

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA DE ENFERMERÍA
LICENCIATURA DE ENFERMERÍA

**INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA
TRABAJO FINAL**

TEMA:

**ESTRÉS PROFESIONAL
EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA
DEL AREA CRITICA DEL HOSPITAL EL CARMEN**

Autores:

**BAIGORRIA MARIELA
CHANDIA CESAR ARMANDO
GOMEZ DIEGO MARTIN**

Mendoza, Noviembre de 2006

Esta investigación es propiedad de la Escuela de Enfermería de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Cuyo y del Ministerio de Salud y la misma no podrá ser publicada en todo, en parte, resumirse, sin el consentimiento escrito de la Escuela y/o autor-es del trabajo.

Investigación Aprobada:

Integrantes del Tribunal Examinador:

Lic. MARIA R. REYES

Lic. ANA ANDRADA

Lic. FRANCO CASALVIERI



Fecha: 11/12/06

PRÓLOGO

La presentación de este estudio tiene como meta alertar a los enfermeros de posibles riesgos a los cuales están expuestos en sus ámbitos laborales.

En la actualidad el nivel de estrés se encuentra en su estado más crítico por lo tanto el Estado, y las instituciones de salud privada deberán ser conscientes de esta situación y comprender que el punto de partida es fortalecer algunas acciones y reorientar otras la que permitirá elevar la disponibilidad de recurso, procurando corregir y mejorar el nivel de vida y el desarrollo individual de los profesionales en sus actividades laborales y sociales.

Es nuestro deseo que esta propuesta sea de utilidad, y que llegue ha ser aplicada y adaptada a través de la información necesaria tanto al personal de enfermeros del servicio del Área Crítica del Hospital El Carmen; como así también este a disposición de las instituciones de formación involucradas a fin de que los futuros enfermeros estén conscientes de los riesgos de ejercer esta profesión.

Agradecemos la paciencia demostrada por nuestros colegas, facilitando y allanando el camino para poder seguir paso a paso los momentos de esta investigación, al personal de enfermería del Servicio de Área Crítica del Hospital El Carmen, por haber colaborado directamente en este proceso a través de las encuestas en la que participaron.

Agradecemos a nuestros docentes por su apoyo incondicional en la cátedra de investigación.

En especial a nuestras familias que cedieron su tiempo para la elaboración de la presente investigación.

INTRODUCCIÓN

El trabajo del personal de enfermería asume por naturaleza un alto grado de responsabilidad frente al usuario en la búsqueda de la recuperación del bienestar del mismo.

Nuestro trabajo se diferencia de otros en el área de la salud sobre todo por el contacto, continuidad y la permanencia frente al usuario.

Estamos expuestos durante un tiempo prolongado a situaciones de sufrimiento, carencias, dependencia, ansiedad, como así también a situaciones de crisis. Como así también estar alerta e intervenir en emergencia y en la urgencia.

El satisfacer necesidades básicas manteniendo estrecha relación con la intimidad y la dependencia del otro.

El contacto directo con el desequilibrio emocional del usuario y su familia, con la enfermedad, el dolor, la discapacidad y la muerte. También se suma la demanda institucional.

A los enfermeros se nos encomienda hacer cumplir las normas y rutinas de los servicios, lo que constituye una continua fuente de conflicto intergrupales. En nuestra labor nos encontramos con nuevas tecnologías cuya utilización genera nuevos factores de tensión.

Todos estos factores naturales del trabajo profesional y la vida psicosocial particular son generadores de tensión a los que estamos expuestos diariamente, son complejas las situaciones que lleva a múltiples respuestas de los enfermos en forma individual.

Este trabajo intenta describir la situación de los enfermeros que trabajan en el servicio del Área Crítica del Hospital El Carmén.

ENUNCIADO DEL PROBLEMA

¿Cuáles son los factores modificables en el ambiente laboral, que favorecen el estrés y cuales son las conductas de autocuidados del personal de enfermería del área crítica del Hospital El Carmen, durante el primer semestre del 2006?

JUSTIFICACIÓN

En la época en que vivimos encontramos a las personas sometidas a un ritmo de vida sumamente acelerado, donde las exigencias de las esferas individual, social y laboral son elevadas.

En el caso particular de enfermería, como una de las profesiones sanitarias, es un caso típico de aquellas que están sometidas a estrés, ya que debe enfrentarse diariamente a situaciones muy complejas, derivada de la responsabilidad en el trabajo, de sus condiciones físicas, de las relaciones con sus compañeros de trabajo y otros miembros del equipo de salud, con los pacientes y sus familiares, conjugados todos ellos con su vida particular.

Todo esto nos hace deducir que se debe preparar a la enfermería para afrontar todas las exigencias de su vida familiar y laboral y por ende el estrés que de tales tensiones generan.

Es sumamente valioso determinar el nivel de estrés de los enfermeros del área crítica, ya que esto permitirá establecer los factores estresores, las fuente de los mismos, así como las alteraciones físicas y psíquicas que se esta creando en la enfermería.

Al conocer estos aspectos es posible orientar a los mismos sobre las medidas preventivas a tomar, así como a la toma de conciencia de que existen manifestaciones que le permitirá valorarse y lograr la superación, como las medidas y técnicas para poder manejar el estrés.

OBJETIVOS

Objetivos Generales

- ✓ Conocer los factores modificables que se encuentran en el ámbito laboral que favorecen el estrés del personal de enfermería, con la finalidad de lograr un ambiente laboral saludable y disminuir el riesgo al que se encuentran expuesto los agentes de salud mencionados.

- ✓ Determinar cuales son las conductas de autocuidado que tienen o deben tener el personal de enfermería.

- ✓ Recuperar o mantener el bienestar en el área de trabajo.

Objetivos Particulares

- ❖ Caracterizar al personal de enfermería
- ❖ Identificar los factores modificables que se encuentran en el ámbito laboral
- ❖ Identificar conductas posibles de autocuidado
- ❖ Sugerir estrategias de autocuidados.

MARCO TEORICO

El estrés es una respuesta automática y natural de nuestro cuerpo ante situaciones que nos resultan amenazadoras o desafiantes.

Nuestra vida y nuestro entorno, en constante cambio, nos exigen continuas adaptaciones, por lo tanto, cierta cantidad de estrés (activación), es necesaria.

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

Este proceso o mecanismo general del sistema psiconeuroendocrinológico, es el que se denomina como el término español de estrés.

"Estrés" es la respuesta no específica del organismo de toda demanda que se haga.

Este concepto involucra la interacción del organismo con el medio, lo que nos podría llevar a definir el estrés según: a) Estimulo, b) Respuesta, c) concepto estímulo-respuesta.

- a) Fuerza o estímulo que actúa sobre el individuo y que da lugar a una respuesta.
- b) La respuesta fisiológica o psicológica del individuo ante estresores ambientales.
- c) Estrés es una consecuencia de la interacción de los estímulos ambientales y la respuesta del individuo.

Al respecto la OMS, define el estrés como "el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción".

“Estrés es el resultado de la reacción del individuo y el entorno, evaluado aquel como un amenazante, que desborda sus recursos y pone en peligro su bienestar”.

Si aplicamos el concepto en el ámbito de trabajo del individuo, podríamos ajustar la definición de estrés, como el desequilibrio percibido entre las demandas profesionales y la capacidad de las personas para llevarla acabo.

Diversos autores afirman que el estrés que proviene del desarrollo profesional es uno de los más importantes y puede alterar la relación del individuo con la comunidad, los compañeros, la familia y otros elementos de relación, éste comenzó a ser objeto del interés y de estudio en 1970, identificándose entonces elevados niveles de estrés relacionados con el entorno laboral, el rol ocupacional, la relación con los pacientes y su familiares y variables relacionados con la enfermedad.

Los factores psicosociales y ambientales pueden contribuir a causar y agravar, el trastornos o problemas e influir en los resultados de las medidas de curación, prevención y rehabilitación.

Se ha planteado muchas veces que estos trastornos no afectan a todos por igual y plantean el problema desde el concepto exclusivo de la vulnerabilidad de las personas.

Así la OIT sostiene que “las instituciones que ayuden a sus empleados a hacer frente y reorganicen con cuidado el ambiente de trabajo en función de las aptitudes y de las aspiraciones humanas” tiene más posibilidades de lograr mayor rendimiento y calidad de atención.

Las personas que se encuentran sometidas a estrés tienden a abandonar el empleo como respuesta de huida, lo que determina un alto índice de rotación de personal.

Las personas sufren cuando se sienten superadas por las demandas laborales exigentes, pero también cuando no tienen empleo, o se angustian pensando que pueden ser un desocupado más.

En el caso de enfermería, se deben realizar consideraciones respecto al grado de trabajo, la intensidad del mismo, las características del objeto del trabajo.

El trabajo se realiza en un ámbito institucional y esto constituye otro nivel de análisis dentro del conflicto laboral.

CONCEPTO DE ESTRES

Se utiliza el término "estresor" o "situación estresante" al estímulo que provoca una respuesta de estrés en el profesional.

Tipo de estresores

Puede ser de dos tipos:

- a) psicosociales: pueden generar estrés por el significado que la persona le asigna
- b) biogénicos: son situaciones que pasan a ser estresores por su capacidad para producir determinados cambios bioquímicos o eléctricos que automáticamente reaccionan.

Concepto de Respuestas de estrés

La respuesta de estrés es inespecífica del organismo o cualquier demanda y el término estresor o situación estresante se refiere al estímulo o situación que provoca una respuesta de estrés.

Es una respuesta automática del organismo ante cualquier cambio ambiental, externo o interno, mediante la cual se prepara para hacer frente a las posibles demandas que se generan como consecuencia de la nueva situación.

Características de las situaciones de Estrés.

En toda situación de estrés, existe una serie de características comunes:

- a. se genera un cambio o una situación nueva.
- b. Suele haber falta de información
- c. Incertidumbre no se puede predecir lo que va ocurrir.
- d. Ambigüedad; cuanto más ambigua sea la situación, mayor poder estresante genera.
- e. La inminencia del cambio puede generar todavía más estrés.
- f. En general se tiene habilidades para manejar las nuevas situaciones.
- g. Se producen alteraciones de las condiciones biológicas del organismo que nos obliga a trabajar más intensamente para volver al estado de equilibrio.
- h. Duración de la situación de estrés, cuanto más tiempo dure, mayor es el desgaste del organismo.

Frases de las respuestas de Estrés

1. *Fase de reacción de alarma:* ante un estímulo estresante, el organismo automáticamente se prepara para la respuesta, tanto para luchar o escapar de la situación estresante. Se genera una activación del sistema nervioso con la típica manifestación de sequedad de la boca, pupilas dilatadas, sudoración, tensión muscular, taquicardia, aumento de la frecuencia respiratoria, aumento de la tensión arterial, aumento de la síntesis de glucosa y de la secreción de adrenalina y noradrenalina.

Esto también puede generar una activación psicológica, aumentando la capacidad de tensión y concentración. Es una fase de corta duración y no es perjudicial cuando el organismo tiene tiempo para recuperarse.

2. *Fase de resistencia:* aparece cuando el organismo no tiene tiempo de recuperarse y continúa reaccionando para hacer frente a la situación.

3. *Fase de agotamiento*: como la energía de adaptación es limitada, si el estrés continúa o adquiere más intensidad puede llegar a superar las capacidades de resistencia y el organismo llega a una fase de agotamiento, con una aparición de alteraciones psicosomáticas.

Fuente de Estrés. Tipo de Estresores Laborales

Hay algunas profesiones que son fuente de estrés.

La enfermería es, sin duda, una profesión generadora de gran estrés; ya que se viven situaciones de gran intensidad emocional.

Las fuentes de estrés se clasifican:

- ✓ Sucesos vitales intensos y extraordinarios, aparece cuando produce situaciones de cambio, como separación matrimonial, despido de trabajo, muerte de familiares próximos, etc.
- ✓ Sucesos diarios. Estresantes de pequeña intensidad. Según algunos autores este tipo de suceso puede provocar afectos psicológicos más importantes que los que puedan generar acontecimientos más drásticos como la muerte de un familiar próximo.
- ✓ Sucesos de tensión crónico mantenido: son aquellas situaciones capaces de generar estrés mantenido durante periodos de tiempo más prolongado. El estrés que supone tener un hijo que tiene problemas cada día a consecuencia de una enfermedad.

TIPOS DE ESTRESORES LABORALES.

a.- *Estresores del ambiente físico*, entre los que se encuentran:

- La iluminación. No es lo mismo trabajar en turno nocturno que en el diurno. La luz inadecuada brillante produce alteraciones en el organismo
- El ruido. Trabajar con alarmas continuamente, puede afectar no sólo al oído, sino incomodar o irritar los sentidos.

- Ambientes contaminados. La percepción de los riesgos, puede producir mayor ansiedad en el profesional, repercutiendo en el rendimiento y en el bienestar psicológico.

- La temperatura. A veces trabajar en un ambiente caluroso genera un tremendo disconfort y alterar la tarea.

- Peso. Si bien no se trabaja con aparatología de gran peso, el mismo peso del cuerpo, al estar tantas horas parado, genera un cansancio importante y si agregamos el trabajo específico con el paciente se aumenta el esfuerzo.

b.- Estresores de la tarea. La generación de estrés varía de unas personas a otras, ya que las características de cada tarea y de lo que genera en los profesionales van en función de lo que gusta o no hacer. Cuando la tarea se adecua a las expectativas y a la capacidad del profesional, contribuye al bienestar psicológico:

- La carga mental de trabajo. Es el grado de movilización de energía y capacidad mental que el profesional pone en juego para desempeñar la tarea. Ejemplo: tener que preparar gran cantidad de medicación en un horario reducido.

- El control sobre la tarea. Ocurre cuando no se controla, es decir, cuando las actividades a realizar no se adecuan a nuestros conocimientos.

c.- Estresores de la organización:

- Conflicto y ambigüedad del Rol. Ocurre cuando hay diferencias entre lo que espera el profesional y la realidad de lo que le exige la organización. También influyen los tiempos de descanso, las relaciones interpersonales, sentirse observado-criticado por los compañeros, las dificultades de

comunicación y las escasas posibilidades de promoción. Estos factores también pueden generar estrés laboral.

- La jornada de trabajo excesiva produce desgaste físico y mental e impide al profesional hacer frente a las situaciones estresantes.

- Las relaciones interpersonales pueden llegar a convertirse en una fuente de estrés. Piénsese en un profesional desequilibrado emocionalmente que hace la vida imposible a todos sus compañeros.

- Promoción y desarrollo profesional. Si las aspiraciones profesionales no se corresponden con la realidad por la falta de valoración de sus méritos.

ESTRÉS PROFESIONAL

Las estrategias para prevenir y controlar el estrés, busca prevenir y controlar los excesos en las demandas procedentes del entorno o bien de nosotros mismos.

- Sensación de estar desbordado
- Fatiga, explosión de ira y de depresión: mientras se siente desbordado, puede que empiece a utilizar métodos inefectivos para enfrentar la situación. El esfuerzo de contener sus sentimientos puede estarle privando de toda su energía.

Por su puesto no se puede reprimir los sentimientos indefinidamente. Cuando empiezan a desbordarse se volverán irritable o propenso al enfado, explotan por cosas que no le hubieran afectado meses atrás. Puede dirigir el enfado hacia su interior o haciéndose depresivo, callado y retraído.

- Falta de memoria y desorganización: con la acumulación del estrés puede tener la mención de falta de claridad y pensamiento. Lo que era antes una cómoda rutina, se convierte en desorganización y se comienza a cometer errores.
- Sentimiento de culpa y auto sacrificio: la falta de memoria, la desorganización que acompañan al estrés no aliviado conducen con frecuencia a un modo no adecuado de enfrentarse a la situación o al trabajo.
- Sentimiento de desilusión: los sentimientos de indefensión y fatiga merman lentamente su entusiasmo dejándole un sentimiento de desilusión y engaño.
- Pasividad : exhausta ante el enfrentamiento de la situación, sede
- Distanciamiento: a medida que se extinguen sus recursos emocionales de ofrecer apoyo emocional a las demás se enfrenta a este problema de una manera poco efectiva aumentando la distancia psicológica entre usted y el paciente, y concentrándose únicamente en los aspectos técnicos de enfermería.
- Abandono personal: cuando se siente sin poder cambiar nada puede simplemente dejar de intentarlo, además de hacerse evidente en sus funciones laborales, se ve reflejado también en su aspecto personal.
- Abuso de droga: a medida que la depresión, la fatiga y la ansiedad aumentan, se puede intentar disfrazarlas o escapar de ella de manera poco apropiada.
- Enfermedad física puede haber aumento de malestares físicos, cefaleas, problemas gastrointestinales, estados alérgicos.

TECNICAS UTILES EN LA VIDA PROFESIONAL

Estrategias eficaces para hacer frente a las situaciones estresantes

1. Mantenga expectativas realistas de las relaciones que tiene en el trabajo. Aprenda a aceptar y aceptarse como es.
2. Establezca objetivos realistas para su trabajo, no intente hacer más que lo que pueda.,
3. Continúe su formación: para poder estar al día con los adelantos. Realice cursos de formación, lea sobre publicaciones actualizadas del tema lo cual lo beneficiara en su ejercicio práctico diario.
4. Aprenda a decir que "no" en aquellas actividades que excedan su función laboral
5. Busque nuevos desafíos: si es posible asuma nuevas responsabilidades.
6. Comentar sus inquietudes con amigos, compañeros, familiares, que comprendan, lo respalden y escuchen
7. Establezca una rutina de descompresión participe de actividades de teatro, yoga, pintura, etc., después de su turno que la ayudará a relajarse
8. Recreación: vacaciones que le permitirá recuperar sus capacidades
9. Cambie de trabajo. Si ha logrado todo en el servicio sin respuesta, cambie de servicio o de turno
10. Actividades física, caminar, nadar
11. Dieta saludable, evite el abuso de cafeína, alcohol y comida.
12. Horas de sueño apropiado. Un descanso reparador

SINTOMAS DE ESTRÉS

EMOCIONES	Ansiedad, irritabilidad, miedo, fluctuaciones del ánimo, confusiones o turbación
PENSAMIENTO	Excesiva autocrítica, dificultad de concentración, temor al fracaso, preocupación por el futuro, trastorno de la memoria
CONDUCTAS	Trismus, dificultad del habla, llanto, reacciones impulsivas, risas nerviosas, reacciones violentas, aumento del consumo tabaquito, alcohol, droga, aumento de accidentes y alteraciones del apetito.
FÍSICO	Contracturas musculares, manos frías o sudorosas, cefaleas, perturbaciones del sueño, malestares gastrointestinales, infecciones de vías áreas, fatigas, alteración de la respiración, palpitaciones, boca seca

Por lo expresado los autores del presente trabajo consideran importante poder conocer que le sucede a la población del Área Crítica del Hospital El Carmen.

VARIABLES EN ESTUDIO

- FACTORES ESTRESORES MODIFICABLES DEL AMBIENTE LABORAL
- CONDUCTAS DE AUTOCUIDADOS

DISEÑO METODOLOGICO

TIPO DE ESTUDIO

Descriptivo: Porque intenta medir y describir las situaciones estresores de los enfermeros que trabajan en el Área Crítica del Hospital El Carmén

AREA DE ESTUDIO

El presente estudio de investigación se ha llevado a cabo en el servicio Área Crítica del Hospital El Carmen, ubicado en la Ciudad de Godoy Cruz, en la calle Joaquín V. González 245, de Godoy Cruz, provincia de Mendoza.

POBLACIÓN

Todos los profesionales de enfermería que trabajan en el servicio Área Crítica del Hospital El Carmen, siendo el total 33 enfermeros. El presente estudio toma a toda la población por lo que no se trabaja con muestra, aunque han participado 32 enfermeros.-

UNIDAD DE ANALISIS

El enfermero que trabaja en el en el servicio Área Crítica del Hospital El Carmen

DISEÑO DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

TÉCNICA:

Entrevistas personales a cada sujeto de estudio.

INSTRUMENTO

Una encuesta semiestructurada con preguntas múltiples opción tendiente a buscar los datos de las variables en estudio.

FUENTE DE RECOLECCIÓN DE DATOS

PRIMARIA: se obtiene la información de los enfermeros que están afectados por la problemática.

PROCESAMIENTO Y TABULACIÓN DE LOS DATOS

Se solicita la autorización al jefe del servicio para realizar la investigación.

Se solicita autorización a los enfermeros para ser entrevistados.

Los recursos humanos y materiales, estarán a cargo por los investigadores.

RECOLECCIÓN, PROCESAMIENTO, TABULACIÓN Y ANÁLISIS

Una vez realizada la recolección de datos se ordena la información en una Matriz de datos, para luego procesarlos y presentar la información en tablas de doble entrada con frecuencia absoluta y relativa, con gráficos de torta y barra, de manera de visualizar como juegan las variables en estudio y poder ver la realidad.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
CARACTERÍSTICAS DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA	SEXO	Masculino, Femenino
	EDAD	21-25 26-30 31-35 36-40 41-45 46-50 + 50
	ESTADO CIVIL	Casado, soltero, separado y otro
	HUJOS A CARGO	Ninguno, 1, 2, 3 y + 4 hijos
	NIVEL DE FORMACIÓN	Auxiliar de Enfermería Enfermero Profesional Licenciado en Enfermería
	ANTIGÜEDAD EN EL SERVICIO	1 a 2 2 a 5 6 a 10 + 11 años
	CONDICIÓN LABORAL	Planta Permanente Planta Temporaria Contratado
	CARGA HORARIA	40 41 a 80 + de 81 horas

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
FACTORES MODIFICADORES DEL AMBIENTE	CONDICIONES AMBIENTES: Iluminación	Muy Adecuado Adecuado Poco Adecuado Nada adecuado
	Temperatura Ruidos	Muy frecuentemente Frecuente Poco Frecuente Nada Frecuente
	FACTORES DESENCADENANTES Propio de la Tarea: a) Trabajar con material y pacientes Contaminados b) Olvido de Tareas y Normas del servicio c) Desborde por acontecimientos relacionado con el trabajo	Muy frecuentemente Frecuente Poco Frecuente Nada Frecuente
	FACTORES DESENCADENANTES Relación Interpersonales Apoyo Jefe Apoyo y comprensión de compañeros	Muy frecuentemente Frecuente Poco Frecuente Nada Frecuente
	FACTORES DESENCADENANTES Relacionado con el contexto: a) Dificultad con las nuevas Tecnologías b) Capacitación por parte de la institución c) Recursos Humano y material suficiente	Muy frecuentemente Frecuente Poco Frecuente Nada Frecuente

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES
<p style="text-align: center;">CONDUCTAS DE AUTOCUIDADOS</p>	<p>Dinámica corporal</p> <p>Dieta balanceada</p> <p>Automedicación</p> <p>Recreación</p>	<p>Muy frecuentemente</p> <p>Frecuente</p> <p>Poco Frecuente</p> <p>Nada Frecuente</p>

ANÁLISIS Y PRESENTACIÓN
DE LOS
RESULTADOS

**Factores Modificables en el Estrés Laboral
Área Crítica-Hospital El Carmen-año 2006**

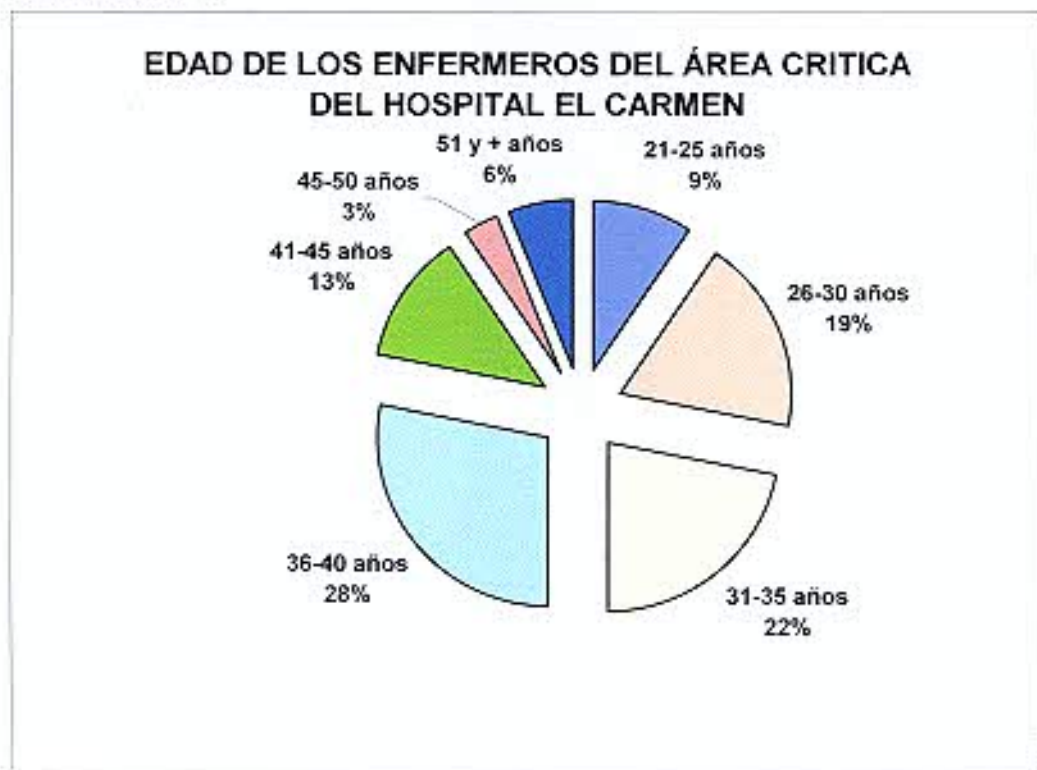
Tabla N° 1

EDAD de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen durante el periodo de estudio, 2006

EDAD	ENFERMEROS	
	F.A.	F.R.
21-25 años	3	9%
26-30 años	6	19%
31-35 años	7	22%
36-40 años	9	28%
41-45 años	4	13%
45-50 años	1	3%
51 y + años	2	6%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° 1



Los datos nos muestran que el 63% de la población están incluidos en los intervalos de 31 a 45 años, lo cual nos daría la pauta de que la profesión de enfermería no escapa a la realidad actual del sistema de contraprestación laboral, que busca esta franja etarea, por su experiencia y en su plenitud laboral (activa productiva)

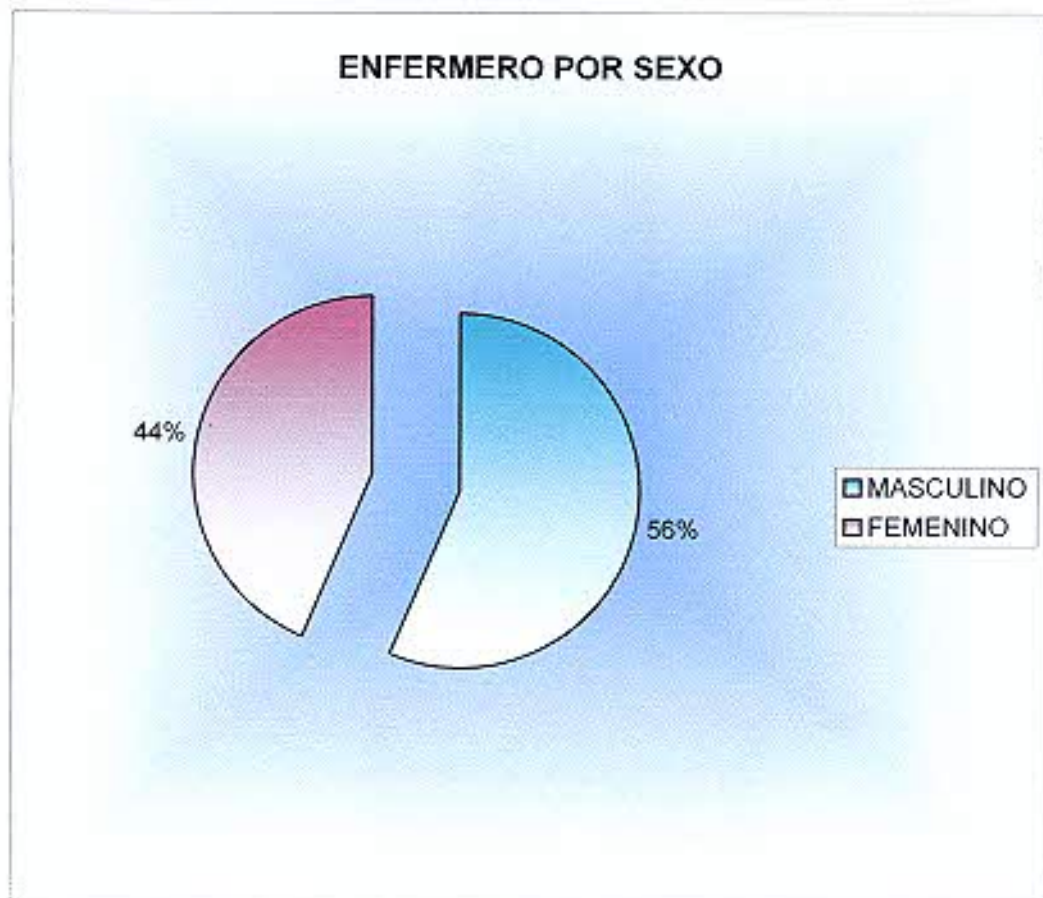
Tabla N° 2

SEXO de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen durante el periodo de estudio, 2006

SEXO	N° DE ENFERMEROS	
	FA	FR
MASCULINO	18	56%
FEMENINO	14	44%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° II



Los datos obtenidos procesados revelan que trabajan más varones (56%) que mujeres (44%)

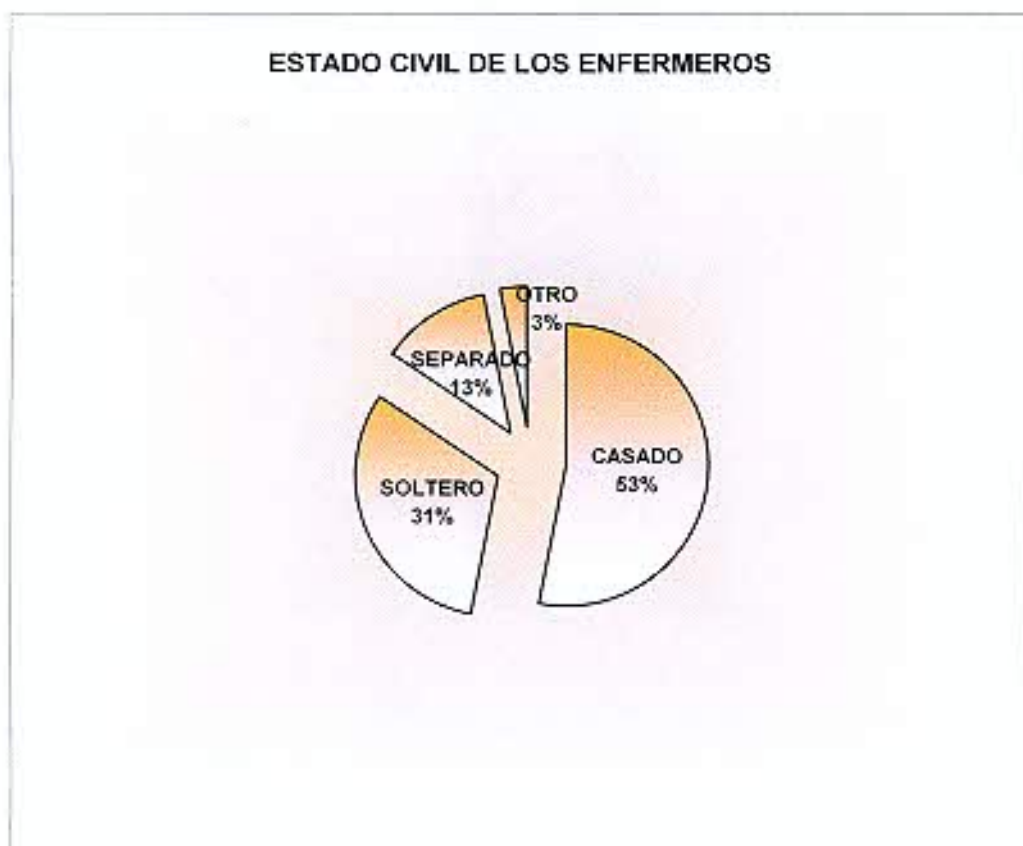
TABLA N° 3

ESTADO CIVIL de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

ESTADO CIVIL	N° DE ENFERMEROS	
	FA	FR
CASADO	17	53%
SOLTERO	10	31%
SEPARADO	4	13%
OTRO	1	3%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° III



Por los datos obtenidos se registra un alto porcentaje (84%) de casados y solteros

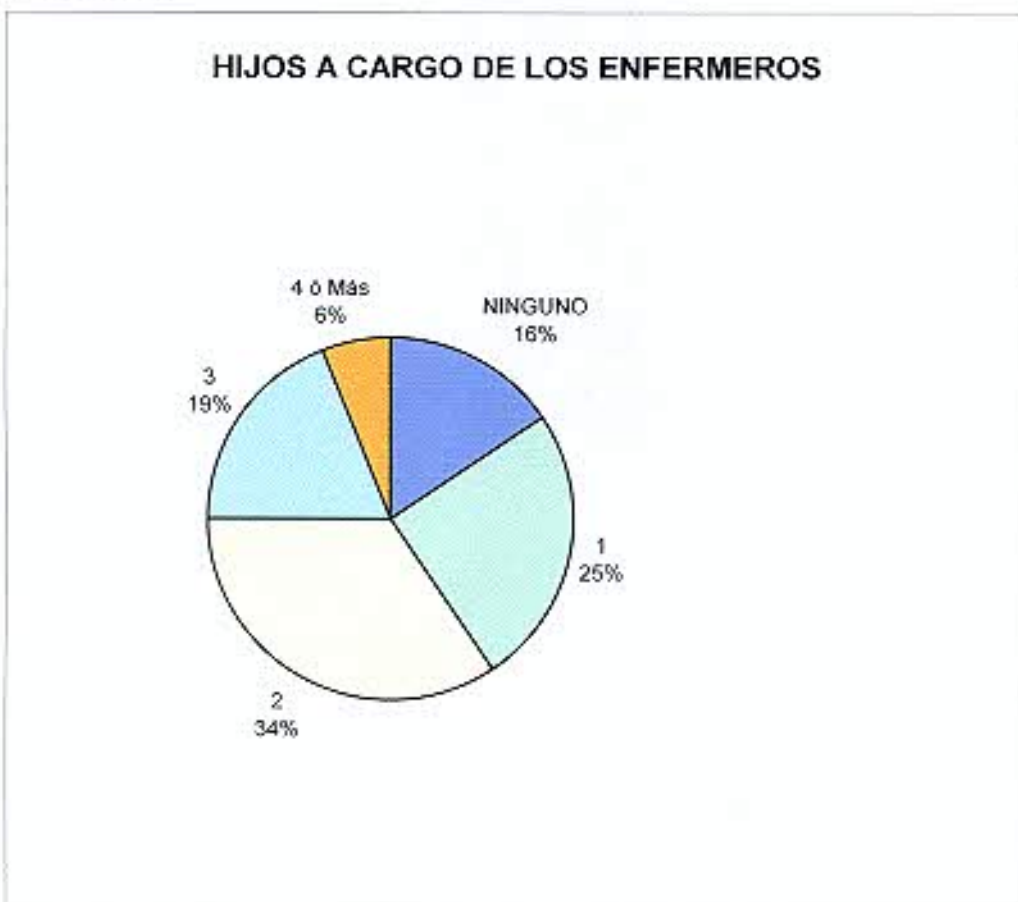
TABLA N° 4

HIJOS A CARGO, de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

HIJOS A CARGO	N° DE ENFERMEROS	
	FA	FR
NINGUNO	5	16%
1	8	25%
2	11	34%
3	6	19%
4 ó Más	2	6%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO IV



Los datos nos muestran que un bajo porcentaje(16%) no tienen carga familiar, el 84% lo tienen, un factor facilitador de estrés ya que el enfermero tiene que velar por otras personas (hijos, esposa, etc.)

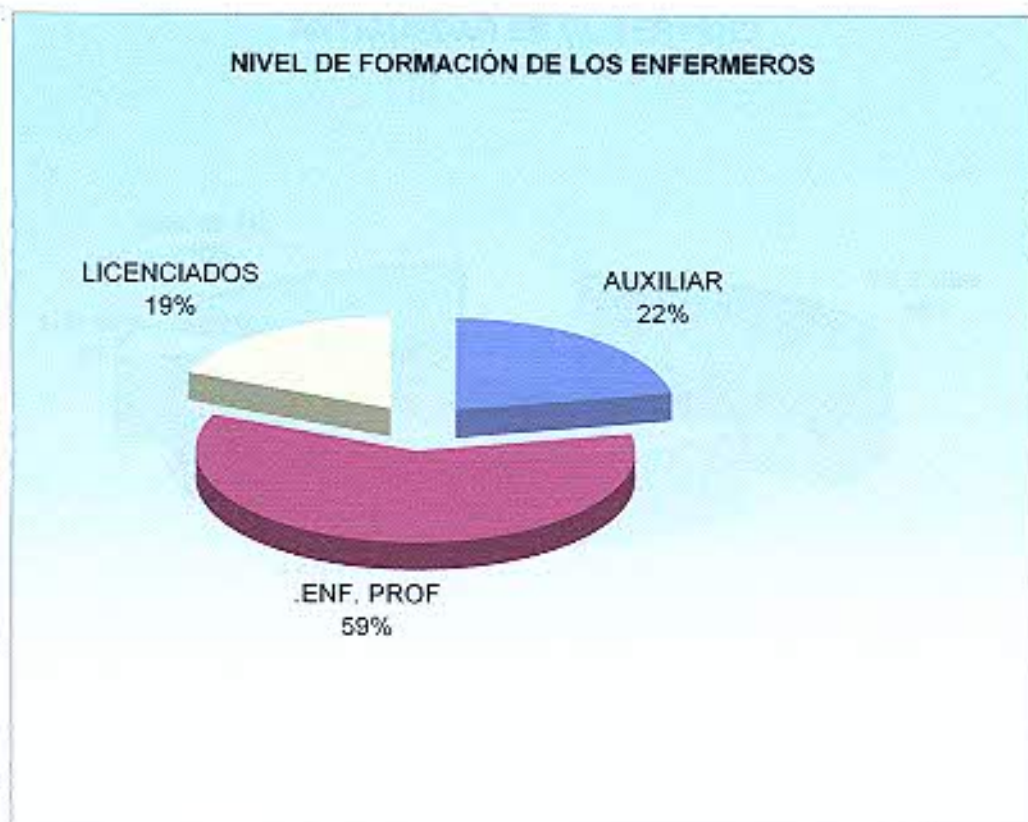
TABLA N° 5

NIVEL DE FORMACIÓN, de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

	N° DE ENFERMEROS	
	FA	FR
AUXILIAR	7	22%
ENF. PROF.	19	59%
LICENCIADOS	6	19%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° V



Como se observa hay un alto porcentaje de enfermeros con nivel de formación terciaria y universitaria. Es importante resaltar que todos los auxiliares que trabajan en el servicio están haciendo la profesionalización lo que significa para ello otra carga, además de la de su familia, trabajo y el estudio.

TABLA N° 6

ANTIGÜEDAD EN EL SERVICIO, de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

ANTIGÜEDAD EN EL SERVICIO	N° DE ENFERMEROS	
	F.A.	F.R.
1 a 2 años	11	34%
3 a 5 años	13	41%
6-10 años	2	6%
más de 11a.	6	19%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° VI



Se puede observar que el 75% de la población tiene una antigüedad de 1 a 5 años, factor que ayuda por el tipo de paciente y el ambiente de terapia intensiva.

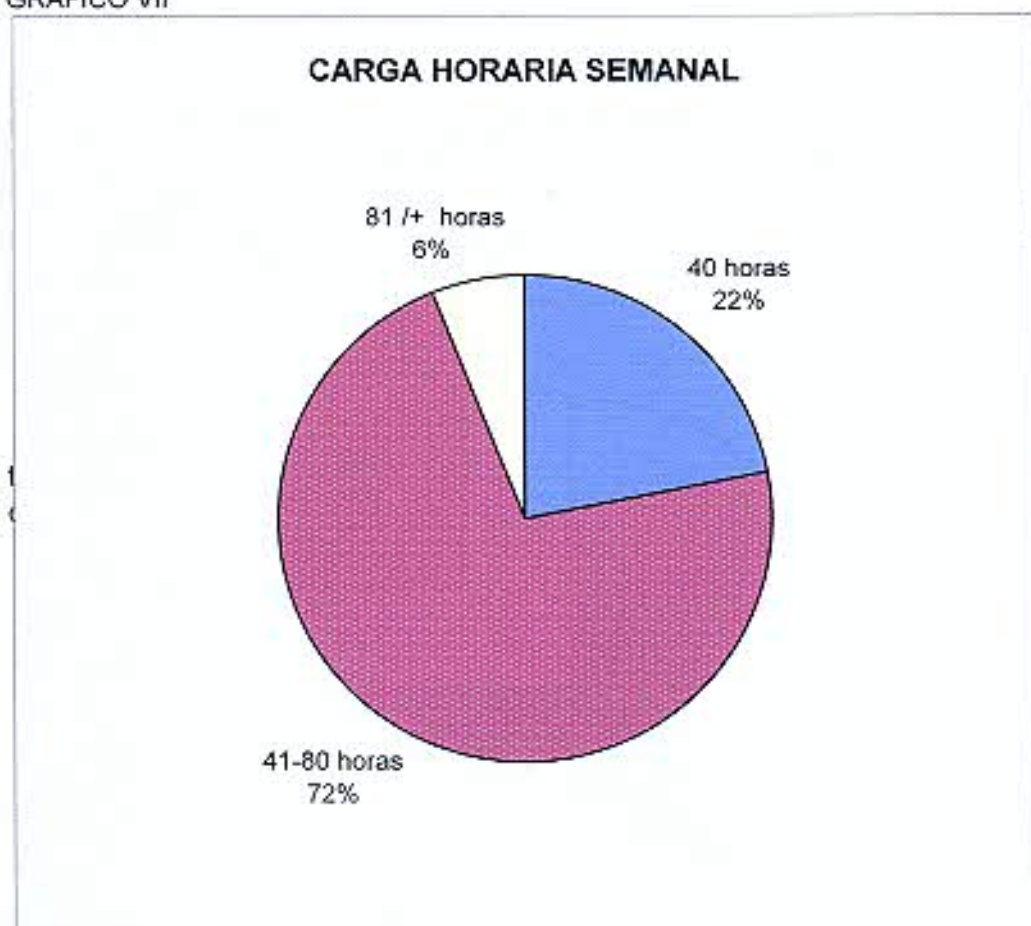
TABLA N° 7

CARGA HORARIA SEMANAL, de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

CARGA HORARIA	N° DE ENFERMEROS	
	F.A.	F.R.
40 horas	7	22%
41-80 horas	23	72%
81 /+ horas	2	6%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO VII



El 72% del personal trabaja más de 41 horas de trabajo, lo que refleja un factor de riesgo a padecer estrés.

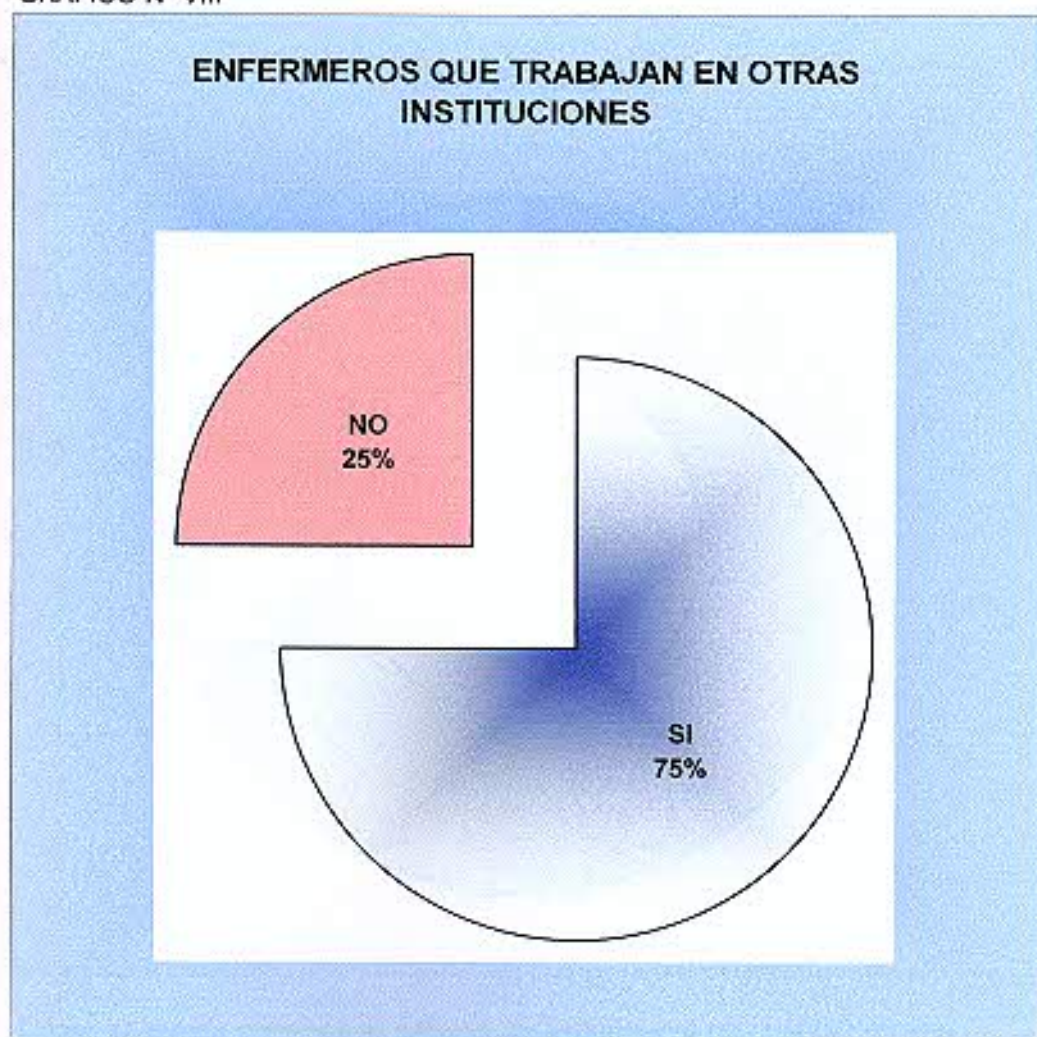
TABLA N° 8

Enfermeros que TRABAJAN EN OTRAS INSTITUCIONES, del Área Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

TRABAJAN OTRA INST.	N° DE ENFERMEROS	
	F.A.	F.R.
SI	24	75%
NO	8	25%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° VIII



Los datos nos muestran que existe otro factor facilitador de estrés, el 75% del personal trabaja en otra institución además del hospital.

TABLA N° 9

SITUACIÓN LABORAL, de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

SITUACIÓN LABORAL	N° DE ENFERMEROS	
	F.A.	F.R.
PLANTA	15	46%
TEMPORARIO	13	41%
CONTRATADO	4	13%
TOTAL	32	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° XI



Como se puede observar el 54% de los enfermeros no cuenta con una estabilidad laboral lo que lo hace vulnerable y un factor facilitador del estrés.

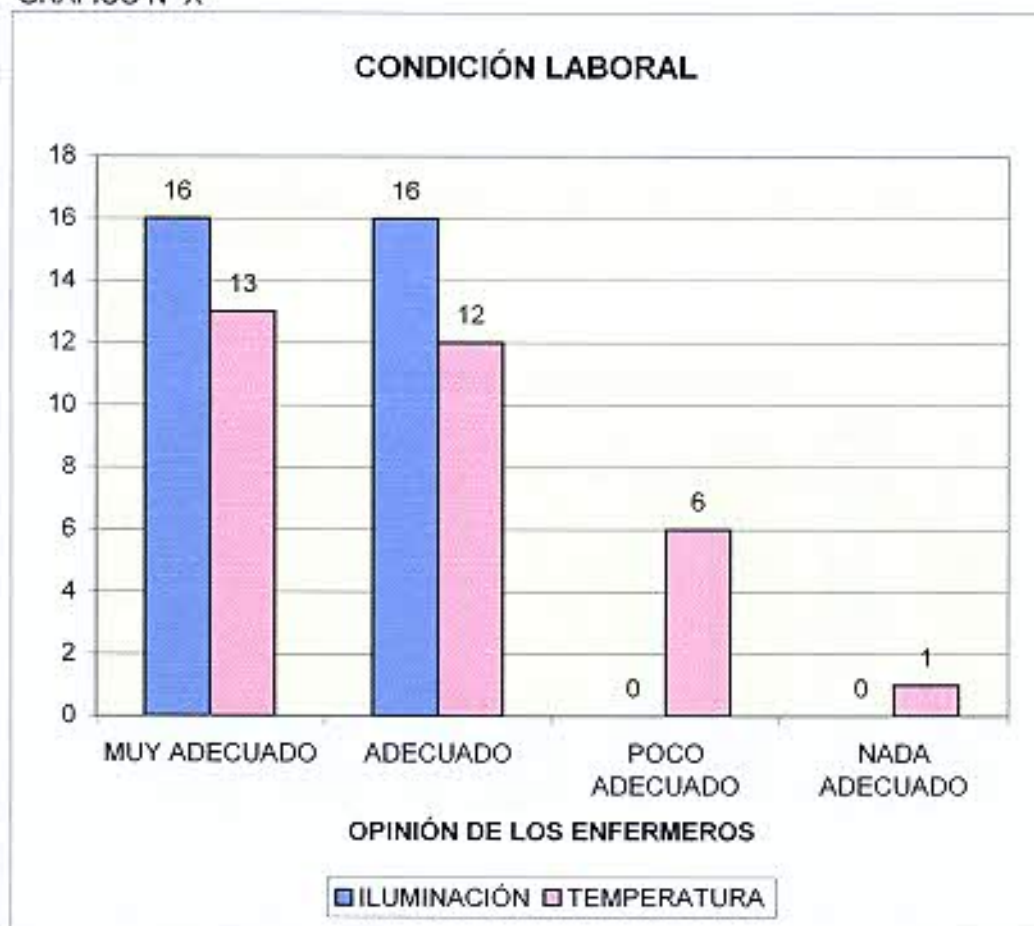
TABLA N° 10

CONDICIÓN LABORAL, de los enfermeros del Área Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

CONDICIÓN LABORAL	OPINIÓN DE LOS ENFERMEROS	
	ILUMINACIÓN	TEMPERATURA
MUY ADECUADO	16	13
ADECUADO	16	12
POCO ADECUADO	0	6
NADA ADECUADO	0	1
TOTAL	32	32

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° X



Según la opinión de los enfermeros en un alto número consideran que las condiciones laborales ambientales son muy adecuado y adecuado.

TABLA Nº 11

FACTORES DESENCADENANTES RELACIONADOS

CON LA FUNCIÓN DE ENFERMERÍA de los enfermeros del Area Critica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

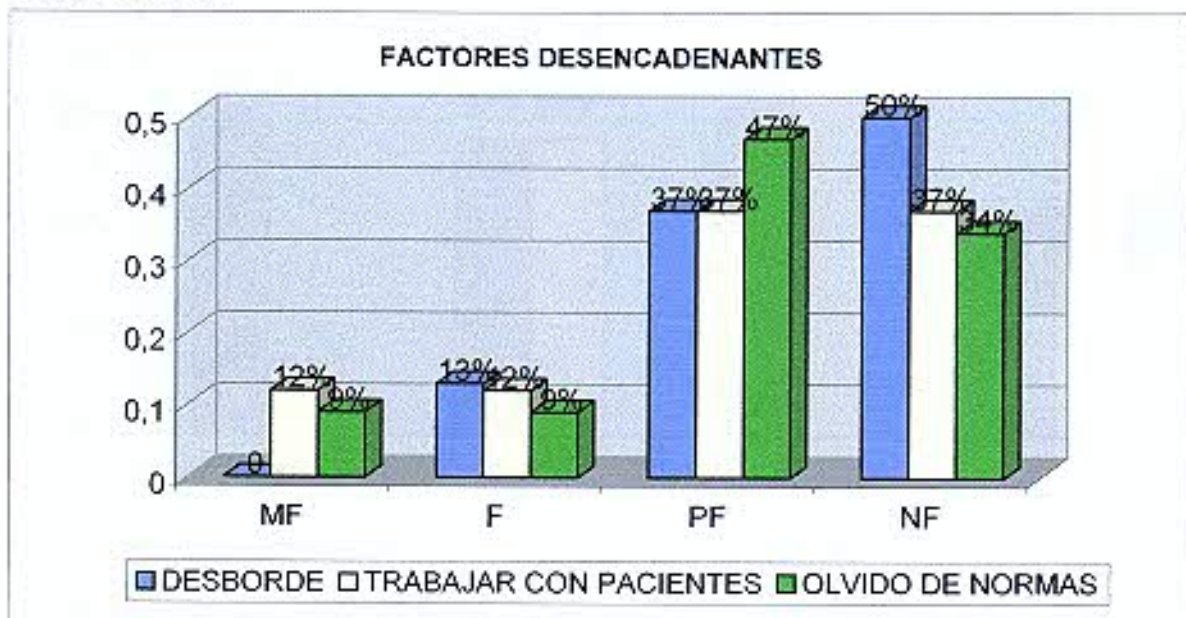
FACTORES DESENCADENANTES	OPINIÓN DE LOS ENFERMEROS				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
DESBORDE POR ACONTECIMIENTOS RELACIONADO CON EL TRABAJO	0	4	12	16	32
TRABAJAR CON PACIENTES O MATERIAL CONTAMINADO	4	4	12	12	32
OLVIDOS DE TAREAS O NORMATIVAS DEL SERVICIO	3	3	15	11	32

FRECUENCIA RELATIVA

FACTORES DESENCADENANTES	OPINIÓN DE LOS ENFERMEROS				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
DESBORDE POR ACONTECIMIENTOS RELACIONADO CON EL TRABAJO	0	13%	37%	50%	100%
TRABAJAR CON PACIENTES O MATERIAL CONTAMINADO	12%	12%	37%	37%	100%
OLVIDOS DE TAREAS O NORMATIVAS DEL SERVICIO	9%	9%	47%	34%	100%

FUENTE :Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Area Critica, Hospital El Carmén-año 2006

GRAFICO Nº XI



A pesar de que la mayoría opina que no tiene problemas con las tareas propias de enfermería, un 21 % manifiesta tenerlo con la atención a paciente, un 13% se desborda por acontecimientos relacionado con el trabajo y un 18% se olvida las normas

TABLA N° 12
FACTORES DESENCADENANTES RELACIONADOS
CON EL CONTEXTO, de los enfermeros del Area Critica del
Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

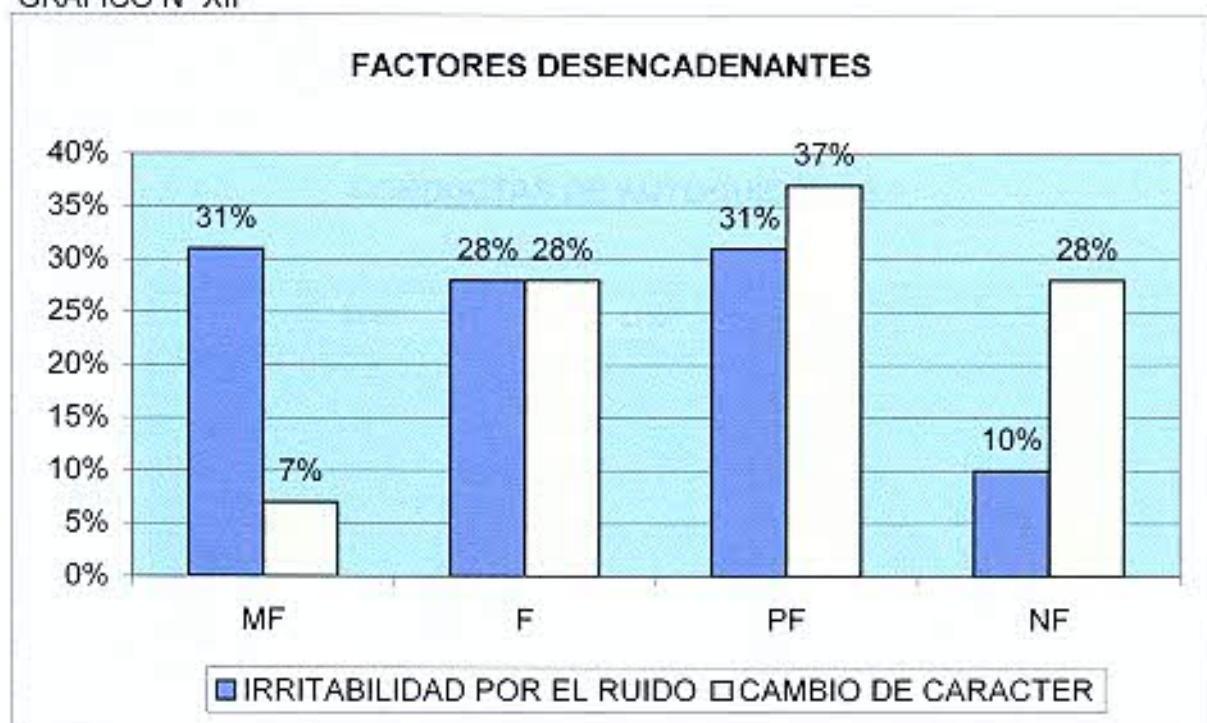
FACTORES DESENCADENANTES	OPINIÓN DE LOS ENFERMEROS				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
IRRITABILIDAD O ALTERACIONES POR EL RUIDO	10	9	10	3	32
CAMBIO DE CARÁCTER FRENTE A PACIENTES, COMPAÑEROS Y OTROS	2	9	12	9	32

FRECUENCIA RELATIVA

FACTORES DESENCADENANTES	OPINIÓN DE LOS ENFERMEROS				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
IRRITABILIDAD O ALTERACIONES POR EL RUIDO	31%	28%	31%	10%	100%
CAMBIO DE CARÁCTER FRENTE A PACIENTES, COMPAÑEROS Y OTROS	7%	28%	37%	28%	100%

FUENTE :Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Area Critica, Hospital El Carmén-año 2006

GRAFICO N° XII



A diferencia al caso anterior, las respuestas se centraron en frecuente y poco frecuente, lo que nos permitiría deducir que los enfermeros están en riesgo de estrés dado que han manifestado irritarse a los ruidos en el servicio y sufrir cambios de carácter en un alto porcentaje

TABLA N° 13

FACTORES DESENCADENANTES RELACIONADOS

CON CONDUCTAS DE AUTOCUIDADOS, de los enfermeros del Area Critica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

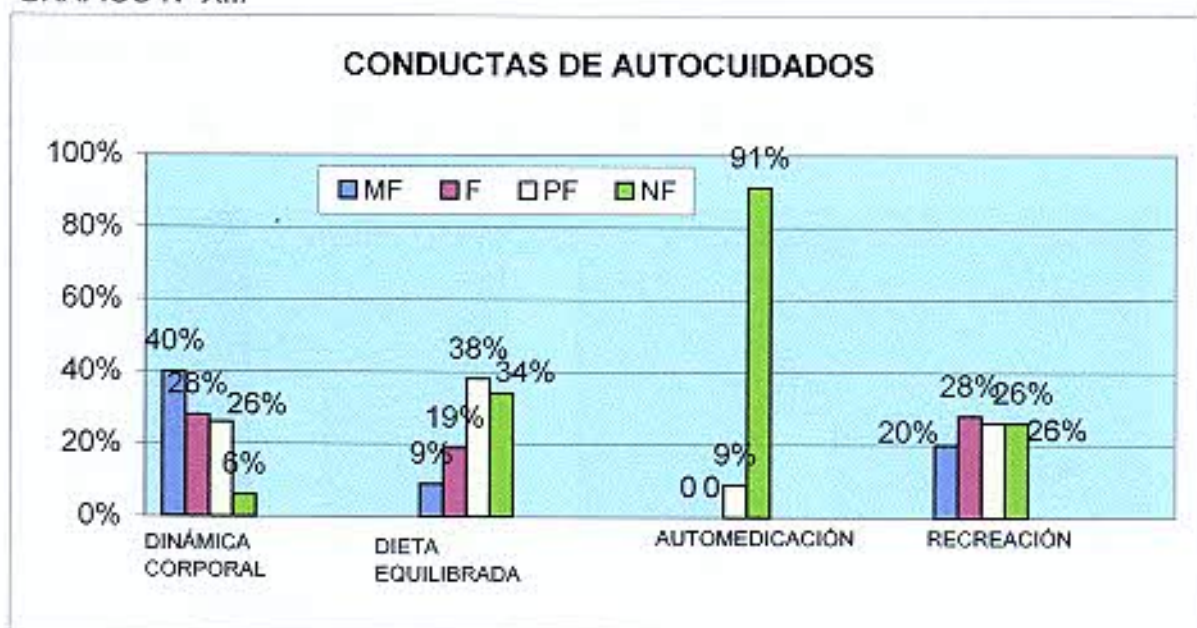
FACTORES DESENCADENANTES	OPINIÓN DE LOS ENFERMEROS				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
APLICACIÓN DE MECÁNICA CORPORAL	13	9	8	2	32
MANTENIMIENTO DE UNA DIETA EQUILIBRADA	3	6	12	11	32
TENDENCIA A LA AUTOMEDICACIÓN	0	0	3	29	32
TENDENCIA A LA RECREACIÓN	7	9	8	8	32

FRECUENCIA RELATIVA

FACTORES DESENCADENANTE	OPINIÓN DE LOS ENFERMEROS				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
APLICACIÓN DE MECÁNICA CORPORAL	40%	28%	26%	6%	100%
MANTENIMIENTO DE UNA DIETA EQUILIBRADA	9%	19%	38%	34%	100%
TENDENCIA A LA AUTOMEDICACIÓN	0	0	9%	91%	100%
TENDENCIA A LA RECREACIÓN	20%	28%	26%	26%	100%

FUENTE :Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Area Critica, Hospital El Carmén-año 2006

GRAFICO N° XIII



En cuanto a las conductas de autocuidado y teniendo en cuenta que en la opinión existe un sesgo de subjetividad, un 68% aplican las técnicas de dinámica corporal, 91% no se automedica, 72% no sigue una dieta equilibrada y con porcentajes similares, en cuanto a la recreación aunque el 52% poco y nada frecuente realizan actividades de recreación.

TABLA N° 14

FACTORES DESENCADENANTES RELACIONADOS
CON RELACIÓN INTERPERSONALES EN EL SERVICIO, de los enfermeros del
Area Critica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

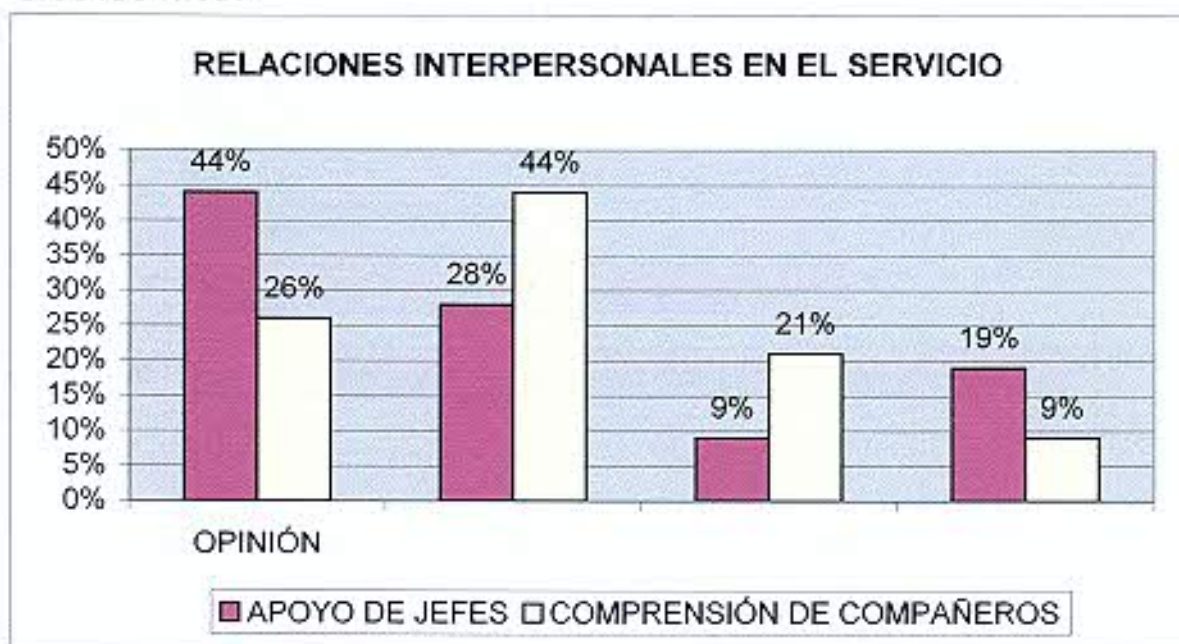
RELACIONES INTERPERSONALES	OPINIÓN				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
APOYO DE JEFES	14	9	3	6	32
COMPRESIÓN DE COMPAÑEROS	8	14	7	3	32

FRECUENCIA RELATIVA

RELACIONES INTERPERSONALES	OPINIÓN				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
APOYO DE JEFES	44%	28%	9%	19%	100%
COMPRESIÓN DE COMPAÑEROS	26%	44%	21%	9%	100%

FUENTE :Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Area Critica,
Hospital El Carmén-año 2006

GRAFICO N° XIV



Los datos nos refleja que en su mayoría opinan que hay una buena relación entre jefe y compañeros

TABLA N° 15
FACTORES DESENCADENANTES RELACIONADOS
CON LOS RECURSOS, según la opinión de los enfermeros del Area Critica del
Hospital El Carmén, durante el periodo de estudio, 2006

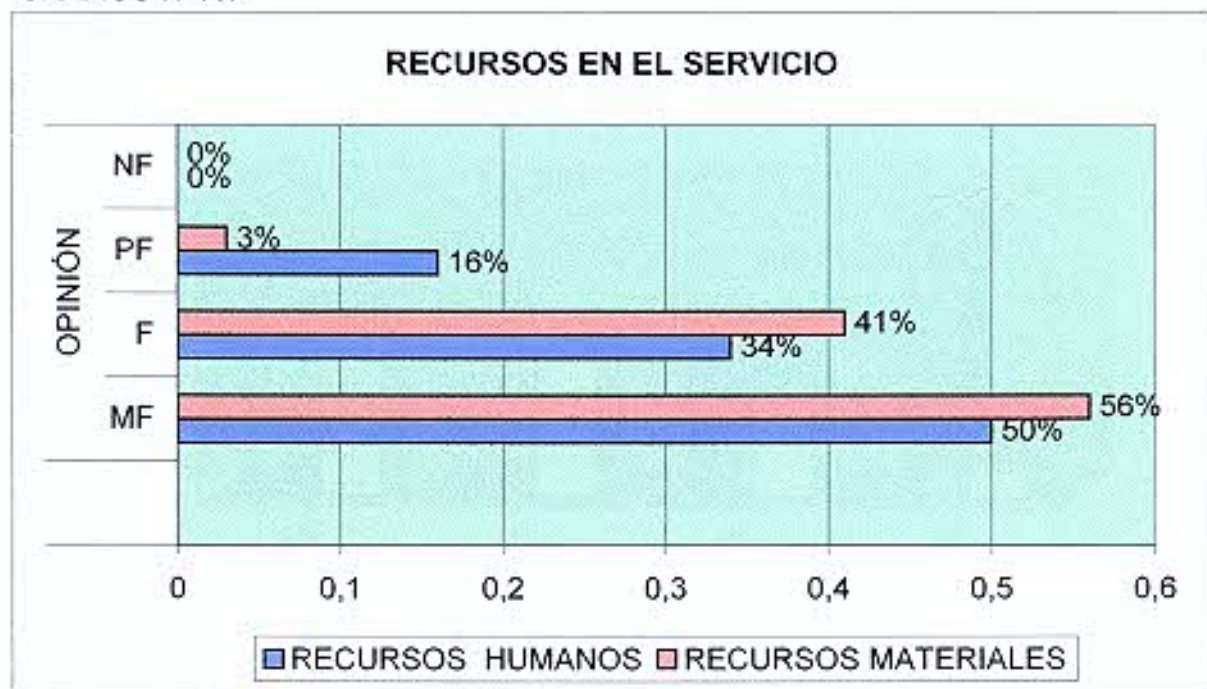
RECURSOS	OPINIÓN				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
RECURSOS HUMANOS	16	11	5	0	32
RECURSOS MATERIALES	18	13	1	0	32

FRECUENCIA RELATIVA

RECURSOS	OPINIÓN				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
RECURSOS HUMANOS	50%	34%	16%	0%	100%
RECURSOS MATERIALES	56%	41%	3%	0%	100%

FUENTE :Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Area Critica,
 Hospital El Carmén-año 2006

GRAFICO N° XV



Más del 90% de los enfermeros encuestados manifiestan que cuentan con recursos materiales y humanos

TABLA N° 16

FACTORES DESENCADENANTES RELACIONADOS CON LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS, según la opinión de los enfermeros del Area Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

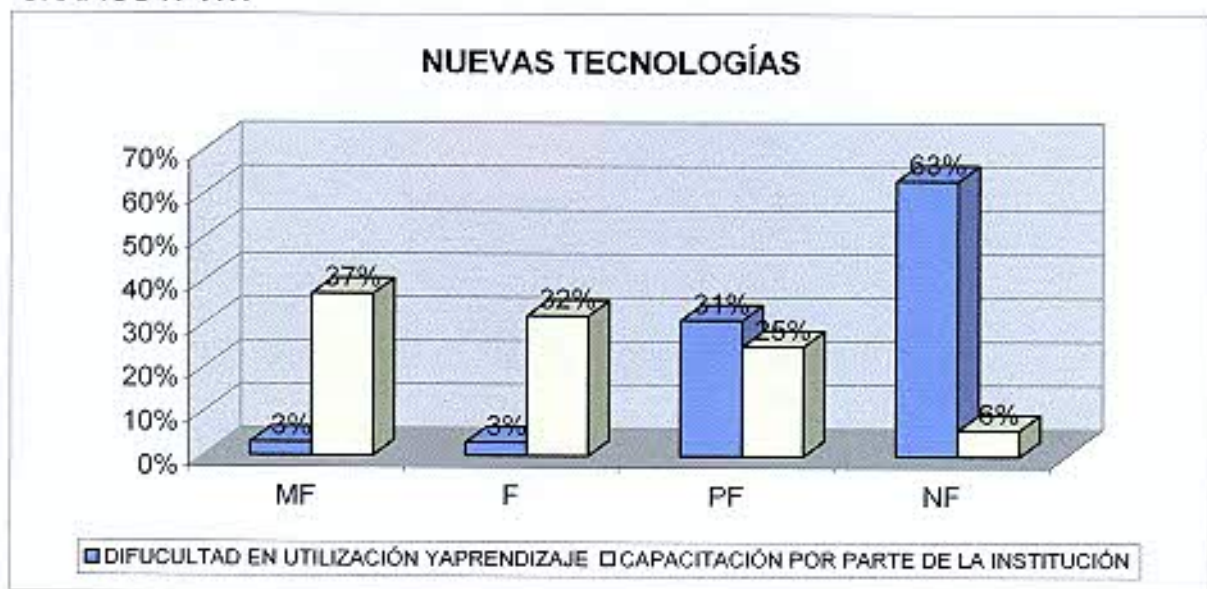
NUEVAS TECNOLOGÍAS	OPINIÓN				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
DIFICULTAD: APRENDIZAJE Y UTILIZACIÓN	1	1	10	20	32
COLABORACIÓN DE LA INSTITUCIÓN PARA EL APRENDIZAJE	12	10	8	2	32

FRECUENCIA RELATIVA

NUEVAS TECNOLOGÍAS	OPINIÓN				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
DIFICULTAD: APRENDIZAJE Y UTILIZACIÓN	3%	3%	31%	63%	100%
COLABORACIÓN DE LA INSTITUCIÓN PARA EL APRENDIZAJE	37%	32%	25%	6%	100%

FUENTE :Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Area Crítica, Hospital El CarmEn-año 2006

GRAFICO N° XVI



La opinión de los enfermeros coincide en un alto porcentaje en opinar que no tiene dificultades con las nuevas tecnologías y además que la institución colabora en la capacitación.

TABLA N° 17

FACTORES DESENCADENANTES RELACIONADOS CON LA CAPACITACIÓN CONTINUA, según la opinión de los enfermeros del Area Crítica del Hospital El Carmen, durante el periodo de estudio, 2006

CAPACITACIÓN CONTINUA	RESPUESTAS	
	F.A	F.R
SI	24	75%
NO	8	25%
TOTAL	32	100%

FUENTE :Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Area Crítica, Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° XVII

CAPACITACIÓN CONTINUA



FUENTE :Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Area Crítica, Hospital El Carmén-año 2006

El personal realiza capacitación continua, si recordamos que el grupo de auxiliares están realizando su profesionalización y otro grupo hacen la licenciatura.

TABLA N° 18
CANTIDAD DE HIJOS POR SEXO

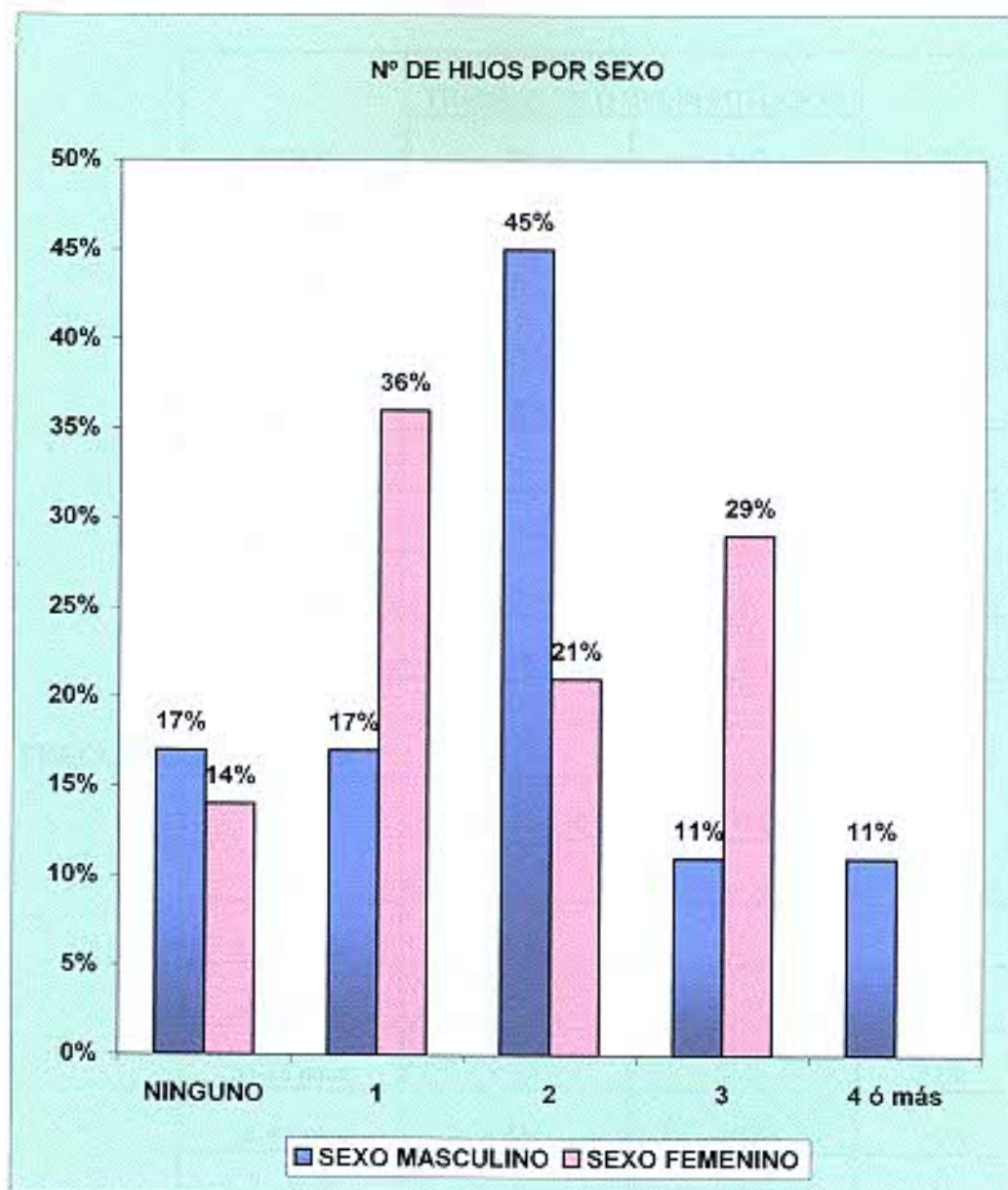
HIJOS A CARGO	SEXO		TOTAL
	MASCULINO	FEMENINO	
NINGUNO	3	2	5
1	3	5	8
2	8	3	11
3	2	4	6
4 ó más	2	0	2
TOTAL	18	14	32

FRECUENCIA RELATIVA

HIJOS A CARGO	SEXO		TOTAL
	MASCULINO	FEMENINO	
NINGUNO	17%	14%	16%
1	17%	36%	25%
2	45%	21%	34%
3	11%	29%	19%
4 ó más	11%		6%
TOTAL	100%	100%	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica,
Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° XVIII



Del total de las mujeres, el 86% tienen hijos, y en muchos casos son jefa de familia, una sobre carga, que es un factor facilitador de estrés. En cuanto a los varones, al igual que el otro sexo el 84% tiene hijos también posee una presión, dado que debe asegurar a su grupo familiar como a las mujeres la satisfacción de sus necesidades básicas.

TABLA N° 19
 EDAD POR CARGO EN OTRA INSTITUCIÓN

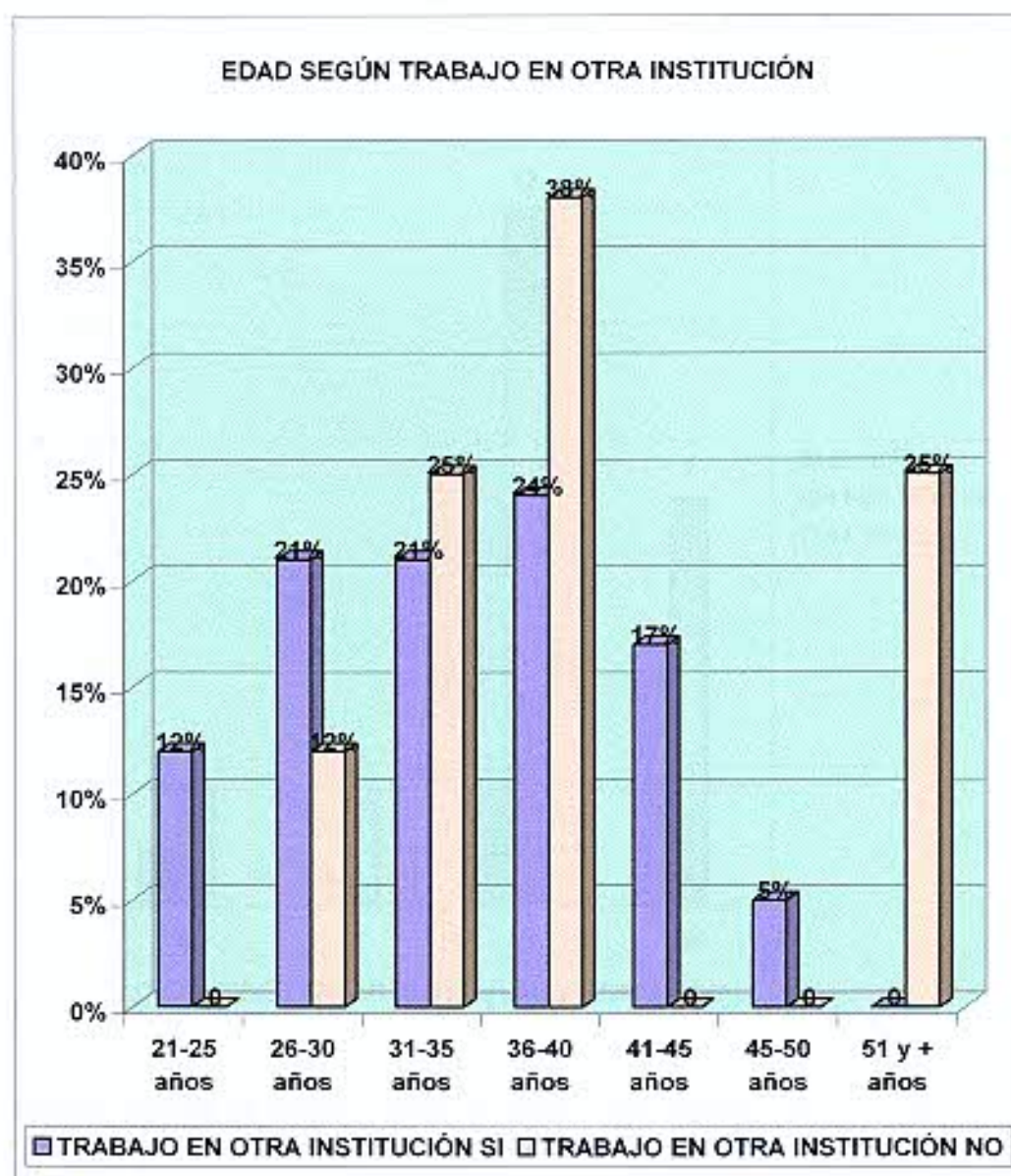
EDAD	TRABAJO EN OTRA INSTITUCIÓN		TOTAL
	SI	NO	
21-25 años	3	0	3
26-30 años	5	1	6
31-35 años	5	2	7
36-40 años	6	3	9
41-45 años	4	0	4
45-50 años	1	0	1
51 y + años	0	2	2
TOTAL	24	8	32

FRECUENCIA RELATIVA

EDAD	TRABAJO EN OTRA INSTITUCIÓN		TOTAL
	SI	NO	
21-25 años	12%	0	9%
26-30 años	21%	12%	19%
31-35 años	21%	25%	22%
36-40 años	24%	38%	28%
41-45 años	17%	0	13%
45-50 años	5%	0	3%
51 y + años	0	25%	6%
TOTAL	100%	100%	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica,
 Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° XIX



Los datos nos muestran que la población comprendida entre 21 a 40 años trabajan en otra institución, con más de 41 horas de trabajo. Si tenemos en cuenta que de este grupo etareo, un alto porcentaje son casados y padres de familia, presión que les obliga a trabajar en dos y hasta tres lugares para poder mantener un estándar de vida adecuado. Por lo que nos permite deducir que tienen en mayor o menor medida signos de estrés que afecta su vida cotidiana.

TABLA N° 20

OLVIDO DE LA TAREAS RUTINARIAS Y NORMATIVA POR SERVICIO
POR HORAS DE TRABAJO

CARGA	OLVIDO DE TAREAS RUTINARIAS Y NORMATIVAS				TOTAL
HORARIA	MF	F	PF	NF	
40 HORAS	1	0	2	4	7
41-80 HORAS	2	2	12	7	23
81 Y+HS.		1	1		2
TOTAL	3	3	15	11	32

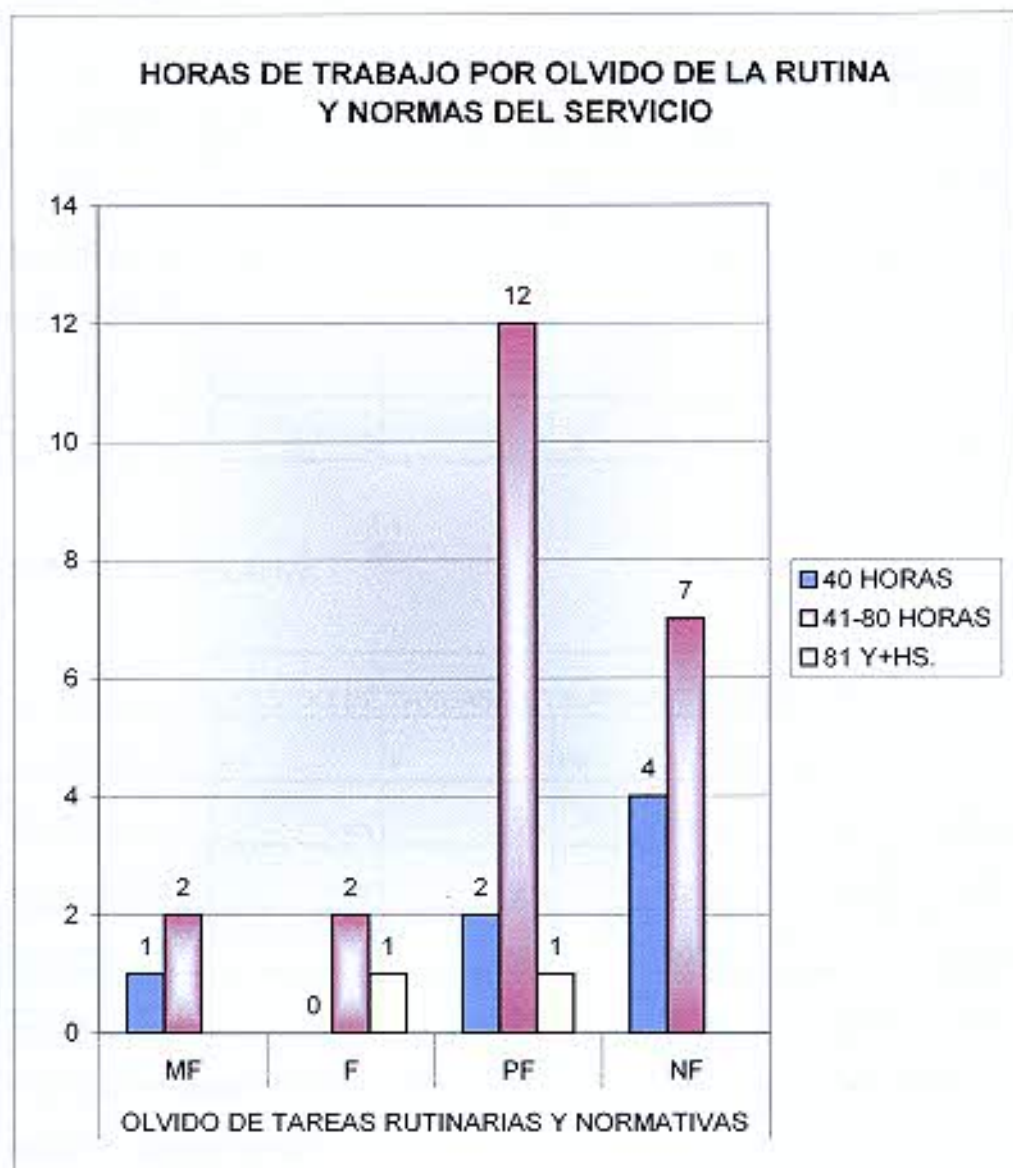
FRECUENCIA RELATIVA

CARGA	OLVIDO DE TAREAS RUTINARIAS Y NORMATIVAS				TOTAL
HORARIA	MF	F	PF	NF	
40 HORAS	14%	0%	28%	58%	100%
41-80 HORAS	9%	9%	52%	30%	100%
81 Y+HS.		50%	50%		100%
TOTAL	9%	9%	47%	35%	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica.

Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° XX



En este análisis se refleja lo anteriormente dicho, que influye la subjetividad del sujeto dado que se siente observado, por lo que no manifiesta lo que es real

TABLA N° 21
IRRITABILIDAD POR ALARMAS Y SENSORES POR HORA DE TRABAJO

CARGA HORARIA	IRRITABILIDAD POR LOS RUIDOS				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
40 HORAS		0	3	4	7
41-80 HORAS	9	5	6	3	23
81 Y+HS.	1	1	0		2
TOTAL	10	6	9	7	32

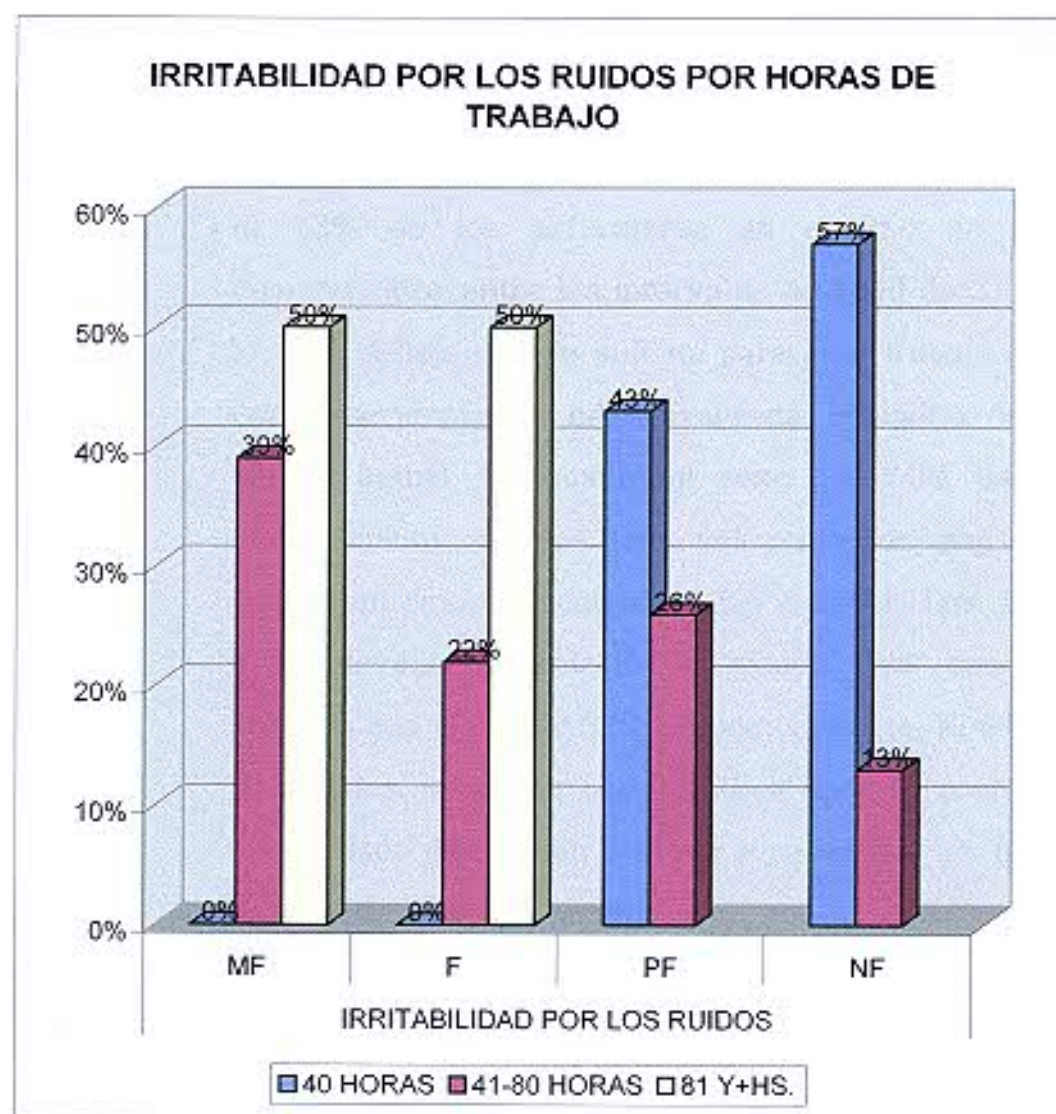
FRECUENCIA RELATIVA

CARGA HORARIA	IRRITABILIDAD POR LOS RUIDOS				TOTAL
	MF	F	PF	NF	
40 HORAS	0%	0%	43%	57%	100%
41-80 HORAS	39%	22%	26%	13%	100%
81 Y+HS.	50%	50%			100%
TOTAL	31%	28%	32%	9%	100%

FUENTE: Propia datos obtenidos de la encuesta aplicada a enfermeros del Área Crítica,

Hospital El Carmen-año 2006

GRAFICO N° XXI



En esta gráfico se muestra los signos de alarma de estrés dado que el 59% manifiesta esta muy y frecuentemente irritado por los ruidos de alarma y sensores del servicio, cuanto más horas trabajan y si tenemos en cuenta la exposición a la que la rutina diaria de pasar de un trabajo a otro, las guardias de 24 horas y las rutina y sobre carga.

CONCLUSIÓN

Luego de analizados los datos de las distintas variables en estudio, los investigadores han llegado a las siguientes conclusiones:

📌 En cuanto a la SITUACIÓN SOCIAL de los enfermeros

- El 63% de los enfermeros en estudio se encuentran comprendidos entre los intervalos de edad de 31 a 45 años, lo que refleja que se solicita para este trabajo enfermeros con experiencia sin edad avanzada, requisito del mercado laboral actual. En cuanto al sexo el 56% son varones, generalmente son los más seleccionados por el tipo de trabajo en estos servicios que las mujeres. Los porcentajes más relevante en relación al estado civil: son casados y solteros con el 53% y 31% respectivamente. El 84% del total tiene hijos, situación que significa para el profesional una carga, dado que deben proveer y satisfacer las necesidades básicas de su grupo familiar.

📌 En cuanto a la SITUACIÓN LABORAL

- El nivel de formación es elevado y tiende a ser aún más, porque los auxiliares que son los menos 22%, están realizando su profesionalización. El 41% tienen una carga horaria de 41 a 80 horas; el 72% trabaja en otra institución. Un alto porcentaje tienen una antigüedad no mayor a los cinco, importante dado que de alguna manera ayuda por el tipo de trabajo que produce un desgaste físico y psíquico personal importante, por el tipo de pacientes que tratan. Sólo el 34% pertenecen a la planta permanente, lo que nos

permite decir que es otro factor de estrés la inestabilidad laboral.

En cuanto a las CONDICIONES LABORALES

- Por lo que los datos nos han demostrado, los enfermeros del servicio consideran que las condiciones laborales son muy adecuada y adecuada en un alto porcentaje. No tiene dificultades con la utilización y aprendizaje de nuevas tecnologías, la institución colabora en lo mismo. Cuenta frecuentemente con recursos humanos y materiales. Por lo que desde este óptica hay una buen ambiente laboral que es complementado por el apoyo del jefe y la comprensión y el acompañamiento de sus compañero

Factores DESENCADENANTES que nos permite visualizar riesgo de estrés:

- Es importante resaltar que las opiniones de los enfermeros esta teñida de subjetividad dado que deben revelar conducta estrechamente relacionada con su función profesional y con su conducta individual.

A pesar de que un alto porcentaje manifiesta que poco frecuente o nada frecuente tienen desborde por acontecimientos laborales, trabajar con pacientes y material contaminante, olvidos de rutinas o normas de servicio, cambian su carácter en contacto con pacientes, familiares y compañeros. Una proporción importante de enfermeros que dicen están frecuentemente afectados. Sobre todo aquellos que trabajan más de 41 horas por semana y en otra institución que presentan los signos antes enumerados.

En cuanto a los autocuidado de su salud física aplican las técnicas de mecánica corporal, según ellos no se automedican

ante situaciones estresantes. No ocurre lo mismo al opinar sobre el mantener una dieta equilibrado dado que si tenemos en cuenta los horarios, que tienen dos o mas trabajo es coherente lo manifestado. El realizar tareas de recreación las opiniones se dividen en forma similar entre todas las opciones.

Al hacer el entrecruzamiento de variables se ha podido comprobar que si sumamos los factores, los enfermeros presentan una alta vulnerabilidad ya que están sometidos a presiones desde el punto laboral y social que repercute en su trabajo, en la relación con su entorno, es por ello que hay que intervenir antes que sigan afectándose.

SUGERENCIAS

Al realizar este estudio nos permitió identificar aspectos relevantes aún de nuestras propias conductas a tener en cuenta y, preocupados por los resultados, donde se considera un número considerable de enfermeros expuestos al riesgo de enfermar, surge la necesidad de brindar información para tomar acciones que disminuyan en lo posible la problemática que estos enfermeros están padeciendo:

La importancia de fomentar la modificación de estilos de vida más saludable. Adoptar una posición de equilibrio espiritual, mental y física, frente a las distintas situaciones que depara la vida moderna. Mejorar la adaptación al medio.

Difundir los resultados de la investigación y seguir profundizando sobre el tema.

AL LA INSTITUCIÓN se sugiere:

Que se le conceda a los trabajadores, la creación de espacios de reflexión, reuniones grupales, terapia de apoyo psicológico, grupos de autoayuda, etc. Concediéndole una hora (por semana) para esta forma de abordaje terapéutico.

Sus dirigentes deben apoyar y comprender que la prevención de las enfermedades laborales, es una inversión en salud, disminuyendo costos a largo plazo, porque influye en la disminución de ausentismo y los posibles problemas legales.

Se sugiere la creación de Programas de Salud.

Al PERSONAL: Se sugiere la creación de Comités de seguridad laboral, identificando a los líderes de manera que a través de ellos, se tomen acciones de promoción y prevención. Tendiendo a un perfecto balance de horas para trabajo, sueño, y recreación (que incluye ejercicios físicos).

Otra alternativa es de proveer folletería u otro tipo de material informativo que contenga datos de cómo manejar y enfrentar las crisis.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Manual Agarol. Problemas Esenciales de Enfermería, Revista Nursing, Publicaciones Mosby/Doyna Libro Pharna Consult. Argentina s.a. 1998.
- Richard Lazarus, Estrés y procesos cognitivos, Barcelona, Editorial Martínez Roca, 1986. Pág. 221
- Donald Meichenbaum, Prevención y reducción del estrés, Bilbao, Desclée de Brower, 1987.
- Organización Internacional del Trabajo, El trabajo en el mundo, cap. 5, Ginebra, OIT, 1993.
- Jean P. Roquebrune, Cómo prevenir y combatir el estrés, angustia y depresión, Barcelona, Molino, 1983.
- Hans Selye, Tensión sin angustia, Madrid, Guadarrama, 1975
- www.es/info/seos/faq. Pagina de la Sociedad Española para la Ansiedad y el Estrés. autor_Dr. Oscar, E. Slipak: artículo "Estrés Laboral.

ANEXOS

ENTREVISTA

Esta Entrevista ANONIMA, es parte de un Estudio de Investigación sobre los Factores Modificables en el Estrés Laboral, en el Personal de Enfermería del Área Crítica del Hospital El Carmen, realizados por alumnos de la Licenciatura en Enfermería de la Escuela de Enfermería de la U.N.C.

- Fecha
- Llene con una (X) el casillero elegido
- No olvide que es anónima

Cualquier duda consulte **con** los encuestadores.

REFERENCIAS PARA COMPLETAR

M.F.= Muy Frecuente	F.= Frecuente	P.F.= Poco Frecuente
N.F.= Nada Frecuente	M.A.= Muy Adecuado	A.= Adecuado
PA.= Poco Adecuado	N.A.= Nada Adecuado	

DATOS PERSONALES

EDAD

21- 25	<input type="checkbox"/>
26-30	<input type="checkbox"/>
31-35	<input type="checkbox"/>
36-40	<input type="checkbox"/>
41- 45	<input type="checkbox"/>
46-50	<input type="checkbox"/>
+51	<input type="checkbox"/>

SEXO Masculino Femenino

ESTADO CIVIL:

- Casado,
- Soltero.
- Separado.
- Otro.

Hijos a cargo:

- Ninguno
- Uno.
- Dos.
- Tres.
- Más de cuatro:

Nivel de Estudios:

- Auxiliar de enfermería.
- Enfermero profesional.
- Licenciado en enfermería.

Antigüedad en el servicio (años):

- 1-2.
- 3-5,
- 6-10.
- Más de 11

Condición Laboral:

- Planta permanente.
- Planta temporaria.
- Contratado.

Carga horaria semanal:

40 horas.

41-80 horas.

+ 81 horas.

Trabaja en otra institución? SI. NO.

La iluminación que presenta el servicio, cubre las necesidades básicas para realizar una buena labor.

M.A. A P.A. NA

Usted considera. que las alarmas o sensores del servicio le producen alteración e irritabilidad de los ruidos.

M.F. F. P.F. NF.

Trabajar con pacientes contaminados, en un área sucia o el simple manejo de material contaminante, le produce un rechazo tal situación.?

M.F. F P.F. NF.

En su lugar de trabajo, la temperatura ambiente. que el servicio posee, le permite un buen desempeño ?

MF. F P.F. N.F.

Aplica las técnicas de dinámica corporal , cuando, trabaja con pacientes de poca o nula movilidad, rotando o manipulando elementos de peso.?

MF. F P.F. N.F.

Tiene dificultad con el aprendizaje y utilización de la nueva tecnología empleado en el servicio?

MF. F P.F. N.F.

La institución o el servicio colabora con el aprendizaje programado de la nueva tecnología implementada?

MF. F P.F. NF

A manifestado cambio de carácter en el ultimo tiempo, frente a pacientes, familiares o compañeros?

M.F. F P.F. N.F.

Últimamente a olvidado llevar a cabo las tareas rutinarias y normativas del servicio, debido a la gran demanda de atención de otras áreas?

M.F. F. P.F. N.F.

El enfermero Jefe le ha brindado el suficiente apoyo cuando ha tenido que afrontar, alguna situación estresante?

MF. F. P.F. NF.

Realiza actividades tanto de recreación, como de relajación, o alguna otra técnica que lo ayude a disminuir situaciones poco comunes?

M.F. F. P.F. N.F.

Considera que con respecto a los horarios, trabajos y ritmo que habitualmente uno realiza, mantiene Ud. una dieta balanceada?

M.F. F. P.F. NF.

Ante una situación que es considerada estresante, tiende Ud. ha automedicarse?

M.F. F. P.F. N.F.

En el plano laboral, se siente desbordado por acontecimientos relacionados al trabajo?

M.F. F. P.F. N.F.

Ante una situación poco común, siente el apoyo y comprensión de sus compañeros?

MF. E. P.F. N.F.

El servicio cuenta con los recursos humanos necesarios para realizar las tareas de enfermería?

M.F. F. P.F. N.F.

La institución, como el servicio cuenta con los recursos materiales, adecuados para realizar tareas de enfermería?

MF. F. P.F. N.F.

Ha realizado cursos de educación continua, en el corriente año, que siente que le son de ayuda para su capacitación personal?

SI. NO.

Desde ya gracias por su colaboración.

ÍNDICE GENERAL

	Página
CARÁTULA .	I
ADVERTENCIA	II
APROBACIÓN	III
PROLOGO	IV
ÍNDICE GENERAL	V
ÍNDICE TABLAS Y GRÁFICOS	VI
INTRODUCCIÓN.	1
ENUNCIADO DEL PROBLEMA	2
JUSTIFICACIÓN	2
OBJETIVOS	3
MARCO TEORICO	4
VARIABLES	14
DISEÑO METODOLÓGICO	15
* Tipo de Estudio	15
* Universo de Estudio	15
* Muestra	15
* Fuentes de Información	15
* Técnica e Instrumento de Recolección de Datos	15
* recolección y procesamiento de la información	16
*Operacionalización de variable	16
RESULTADOS EN TABLAS Y GRÁFICOS	19
CONCLUSIÓN	44
SUGERENCIAS	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA	48
ANEXOS	
ENCUESTA	49
MATRIZ DE DATOS	53

ÍNDICE TABLAS Y GRÁFICOS

Enfermeros del Servicio del Area Critica del Hospital El Carmen	Páginas
Tabla N°1: EDAD	
Frecuencia Absoluta , Relativa	19
GRAFICO N° I	19
Tabla N° 2: SEXO	
Frecuencia Absoluta, Relativa	20
GRAFICO N°II	20
Tabla N° 3: ESATDO CIVIL	
Frecuencia Absoluta, Relativa	21
GRAFICO N°III	21
Tabla N° 4: NÚMERO DE HIJOS	
Frecuencia Absoluta, Relativa	22
GRAFICO N° IV	22
Tabla N° 5: NÚMERO DE HIJOS	
Frecuencia Absoluta, Relativa	23
GRAFICO N° V	23
Tabla N° 6: ANTIGÜEDAD EN EL SERVICIO	
Frecuencia Absoluta, Relativa	24
Gráfico N° IV	24
Tabla N° 7: CARGA HORARIA SEMANAL	
Frecuencia Absoluta , Relativa	25
GRAFICO N° VII	25
Tabla N° 8: TRABAJO EN OTRA INSTITUCIÓN.	
Frecuencia Absoluta , Relativa	26
GRAFICO N°VIII	26

Tabla N° 9: SITUACIÓN LABORAL.	
Frecuencia Absoluta , Relativa	27
Gráfico N° IX	27
Tabla N° 10: CONDICIÓN LABORAL	
TABLA N° 11: FACTORES DESENCADENTE RELACIONADO CON LA FUNCIÓN	
Frecuencia Absoluta, Relativa	28
GRAFICO N° XI	28
TABLA N° 12: FACTORES DESENCADENTE RELACIONADO CON EL CONTEXTO	
Frecuencia Absoluta, Relativa	29
GRAFICO N°XII	29
TABLA N° 13: FACTORES DESENCADENTE RELACIONADO CON CONDUCTAS DE AUTOCUIDADO	
Frecuencia Absoluta, Relativa	31
GRAFICO N° XIII	31
TABLA N° 14: FACTORES DESENCADENTE RELACIONADO CON RELACIONES INTERPERSONALES EN EL SERVICIO	
Frecuencia Absoluta, Relativa	32
GRAFICO N° XIV	32
TABLA N° 15: FACTORES DESENCADENTE RELACIONADO CON LOS RECURSOS	
Frecuencia Absoluta, Relativa	33
GRAFICO N° XV	33
TABLA N° 16: FACTORES DESENCADENTE RELACIONADO CON NUEVAS TECNOLOGÍAS	
Frecuencia Absoluta, Relativa	34
GRAFICO N° XVI	34
TABLA N° 17: FACTORES DESENCADENTE RELACIONADO CON CAPACITACIÓN CONTINUA	
Frecuencia Absoluta, Relativa	35
GRAFICO N° XVII	35

ANALISIS BIVARIADO

CANTIDAD DE HIJOS POR SEXO

TABLA N° 18: FRECUENCIA ABSOLUTA 36

FRECUENCIA RELATIVA 36

GRAFICO XVIII 37

EDAD POR CARGO EN OTRA INSTITUCIÓN

TABLA N° 19: FRECUENCIA ABSOLUTA 38

FRECUENCIA RELATIVA 38

GRAFICO XIX 39

OLVIDO DE LAS TAREAS DE RUTINA Y NORMAS DEL SERVICIO

POR HORAS DE TRABAJO

TABLA N° 20: FRECUENCIA ABSOLUTA 40

FRECUENCIA RELATIVA 40

GRAFICO XX 41

IRRITABILIDAD POR CARGA HORARIA

TABLA N° 21: FRECUENCIA ABSOLUTA 42

FRECUENCIA RELATIVA 42

GRAFICO XXI 43