25.90%). Se puede observar que solo el 38.9% de los encuetados se encuentran en el tercil superior de puntuacion.

En la dimensión Implicación emocional los alumnos de enfermería señalan considerablemente que las situaciones generadoras de estrés más relevantes son la responsabilidad al momento de cuidar al paciente el cual se ve representado porcentualmente por un (46.30%); Asimismo, el hecho que le afecten negativamente las distintas emociones del paciente se expresa en un (40.70%). Se concluye que solo el 46.3% de los encuestados se encuentra en el tercil superior de puntuacion.

## **VII) Recomendaciones**

### **A la escuela de enfermería:**

La universidad debería implementar laboratorios y simuladores para que los estudiantes practiquen antes de ir a la práctica clínica para que así estén mejor preparados cuando brinden cuidados que el paciente requiera.

Incluir en la malla curricular actividades como deporte, teatro, actividades de relajación para el manejo de las situaciones que generan estrés.

Según los resultados de la presente investigación , se sugiere realizar otros estudios, motivar a otros investigadores a realizar estudios referentes al tema y así poder analizar y tomar acciones oportunas sobre las situaciones estresantes evitando así consecuencias sobre la salud en los estudiantes.

Capacitar a los alumnos en técnicas de autocontrol para contrarrestar las situaciones generadoras de estrés ya que es perjudicial para su desempeño académico.

Coordinar con la directora para que se realice programas de intervención en el manejo del estrés frente a las prácticas clínicas con el objetivo de fortalecer la mente de los alumnos y así reducir las situaciones estresantes.

Incentivar a los alumnos para que refuercen los conocimientos adquiridos en clase y cuando vayan a la práctica clínica estén mejor preparados y se sientan seguros cuando realicen algún procedimiento y no pongan en riesgo su integridad física, ni causen daño al paciente por su inseguridad.

Capacitar y fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes de enfermería para que puedan tener una buena relación con los pacientes de tal modo que el alumno logre una interacción

saludable en el desarrollo de la practica clinica y le ayude tambien en su proceso de formacion profesional.

Incentivar a los estudiantes para que se preparen y de esa manera sepan como responder cuando el paciente les haga alguna pregunta, tratar de sobrellevar a los pacientes agresivos y con los que es dificil comunicarse.

### **A los estudiantes de enfermeria**

Se recomienda a los estudiantes priorizar las tareas, para evitar la sobrecarga de trabajos academicos dentro y fuera del hospital ,tener horarios adecuados de descanso y alimentaci3n para asi soportar el ritmo y horario de pr3cticas cl3nicas.

Se recomienda que los estudiantes de enfermeria mantengan una buena relacion con el equipo de salud ya que ello les permitira un mejor desempe1o de sus actividades.

Los estudiantes deben saber que su responsabilidad en el cuidado del paciente siempre ser3 importante y por lo tanto debe esforzarse por brindar un cuidado de calidad.

El estudiante no debe involucrarte demasiado con los problemas que padece el paciente ya que esto puede afectar resultar perjudicial para su salud, tambi3n debe comprender que la muerte es un proceso de la vida y que esta situaci3n no debe considerarla como situaci3n estresante.

### VIII) Referencias

- Andina (2011). Jovenes con Estrés Podrian Sufrir con Alzheimer. Vida universitaria. Universia Perú. Recuperado de <http://noticias.universia.edu.pe/vida-universitaria/noticia/2011/03/15/801501/jovenes-estres-podrian-sufrir-alzheimer.html>
- Arias, L; Montoya, L; Villegas, A; Rodriguez, M. (2016, junio, 22). Estresores en las practicas clinicas de los estudiantes de enfermeria de una universidad publica en Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*. Recuperado de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/16778>
- Blanco, K; Cantillo, N; Castro, Y; Downs, A & Romero, E. (2015). Estres academico en los estudiantes del area de la salud (Tesis de licenciatura). Universidad Pública, Cartagena. Recuperado de <http://190.242.62.234:8080/jspui/bitstream/11227/2652/1/Estres%20Academico%2021-%2010-2015.docx%20pdf.pdf>
- Barraza, A. (2010, enero). La relación persona-entorno como fuente generadora de estrés académico. *Revista Psicología Científica*, 11(1), 1-11. Recuperado de <http://www.psicologiacientifica.com/persona-entorno-relacion-estres-academico/>
- Berrío, N., Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de psicología universidad de antioquia*; 3(2):65-82. Recuperado de <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/view/11369/10646>
- Camacho, M. (2014). Situaciones generadoras de estrés durante las prácticas clínicas de los estudiantes de enfermería. (Tesis de licenciatura), Universidad Nacional Toribio Rodríguez De Mendoza, Amazonas, Perú. Recuperado de <http://repositorio.untrm.edu.pe/handle/UNTRM/862>

Capdevila N & Segundo M (2005). Estrés Causas, tipos y estrategias nutricionales: Divulgación sanitaria.24(8).Recuperado de <https://docplayer.es/19703332-Estres-problemas-en-el-trabajo-discusiones-causas-tipos-y-estrategias-nutricionales-divulgacion-sanitaria.html>

Cisneros F.(2002). Introducción a los modelos y teorías de enfermería. Popayan.

artemisa.Recuperado de

<http://artemisa.unicauca.edu.co/~pivalencia/archivos/IntroduccionALasTeoriasYModelosDeEnfermeria.pdf>

Collados, J., García,N. (2012,mayo).Riesgo de estrés en estudiantes de enfermería Durante las prácticas clínicas. *RECIEN*. 4:1-10.Recuperado de

[http://www.recien.scele.org/documentos/num\\_4\\_may\\_2012/art\\_original\\_riesg\\_estres\\_estud\\_enfermer\\_practic.pdf](http://www.recien.scele.org/documentos/num_4_may_2012/art_original_riesg_estres_estud_enfermer_practic.pdf)

Costa, C. (2016). Para comprender el sufrimiento humano. *Revista Bioética*, 24(2),

pp.Recuperado de [http://www.scielo.br/pdf/bioet/v24n2/es\\_1983-8034-bioet-24-2-0225.pdf](http://www.scielo.br/pdf/bioet/v24n2/es_1983-8034-bioet-24-2-0225.pdf)

Damaris. El Plan General de la Estrategia Sanitaria Nacional de Salud Mental y cultura de paz.

Estomatología comunitaria. Marzo 14 de 2013.Recuperado de

<http://damarisdlgd8.blogspot.com/2013/03/la-saludmental-de-acuerdo-la.html>

De Vera, M. (s.f). La teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y los moldes cognitivos: Los moldes de la mente. Recuperado de <http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm>

Estrés (2012, Abril 13).Recuperado de <http://wwwstres.blogspot.com/2012/04/factores-desencadenantes-del-estres.html>

Fuel, E .& Chalco, A.(2014). Fuentes generadoras de estrés durante las prácticas clínicas según percepción de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería (Tesis de

- licenciatura), Universidad Peruana Unión, Lima – Perú. Recuperado de <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/192>
- Gamo, M. Cuál es el bienestar Psicológico del Personal de Enfermería. 2006. Recuperado de [http://www.anesm.net/anesm/contents/html.php?archivo=\\_congresos\\_premi\\_omalaga1](http://www.anesm.net/anesm/contents/html.php?archivo=_congresos_premi_omalaga1)
- Gonzales, V. (2002). ¿Qué significa ser un profesional competente? reflexiones desde una perspectiva psicológica. *Revista Cubana de Educación Superior*. Recuperado de <file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/Maura.PDF>
- Guerrero, E.(S.F). Estres y afrontamiento: Salud, estrés y factores psicologicos. Recuperado de <http://blog.pucp.edu.pe/blog/estres/2014/07/29/salud-estres-y-factores-psicologicos/>
- Hernández, G., & Maeda, K. (2014). Estrés en estudiantes universitarios (Tesis de licenciatura). Universidad Privada “Juan Mejía Baca”, Chiclayo, Perú. Recuperado de [http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis%20Maeda%20Diez%20\\_%20Hernandez%20Chepe.pdf](http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/61/1/Tesis%20Maeda%20Diez%20_%20Hernandez%20Chepe.pdf)
- Lopategui, E (s.f). Estrés: concepto, causas y control: *Saludmed*. Recuperado de <http://www.saludmed.com/Documentos/Estres.html>
- Mamani, O. (2013). Factores estresantes en las primeras experiencias prácticas hospitalarias. (Tesis de licenciamiento). Universidad nacional de córdoba. Recuperado de [http://www.enfermeria.fcm.unc.edu.ar/biblioteca/tesis/mamani\\_omar.pdf](http://www.enfermeria.fcm.unc.edu.ar/biblioteca/tesis/mamani_omar.pdf)
- Meza, E., Pinedo, B., Tello, V. & Sinti, S. (2014). Estresores y estrés percibido en las practicas clínicas, en estudiantes de enfermería (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional De La Amazonia Peruana, Iquitos, Perú. Recuperado de <http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/handle/UNAP/3552>

- Moya, M., Larrosa, S., López, C., López, I., Morales, L., y Simón, A. (2013). Percepción del estrés en los estudiantes de enfermería ante sus prácticas clínicas. *Enfermería Global*, 12(31).
- Moya, M. y Cols. (2013), Percepción del estrés en los estudiantes de Enfermería ante sus prácticas clínicas - España. Recuperado de <http://scielo.isiii.es/scielo.php?pid=S1695-1412013000300014&script=sciarttext>
- Moreno, M., Prado, E., García, D.(julio 2013). Percepción de los estudiantes de enfermería sobre el ambiente de aprendizaje durante sus prácticas clínicas. *Revista cuidarte*,4(1).Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/cuid/v4n1/v4n1a03.pdf>
- Román, C., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana De Educación*, 46(7), 1-8. Recuperado de <https://rieoei.org/RIE/article/view/191>
- Sanchez, A. y Cols. (2013), Factores estresores y ansiedad en estudiantes de Enfermería durante las prácticas clínicas-España. Recuperado de <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/ibc114589>
- Tessa, R (2015, abril).Factores estresores percibidos por los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Católica del Uruguay en la práctica clínica. *Rev. colomb. Enferm*, 10, 27-34 Recuperado de <file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/Dialnet-FactoresEstresoresPercibidosPorLosEstudiantesDeLaF-6547170.pdf>
- Vallejo, E., Martínez, L., Agudelo, C.(2013). Estrés: determinante genérico del desempeño académico. *Educación y Desarrollo*.; 26: 89-93.Recuperado de [http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/26/026\\_Vallejo.pdf](http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/26/026_Vallejo.pdf)

- Virú, M., Valeriano, K., Zárate, A.(2013).Factores Asociados a Planeamiento Suicida en Estudiantes de una Escuela de Nutrición en Lima, Perú, 2009. *An. Fac. Med.*; 74(2): 101-105. Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-55832013000200004](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832013000200004)
- Zapata, L.(2003). Stress. evolución, fisiología y enfermedad. Barranquilla, Colombia: Redalyc. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/213/21301103.pdf>
- Zupiria, G., Uranga, I., Alberdi, E., Barandiaran, L., Huitzi, E., & Sanz, C. (2006). Fuentes de estrés en estudiantes en la práctica clínica de los estudiantes de enfermería. *Enfermería Clínica*, 16(5) 231-237. Recuperado de <http://www.ehu.es/xabier.zupiria/artikuluak/2006Enferm%20Clin%202006%20Kezkak.pdf>.

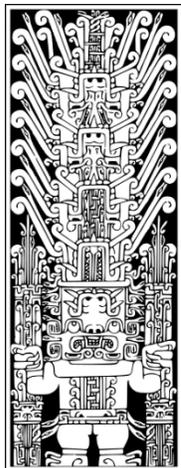
## IX Anexos

ANEXO A  
Confiabilidad del instrumento

P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	$\sum k$	$K^2$	
2	2	1	1	2	1	4	2	2	2	2	2	1	4	3	1	1	2	1	1	4	4	1	2	2	4	3	3	2	2	1	1	3	2	3	74	5476	
3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	4	1	1	2	2	3	3	3	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	88	7744	
4	4	4	4	2	2	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	4	4	94	8836		
3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	81	6561
2	3	4	4	3	3	2	3	4	3	2	2	4	1	2	3	1	2	3	4	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	2	1	2	94	8836	
2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	1	2	2	3	2	3	1	1	1	1	2	3	2	70	4900	
2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	3	2	1	2	79	6241	
3	4	4	4	2	2	1	1	1	2	3	2	1	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	80	6400	
2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	86	7396	
2	3	4	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	3	4	3	3	4	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	4	3	87	7569	
25	31	31	32	22	26	21	21	26	25	25	23	25	20	20	21	19	25	24	24	28	25	20	22	19	23	21	23	21	25	22	21	27	25	25	833	69959.00	
2.5	3.10	3.10	3.20	2.20	2.60	2.10	2.10	2.60	2.50	2.50	2.30	2.50	2.00	2.00	2.10	1.90	2.50	2.40	2.40	2.80	2.50	2.00	2.20	1.90	2.30	2.10	2.30	2.10	2.50	2.20	2.10	2.70	2.50	2.50			

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

$$\alpha = 0.71$$



ANEXO B  
Cuestionario

**SITUACIONES QUE GENERAN ESTRÉS DURANTE LAS PRÁCTICAS CLÍNICAS  
DE ENFERMERÍA BÁSICA EN LOS SERVICIOS DE HOSPITALIZACIÓN EN  
LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO DE LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL QUE INICIAN SU  
ROTACIÓN EN LOS HOSPITALES 2018**

**I. PRESENTACION**

Este cuestionario tiene como objetivo identificar la prevalencia de las situaciones que generan estrés durante las prácticas clínicas.

Le agradecemos por anticipado la información veraz que Ud. nos brinde.

**INTRUCCIONES:**

Llena tu respuesta en las líneas adjuntas.

**ASPECTOS GENERALES:**

Edad: .....

Sexo: .....

Grado de instrucción: .....

Estado civil: .....

**FUENTES GENERADORAS DE ESTRÉS**

A continuación, se presenta algunas situaciones que generan estrés durante las prácticas clínicas.

¿Hasta qué punto te genera estrés las siguientes situaciones cuando estas realizando tus prácticas clínicas? Marque con una (X) el casillero elegido, de acuerdo a tu percepción.

<b>1. Falta de competencia</b>	Nada	Algo	Mucho	Totalmente
1.1 Equivocarte				
1.2 Confundirte de medicación				
1.3 Contagiarte a través del paciente.				
1.4 Pincharte con una aguja infectada.				
1.5 No saber cómo responder a las necesidades del paciente.				
1.6 Sentir que no puedes ayudar al paciente.				
<b>2. Contacto con el sufrimiento.</b>				
2.1 Hablar con un paciente sobre su enfermedad.				
2.2 Tener que hablar con un paciente de su sufrimiento				
2.3 Realizar procedimientos que causen dolor al paciente.				
2. 4 Estar con un paciente terminal.				
2.5 Que un paciente que estaba mejorando comience a empeorar.				
2.6 Estar con un paciente al que no se le ha comunicado una mala noticia.				
2.7 Ver morir a un paciente.				
<b>3. Relación con el docente y compañeros.</b>				
3.1. La relación con los profesionales de la salud. (Médico, Enfermera, Nutricionista, etc)				
3.2 La relación con el docente responsable de las prácticas clínicas.				
3.3 Sentirte poco integrado en el equipo de trabajo.				
<b>4. Impotencia e incertidumbre.</b>				
4.1 Encontrarte ante una situación de emergencia.				

4.2 No encontrar al médico cuando la situación lo requiera.				
4.3 Sentir que no puedes ayudar al paciente.				
4.4 Encontrarme en una situación sin saber qué hacer.				
4.5 Las diferencias entre lo que aprendemos en clases y lo que vemos en prácticas.				
<b>5. No controlar la relación con El paciente</b>				
5.1 Estar con un paciente con el que es difícil comunicarse.				
5.2 No saber cómo responder al paciente.				
5.3 Trabajar con pacientes agresivos.				
5.4 No saber cómo poner límites al paciente.				
<b>6. Implicación emocional.</b>				
6.1 Involucrarte demasiado con el estado del paciente.				
6.2 Que te afecten las emociones del paciente.				
6.3 Que mi responsabilidad en el cuidado del paciente sea importante.				
<b>7. Deterioro de la relación con el paciente.</b>				
7.1 No inspirarle confianza o no agradarle al paciente				
7.2 Recibir la queja de un paciente acerca de mi persona				
7.3 Que el paciente no me respete.				
7.4 Que el paciente me trate mal.				
<b>8. Sobrecarga.</b>				
8.1. La sobrecarga de trabajos académicos dentro y fuera del hospital				
8.2. No soportar el ritmo y horario de prácticas clínicas				

8.3. El tiempo reducido para la resolución de un caso Clínico o P.A.E (Proceso de Atención de Enfermería)				
---	--	--	--	--

ANEXO C  
Operacionalización de la variable

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Estrés	El estrés es un conjunto de reacciones que el individuo desarrolla frente a una situación, estímulo que exige un esfuerzo de adaptación de modo que un factor estresante es un estímulo que va a provocar un estado de cambio en el individuo.	Situaciones generadoras de estrés.	a) Falta de competencia	1.1 Equivocarte 1.2 Confundirte de medicación 1.3 Contagiarte a través del paciente. 1.4 Pincharte con una aguja infectada. 1.5 No saber cómo responder a las necesidades del paciente. 1.6 Sentir que no puedes ayudar al paciente.
			b) Contacto con el sufrimiento.	2.1 Hablar con un paciente sobre su enfermedad. 2.2 Tener que hablar con un paciente de su sufrimiento 2.3 Realizar procedimientos que causen dolor al paciente. 2. 4 Estar con un paciente terminal. 2.5 Que un paciente que estaba mejorando

				<p>comience a empeorar.</p> <p>2.6 Estar con un paciente al que no se le ha comunicado una mala noticia.</p> <p>2.7 Ver morir a un paciente.</p>
			c) Relación con el docente y compañeros.	<p>3.1. La relación con los profesionales de la salud. (Médico, Enfermera, Nutricionista, etc)</p> <p>3.2 La relación con el docente responsable de las prácticas clínicas.</p> <p>3.3 Sentirte poco integrado en el equipo de trabajo.</p>
			d) Impotencia e incertidumbre.	<p>4.1 Encontrarte ante una situación de emergencia.</p> <p>4.2 No encontrar al médico cuando la situación lo requiera.</p> <p>4.3 Sentir que no puedes ayudar al paciente.</p> <p>4.4 Encontrarme en una situación sin saber qué hacer.</p> <p>4.5 Las diferencias entre lo que aprendemos en clases y lo que vemos en prácticas.</p>
			e) No controlar la relación con El paciente.	<p>5.1 Estar con un paciente con el que es difícil comunicarse.</p>

				<p>5.2 No saber cómo responder al paciente.</p> <p>5.3 Trabajar con pacientes agresivos.</p> <p>5.4 No saber cómo poner límites al paciente.</p>
			f) Implicación emocional.	<p>6.1 Involucrarte demasiado con el estado del paciente.</p> <p>6.2 Que te afecten las emociones del paciente.</p> <p>6.3 Que mi responsabilidad en el cuidado del paciente sea importante.</p>
			g) Deterioro de la relación con el paciente.	<p>7.1 No inspirarle confianza o no agradarle al paciente</p> <p>7.2 Recibir la queja de un paciente acerca de mi persona</p> <p>7.3 Que el paciente no me respete.</p> <p>7.4 Que el paciente me trate mal.</p>
			h) Sobrecarga.	<p>8.1.La sobrecarga de trabajos académicos dentro y fuera del hospital</p> <p>8.2. No soportar el ritmo y horario de prácticas clínicas</p> <p>8.3. El tiempo reducido para la resolución de un caso Clínico o P.A.E (Proceso de Atención de Enfermería)</p>

ANEXO D  
Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA	POBLACION
¿Cuáles son las situaciones que generan estrés durante las prácticas clínicas de enfermería básica en los servicios de hospitalización en los estudiantes de enfermería del 2do año de la universidad Federico Villarreal que inician su rotación en los hospitales 2018?	<p><b>OBJETIVO GENERAL</b> Determinar las situaciones que generan estrés durante las prácticas clínicas de enfermería básica en los servicios de hospitalización en los estudiantes de enfermería del 2do año de la universidad Federico Villarreal que inician su rotación en los hospitales 2018.</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> Establecer la implicación emocional como situación generadora de estrés en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018. Establecer que la incertidumbre e impotencia son causas que generan estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018. Establecer la incompetencia como causa que genera estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018. Establecer que el deterioro que refleja la relación entre el enfermero y el paciente es causa que genera estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018. Establecer si el descontrol de la relación que mantiene el enfermero con el paciente es causa que genera estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018. Establecer que la sobrecarga al enfermero es causa que genera estrés en el alumnado de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal durante sus prácticas clínicas Lima Perú 2018.</p>	La presente investigación no tiene hipótesis.	<b>Variable I:</b> Estrés	<p><b>Tipo de investigación:</b> El tipo de investigación es aplicada.</p> <p><b>Método de investigación:</b> El método de investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo-explicativo y transversal.</p>	<b>Población:</b> La población de estudio estuvo constituida por los 54 estudiantes de segundo año de enfermería.