

**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**UPLA**

**TESIS**

**CANSANCIO LABORAL Y ESTRATEGIAS DE  
CONTROL EN PANDEMIA POR COVID-19 EN  
PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DE UN HOSPITAL  
DE HUANCAYO, 2022**

Autoras : Pamela Katerine Ríos Quispe  
Tatiana Jimena Espinoza Galarza

Para optar : El título profesional de Licenciada en  
Enfermería

Asesor : Mg. Betty Carmesí Quilca Espinoza

Línea de investigación institucional : Salud y gestión de la salud

Fecha de inicio y término : Enero a junio del 2022

**Huancayo – Perú**  
**2023**

## **DEDICATORIA**

A mi mamá Miriam que me apoyo durante mi formación académica y me ayudo en los momentos más difíciles.

A mi papá José que me impulsaba a seguir con mis proyectos superándome día a día

A mis hermanas Libet y Bibiana que fueron mi mayor motivación para no rendirme siendo así un gran ejemplo para mí.

**Tatiana J. Espinoza Galarza**

A Dios por su infinita misericordia, que guía mi andar permitiendo que cumpla mis sueños.

A mi mamá, fuente inagotable de amor y apoyo incondicional, a ella le dedico este proyecto pues su aliento diario me motivó a continuar hasta aquí.

A mi papá, su amor, alegría y valentía fueron suficiente para mi formación en tiempos de distancia.

A mi familia, especialmente a mi abuelo Arístides y mis abuelitas Leonor e Hilda, por ser mis ángeles guardianes, que en vida me dieron amor y comprensión

**Pamela K. Ríos Quispe**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a nuestras familias por el amor recibido y por el apoyo durante este proceso de desarrollo de la tesis, a nuestros docentes por cultivarnos conocimientos sobre esta linda profesión y motivarnos a seguir día a día a pesar de las adversidades, al hospital por darnos la oportunidad de realizar este trabajo y colegas por la participación.

**Tatiana y Pamela**

# CONSTANCIA

## DE SIMILITUD DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN POR EL SOFTWARE DE PREVENCIÓN DE PLAGIO TURNITIN

La Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, hace constar por la presente, que el Informe Final de Tesis titulado:

### CANSANCIO LABORAL Y ESTRATEGIAS DE CONTROL EN PANDEMIA POR COVID-19 EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DE UN HOSPITAL DE HUANCAYO, 2022

Cuyo autor (es) : **RIOS QUISPE PAMELA KATERINE**  
**ESPINOZA GALARZA TATIANA JIMENA**  
Facultad : **CIENCIAS DE LA SALUD**  
Escuela Profesional : **ENFERMERIA**  
Asesor (a) : **MG. QUILCA ESPINOZA BETTY CARMESÍ**

Que fue presentado con fecha: 02/08/2023 y después de realizado el análisis correspondiente en el software de prevención de plagio Turnitin con fecha 17/08/2023; con la siguiente configuración del software de prevención de plagio Turnitin:

- Excluye bibliografía
- Excluye citas
- Excluye cadenas menores a 20 palabras
- Otro criterio (especificar)

Dicho documento presenta un porcentaje de similitud de 21%.

En tal sentido, de acuerdo a los criterios de porcentajes establecidos en el Artículo N° 11 del Reglamento de uso de software de prevención de plagio, el cual indica que no se debe superar el 30%. Se declara, que el trabajo de investigación: si contiene un porcentaje aceptable de similitud.

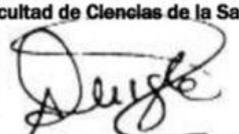
Observaciones: Se analizó con el software dos veces.

En señal de conformidad y verificación se firma y sella la presente constancia.

Huancayo, 18 de agosto de 2023



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
Facultad de Ciencias de la Salud

  
Ph.D. EDITH ANCCO GOMEZ  
DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA N° 297 - DUI - FCS - UPLA/2023

c.c.: Archivo  
EAG/vjchp

## INTRODUCCIÓN

El nivel de cansancio es preponderante en las licenciadas en Enfermería que laboran en los servicios asistenciales, en comparación con otros profesionales, se ven acentuados principalmente por los tratos sociales que se lleva tanto con pacientes y/o familiares de estos, así como con los otros profesionales de la salud. La presencia de cansancio se ha visto acentuada por el desencadenamiento de la pandemia por COVID-19, generando mayor temor al contagio, así como mayor demanda laboral en una situación de incertidumbre, con ausencia de personal, materiales de bioseguridad escaso y con alta demanda de pacientes en situación de gravedad (1). Estas situaciones requieren de un mecanismo de defensa, control y protección personal del cansancio. Sin embargo, los profesionales de enfermería no practican las estrategias de control adecuadas, por lo que el cansancio puede complicarse dando lugar a enfermedades mentales de mayor gravedad.

Con base en lo anterior, en nuestro estudio el objetivo es “Determinar la relación entre el cansancio laboral y estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Médico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

Se utilizó el método científico, analítico, hipotético, de nivel relacional, tipo básica, diseño correlacional, la población fue de 160 enfermeros, la muestra fue de 114 enfermeros que laboran en servicios hospitalarios. La técnica de recolección de datos fue la encuesta, el instrumento para los datos de la variable cansancio laboral fue la encuesta y el instrumento fue el “Inventario para evaluar el cansancio laboral”, que se divide en 3 dimensiones que son las siguientes: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Para la variable estrategias de control se usó la “Escala de

evaluación de estrategias de control al cansancio”, evalúa 7 dimensiones: análisis lógico, revalorización positiva, búsqueda de orientación y apoyo, resolución de problemas, evitación cognitiva, aceptación/resignación, búsqueda de gratificación y descarga emocional. Los datos se procesaron con el programa SPSS-25-IBM, se realizó análisis descriptivos y para comprobar la relación se utilizó el estadígrafo Rho de Spearman.

El estudio se presenta en cinco capítulos, en el Capítulo I se encuentra el planteamiento del problema, con la descripción del problema, la delimitación, formulación del problema, justificación y objetivos. El Capítulo II contiene el Marco Teórico, antecedentes, las bases teóricas, marco conceptual. El Capítulo III presenta las hipótesis, la identificación de variables. El Capítulo IV contiene la metodología, presentando el método tipo nivel y diseño de estudio, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, técnicas y procedimiento de recolección de datos. Aspectos éticos, en el capítulo V se presenta los resultados, análisis y discusión de resultados, conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

## **CONTENIDO**

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
INTRODUCCIÓN	v
CONTENIDO	vii
CONTENIDO DE TABLAS	X
CONTENIDO DE FIGURAS	xvi
RESUMEN	Xx
ABSTRAC	xxii

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

1.1. Descripción de la realidad problemática	24
1.2. Delimitación del problema	28
1.3. Formulación del problema	29
1.3.1. Problema General	29
1.3.2. Problemas Específicos	29
1.4. Justificación	31
1.4.1. Social	31
1.4.2. Teórica	31
1.4.3. Metodológica	32
1.5. Objetivos	32
1.5.1. Objetivo General	32
1.5.2. Objetivos Específicos	32

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

2.1.-Antecedentes (nacionales e internacionales)	34
2.2.-Bases Teóricas o Científicas	40
2.3.-Marco Conceptual (de las variables y dimensiones)	55

## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS**

3.1.-Hipótesis General	58
3.2.-Hipótesis específicas	58
3.3.-Variables (definición conceptual y operacional)	59

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGÍA**

4.1.-Método de Investigación	62
4.2.-Tipo de Investigación	63
4.3.-Nivel de Investigación	63
4.4.-Diseño de la Investigación	63
4.5.-Población y muestra	64
4.6.-Técnicas e Instrumentos de recolección de datos	65
4.7.-Técnicas de procesamiento y análisis de datos	69
4.8.-Aspectos éticos de la Investigación	69

## **CAPÍTULO V**

### **RESULTADOS**

5.1.-Descripción de resultados	72
5.2.-Contrastación de hipótesis	92
<b>ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS</b>	<b>106</b>
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>112</b>
<b>RECOMENDACIONES</b>	114
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b>	115
<b>ANEXOS</b>	123
Anexo 1 Matriz de consistencia	124
Anexo 2 Matriz de operacionalización de variables	126
Anexo 3 Matriz de operacionalización de instrumentos	128
Anexo 4 Instrumentos de recolección de datos	132
Anexo 5 Formatos de validación de juicio de expertos	139
Anexo 6 Confiabilidad del instrumento	145
Anexo 7 Consentimiento informado	147
Anexo 8 Declaración de confidencialidad	148
Anexo 9 Base de datos	150
Anexo 10 Permiso para recolección de datos	166
Anexo 11 Fotos de la aplicación del instrumento	171

## CONTENIDO DE TABLAS

<b>Tabla N°1</b>	Perfil de cansancio de los enfermeros del hospital de Veracruz México. 2017	26
<b>Tabla N°2</b>	Estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	73
<b>Tabla N°3</b>	Cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	74
<b>Tabla N°4</b>	Dimensión análisis lógico de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	75
<b>Tabla N°5</b>	Dimensión revalorización positiva de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	76
<b>Tabla N°6</b>	Dimensión búsqueda de orientación de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	77
<b>Tabla N°7</b>	Dimensión resolución de problemas de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	78

<b>Tabla N°8</b>	Dimensión evitación cognitiva de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	79
<b>Tabla N°9</b>	Dimensión aceptación/resignación de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022	80
<b>Tabla N°10</b>	Dimensión búsqueda de gratificaciones de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	81
<b>Tabla N°11</b>	Dimensión descarga emocional de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	82
<b>Tabla N°12</b>	Cruce entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	83
<b>Tabla N°13</b>	Cruce entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	84

<b>Tabla N°14</b>	Cruce entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	85
<b>Tabla N°15</b>	Cruce entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	86
<b>Tabla N°16</b>	Cruce entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	87
<b>Tabla N°17</b>	Cruce entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	88
<b>Tabla N°18</b>	Cruce entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	89

<b>Tabla N°19</b>	Cruce entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	90
<b>Tabla N°20</b>	Cruce entre las estrategias de control en su dimensión descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	91
<b>Tabla N°21</b>	Relación entre las estrategias de control y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	92
<b>Tabla N°22</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	94
<b>Tabla N°23</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	95
<b>Tabla N°24</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación - apoyo y el cansancio laboral en	97

	pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	
<b>Tabla N°25</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	99
<b>Tabla N°26</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	100
<b>Tabla N°27</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	102
<b>Tabla N°28</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	103
<b>Tabla N°29</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por	105

COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital  
Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de  
Huancayo, 2022.

## CONTENIDO DE FIGURA

<b>Figura N°1</b>	Nivel de cansancio en profesionales de enfermería del servicio de emergencia COVID-19 Hospital Marino Molina Scippa – Comas, Lima. 2020	28
<b>Figura N°2</b>	Estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	73
<b>Figura N°3</b>	Cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	74
<b>Figura N°4</b>	Dimensión análisis lógico de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	75
<b>Figura N°5</b>	Dimensión revalorización positiva de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	76
<b>Figura N°6</b>	Dimensión búsqueda de orientación de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	77
<b>Figura N°7</b>	Dimensión resolución de problemas de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de	78

	enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	
<b>Figura N°8</b>	Dimensión evitación cognitiva de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	79
<b>Figura N°9</b>	Dimensión aceptación/resignación de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022	80
<b>Figura N°10</b>	Dimensión búsqueda de gratificaciones de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	81
<b>Figura N°11</b>	Dimensión descarga emocional de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	82
<b>Figura N°12</b>	Relación entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	83
<b>Figura N°13</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional	84

	docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	
<b>Figura N°14</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	85
<b>Figura N°15</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	86
<b>Figura N°16</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	87
<b>Figura N°17</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	88
<b>Figura N°18</b>	Relación entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital	89

Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión  
de Huancayo, 2022.

**Figura N°19** Relación entre las estrategias de control en su dimensión 90  
búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia  
por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital  
Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión  
de Huancayo, 2022.

**Figura N°20** Relación entre las estrategias de control en su dimensión 91  
descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por  
COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital  
Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión  
de Huancayo, 2022.

## RESUMEN

El objetivo de nuestra investigación fue “determinar la relación entre el cansancio laboral y estrategias de control en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Médico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022”, el estudio básica, transversal, con diseño correlacional, con enfoque cuantitativo con un total de 160 profesionales de enfermería obtuvimos una muestra de 114 Enfermeras que laboraron en servicios asistenciales del Hospital Daniel Alcides Carrión, los datos para la variable cansancio laboral se recolectaron con la encuesta y el instrumento fue el cuestionario denominado: “Inventario para evaluar el cansancio laboral”, se divide en 3 dimensiones que son las siguientes: agotamiento emocional, despersonalización, realización personal. Se utilizó el método de encuesta con el modelo de escala Likert para la variable **Estrategias de control** por ser una variable de naturaleza ordinal. La “Escala de evaluación de estrategias de control al cansancio”, evalúa 8 dimensiones. Los datos se procesaron con el programa SPSS-25-IBM, se realizaron análisis descriptivos y para comprobar la relación se utilizó el estadígrafo Rho de Spearman. **Resultados:** Respecto al cansancio laboral el predominio fue del nivel bajo en el 43.9% enfermeros, medio en el 32.5% y alto en 23.7%; referente a la evaluación del manejo de estrategias de control, se obtuvo el 53.5% de nivel de control alto, seguido del 24.6% de control medio y el 21.9% de control medio. En la dimensión análisis lógico de las estrategias de control se encontró el 31.6% de control bajo, en revalorización positiva se halló el 50.9% de control medio, en búsqueda de orientación y apoyo se encontró el 39.5% de control bajo, en resolución de problemas, se encontró el 45.36% de control medio, en evitación cognitiva se halló el 36.8% de control bajo, en aceptación y resignación se encontró el 29.8% de control bajo, en búsqueda de gratificaciones se halló el 31.6% de control bajo, en descarga emocional

se halló el 43% de control medio en los profesionales de enfermería evaluados.

**Conclusión:** Se encontró relación inversa entre el cansancio laboral y las estrategias de control, encontrándose un valor de  $R_s = -.678$ , con un  $p < 0.05$ ; demostrándose que a menor aplicación de estrategias de control fue mayor el cansancio laboral de los profesionales de enfermería evaluados.

**Palabras clave:**

Cansancio laboral, estrategias de control, análisis lógico, resolución de problemas, evitación cognitiva, aceptación y resignación, búsqueda de gratificaciones. búsqueda de orientación.

## ABSTRACT

*The **objective** was to determine the relationship between work fatigue and control strategies in the COVID-19 pandemic in nursing professionals at the "Daniel Alcides Carrión" Regional Medical-Surgical Teaching Hospital in Huancayo, 2022.*

***Methodologically**, the level of research was relational, of basic type, cross-sectional, non-experimental, correlational design, with a quantitative approach, was applied to a population of 160 nursing professionals, with a sample of 114 nursing professionals who worked in care services at the Daniel Alcides Carrión Hospital, the data for the variable work fatigue were collected with the survey technique and the instrument was the questionnaire called: "Inventory to evaluate work fatigue", it is divided into 3 dimensions that are the following: emotional exhaustion, depersonalization, personal fulfillment. For the control strategies variable, the survey technique was used, this was with the Likert scale model since it was an ordinal nature variable. The instrument called: "Fatigue control strategies evaluation scale", evaluates 7 dimensions: logical analysis, positive reevaluation, search for guidance and support, problem solving, cognitive avoidance, acceptance/resignation, search for gratification and emotional discharge. The data was processed with the SPSS-25-IBM program, descriptive analyzes were performed and Spearman's Rho statistician was used to verify the relationship. **Results:** Regarding work fatigue, the predominance was of the low level in 43.9% nurses, followed by the medium level in 32.5% and the high level in 23.7%; Regarding the evaluation of the management of control strategies, a 53.5% high level of control was obtained, followed by 24.6% of medium control and 21.9% of medium control. in the logical analysis dimension of control strategies, 31.6% of low control was found, in positive reevaluation, 50.9% of medium control was found, in search of guidance and support, 39.5% of low control was found, in problem solving, 45.36% of*

average control was found, in cognitive avoidance 36.8% of low control was found, in acceptance and resignation 29.8% of low control was found, in search of gratifications 31.6% of low control was found, in emotional discharge 43% of average control was found in the nursing professionals evaluated. **Conclusion:** there is an inverse and significant relationship between the control strategies applied with the level of work fatigue, finding a value of  $R_s = -.678$ , with  $p < 0.05$ ; demonstrating that the lower the application of control strategies, the greater the work fatigue of the nursing professionals evaluated.

**Keywords:**

*Job fatigue, control strategies, logical analysis, problem solving, cognitive avoidance, acceptance and resignation, search for gratification. orientation search.*

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción de la Realidad Problemática**

La estrategia de control contra el cansancio se define como aquel esfuerzo cognitivo, conductual y emocional, que tiene un individuo para manejar las demandas específicas, ya sea de naturaleza externa o interna, que excede los recursos de dicho individuo. Las estrategias de control son de naturaleza social y van dirigidas para controlar el cansancio en distintos contextos, sean de naturaleza ocupacional o situacional (2). El cansancio es una de las condiciones más prevalentes en el mundo. Es una manifestación constante de agotamiento emocional, tanto físico como mental, acompañado de una variedad de actitudes y sentimientos negativos hacia el trabajo y los compañeros de trabajo. En la medida en que los esfuerzos para enfrentar diversos casos de cansancio que pueden presentarse en el trabajo como profesional de enfermería resulten insuficientes o débiles, esto redundará en la aparición de otros problemas, así como el Síndrome de Burnout. (2)

El profesional de enfermería que labora en el campo asistencial se ve expuesto acumulativamente a altos niveles de cansancio como resultado de las

circunstancias desafiantes que enfrentan los pacientes durante la hospitalización debido a la alta demanda de atención que presentan; cuando las estrategias de afrontamiento de la fatiga son insuficientes o están ausentes, aumenta la probabilidad del desarrollo del síndrome de Burnout. Debido a la pandemia del COVID-19 y a la actual situación sanitaria mundial, los profesionales de enfermería se encuentran actualmente en una de las situaciones más estresantes de su vida profesional. Están constantemente en riesgo de infección por contagio y muerte por la pandemia, y estos factores, juntos con su entorno laboral y las graves condiciones médicas de sus pacientes, tienen un impacto negativo en el desarrollo del síndrome de Burnout. La probabilidad de desarrollar el síndrome de Burnout se reduciría con la aplicación adecuada de estrategias de control en circunstancias exigentes (3).

Los profesionales médicos y enfermeros son los que se encuentran más expuestos a sufrir de cansancio laboral, según la Organización Mundial de la Salud, debido a la atención continua a pacientes que requieren intervenciones continuas, que garanticen la recuperación de los pacientes, para ello los profesionales de enfermería tiene que esforzarse con el fin de brindar una atención de calidad (4).

En el contexto de la pandemia por COVID -19 se produjo el colapso de las instituciones de salud debido a la gran demanda de pacientes infectados, de esta manera se encontró un alto porcentaje de pacientes de gravedad con riesgo a muerte debido a las complicaciones respiratorias. Muchos profesionales de enfermería a nivel mundial presentaron depresión como consecuencia de esta situación debido a problemas emocionales, insomnio y ansiedad en relación con el temor por el contagio de la COVID-19 elevándose así su nivel de cansancio (5).

La situación creada por la pandemia por COVID-19, ha generado innumerables consecuencias para el personal de salud de primera línea, el temor de contraer la enfermedad y las dificultades para el control de la pandemia desde la atención asistencial, evidenciándose un incremento voluminoso de los niveles de cansancio (1).

En Wuhan, se realizaron estudios en relación con la identificación del estado mental de los trabajadores de salud en contacto con pacientes con COVID-19, encontrando un 50,4% de profesionales de la salud con diagnósticos relacionados a la salud mental como cansancio, ansiedad, depresión, insomnio, distrés emocional entre otros, demostrándose así que el personal de salud está atravesando mayor susceptibilidad respecto a su estado mental (6).

Tabla 1: Perfil de cansancio de los enfermeros del hospital de Veracruz – México. 2017

<b>Perfil de cansancio</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Alto	0	0
Moderado	21	63.6
Reducido	12	36.4
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100</b>

Fuente: Noris M, González J, Tello M, Serrano L, Vega E. (6).

Como se evidencia en la Tabla 1, el 2017 en México, ya se reportaban niveles de cansancio en enfermeros, mucho antes de la aparición de la COVID-19, según Noris M, et. al, en su estudio publicado en la *Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud*, muestra que el cansancio fue moderado en 63.6%; y es reducido solo en el 36.4%. (6) posteriormente en tiempo de pandemia, estas cifras se vieron aumentadas.

En España, un estudio muestra que el nivel de cansancio en los profesionales de enfermería, durante la pandemia llega al 45% de cansancio alto, demostrando así que los enfermeros, al mantener su presencia prolongada del cuidado de los pacientes con diagnóstico de COVID-19, son los más afectados de padecer niveles severos de cansancio (7).

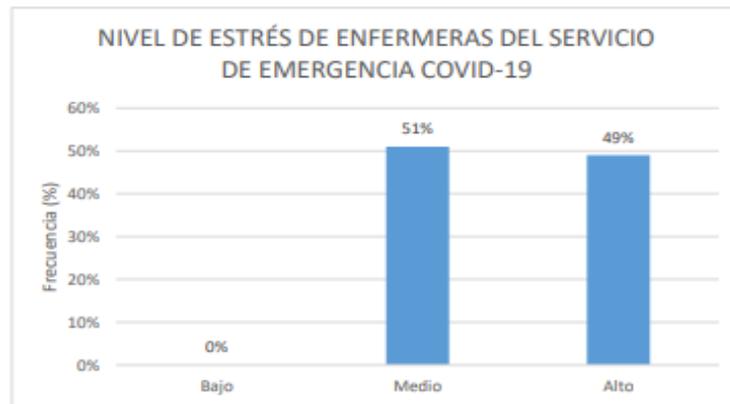
En relación con los estilos de control a nivel internacional, en un estudio en Hubei, se mencionó que las puntuaciones altas de control para reducir el cansancio llegan a un promedio de 2,5 en el caso del control cognitivo, y en el caso del control de apoyo social es de 2,8 en promedio (8). Otra investigación en Italia demuestra que el 44% de los profesionales de enfermería aplican un control de apoyo social, además se encontraron niveles altos de cansancio en profesionales que no tenían ninguna estrategia de control (9).

Previo al inicio de la pandemia de COVID-19, una investigación epidemiológica del Instituto Especializado en Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchi muestra que el 37% de los peruanos tenían un problema de salud mental como cansancio, depresión o ansiedad. Esta situación se agrava considerablemente en el personal de salud, principalmente en profesionales médicos y enfermeras, por el continuo contacto con llevar la responsabilidad de la vida de los pacientes (10).

El 2020, en un artículo de investigación presentado por Virto C, et al. (11) Informó que el nivel de cansancio en los profesionales de enfermería en tiempo de pandemia fue de 34.1%, así mismo encontró otras patologías mentales asociadas como depresión en 30,8% y ansiedad en 41.8%.

En Lima, Camiloaga M, (12) reportó que del 100% de profesionales de enfermería, el 49% padecieron de cansancio alto y el 51% de cansancio medio en Emergencia cuando ocurrió la segunda ola de la pandemia del 2020.

Figura 1: Nivel de cansancio en enfermeros de emergencia por COVID-19 Hospital Marino Molina Scippa, Comas, Lima 2020



Fuente: Camiloaga M, “Cansancio y control en enfermeras del servicio de emergencia COVID-19, Hospital Marino Molina Scippa, Lima 2020” (12)

En el Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión, no existen antecedentes de evaluación del nivel del cansancio laboral durante la pandemia por COVID-19, sin embargo, al aplicar las encuestas en dicho establecimiento los profesionales de enfermería manifestaron reacciones emocionales de mayor intensidad, el temor por el contagio y la demanda de pacientes de alto riesgo, provocando niveles de cansancio laboral, que no se logran controlar adecuadamente por carecer de estilos de control asertivos.

## 1.2 Delimitación del Problema

### 1.2.1 Delimitación temática:

El estudio busca relacionar estrategias de control con el cansancio laboral en enfermeros en tiempo de pandemia, se basa en el hecho que los profesionales de la salud en general no suelen encauzar adecuadamente su nivel de cansancio,

acentuado por la coyuntura sanitaria, dando lugar a la aparición de otras situaciones de mayor complejidad para la salud mental.

### **1.2.2 Delimitación geográfica:**

El estudio se realizó en el Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión del distrito de El Tambo, provincia de Huancayo en la región Junín.

### **1.2.2 Delimitación poblacional:**

La población sujeta a evaluación son los enfermeros que trabajan en el Hospital DAC antes mencionada.

### **1.2.3 Delimitación temporal**

El periodo en el que se llevó a cabo el estudio fue de seis meses, considerando desde enero del 2022 hasta junio del mismo año.

## **1.3. Formulación del problema**

### **1.3.1 Problema general**

¿Cuál es la relación entre las **estrategias de control** y el **cansancio laboral**, en pandemia por COVID-19, en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?

### **1.3.2 Problemas específicos**

- ¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión **análisis lógico** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?

- “¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión **revalorización positiva** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?
- “¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión **búsqueda de orientación y apoyo** con el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?
- “¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión **resolución de problemas** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?
- “¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión **evitación cognitiva** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?
- ¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión **aceptación/resignación** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?
- “¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión **Búsqueda de gratificaciones** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?

- “¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión **descarga emocional** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022?

## **1.4 Justificación**

### **1.4.1 Social:**

El desarrollo y los hallazgos de este estudio nos ha posibilitado el desarrollo de programas preventivos de cansancio, así como la apertura de un programa de enseñanza de estrategias de control del cansancio laboral. Como resultado, los profesionales de enfermería ya no corren el riesgo de desarrollar el síndrome de Burnout u otras enfermedades provocadas por el cansancio persistente, generando de esta manera que se brinde una atención de calidad óptima para el usuario en el establecimiento de salud, lo que hace que esta investigación sea beneficiosa para el profesional de enfermería.

### **1.4.2 Teórica**

Los resultados del estudio respaldan las teorías ya existentes que explican cómo se relacionan las estrategias de control y el nivel de cansancio laboral de un individuo, lo que respalda la idea de que la probabilidad de experimentar cansancio laboral severa, que puede progresar a un cansancio patológico, aumenta cuando no hay control estrategias en su lugar o son de muy baja fuerza. Los hallazgos también podrían cerrar una brecha de conocimiento que existe entre un grupo de profesionales directamente afectados por la pandemia de COVID-19 con respecto a las características del cansancio laboral y sus tácticas de prevención.

### 1.4.3 Metodológica

El presente estudio sirve de fuente de referencia para investigaciones futuras, además, puede ser tomado como un antecedente de estudio para evidenciar el estado del arte al iniciar un trabajo de investigación en relación con el tema.

## 1.5 Objetivos

### 1.5.1 Objetivo General

Determinar la relación entre las **estrategias de control** y el **cansancio laboral**, en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022

### 1.5.2 Objetivo Especifico

- Identificar la relación entre las estrategias de control en su **dimensión análisis lógico** y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Identificar la relación entre las estrategias de control en su **dimensión revalorización positiva** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Identificar la relación entre las estrategias de control en su **dimensión búsqueda de orientación** y apoyo con el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022

- Identificar la relación entre las estrategias de control en su **dimensión resolución de problemas** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022

Identificar la relación entre las estrategias de control en su **dimensión evitación cognitiva** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Identificar la relación entre las estrategias de control en su **dimensión aceptación/resignación** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Identificar la relación entre las estrategias de control en su **dimensión búsqueda de gratificaciones** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Identificar la relación entre las estrategias de control en su **dimensión descarga emocional** y el **cansancio laboral** en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes**

##### **2.1.1 Internacionales**

Puentes M, (13) en Argentina el 2020, en su tesis “*Estrés percibido y estrategias de control durante la pandemia COVID-19 en el personal de enfermería de un sistema prehospitalario de emergencias de la ciudad de Rosario durante el primer trimestre del año 2021*”, tuvo como propósito la descripción de la relación entre el cansancio percibido en la pandemia por COVID-19 con las estrategias o metodologías de control ante el cansancio de los profesionales de enfermería de acuerdo con la antigüedad laboral y la edad en un sistema prehospitalario de emergencia en la ciudad de Rosario, en el periodo del primer trimestre-2021. La investigación es de carácter cuantitativo, descriptivo, observacional y transversal. Estuvo conformado por una población del total del personal de enfermería de dicho sistema prehospitalario. El instrumento empleado para recolectar datos fue el cuestionario CAE autoadministrado para poder evaluar las estrategias de control ideadas por los profesionales de enfermería de acuerdo a su antigüedad laboral y edad, y se empleó la escala EEP-10-C para poder determinar el cansancio percibido. Se

realizó la tabulación de variables y luego se presentó en forma de distribución de proporciones o frecuencias, mientras que las cuantitativas se presentaron con media y desviaciones usuales de los factores del CAE por grupos etarios y antigüedad de servicio y también por cada ítem de la escala EEP-10-C.

Noris M, González J, Tello M, Serrano L, y Vega E, (16) en México en 2017, realizaron su estudio titulado: “Estrés y estilos de control de las enfermeras de un hospital en Veracruz”. La investigación fue descriptiva, de tipo transversal. La muestra estuvo conformada por 33 profesionales de enfermería. Se empleó el cuestionario a modo de instrumento para la obtención de información de variables. De acuerdo a los resultados, el 60% de los enfermeros tenían problemas de rendimiento laboral y cansancio. Concluyeron que una variable relacionada a las estrategias de control es el cansancio considerando un  $Rho=0,645$  y  $p =,004$ .

Saltos D, (14) realizó el estudio: “Cansancio Laboral y Estrategias de Control en Médicos del Ministerio de Salud Pública pertenecientes al Distrito 09D05 de Guayas” en 2017 en Ecuador. La investigación fue retrospectiva, cuantitativa. Se analizó una muestra de 52 médicos mediante cuestionarios para la evaluación de las variables. De acuerdo con los resultados, casi el 29% tenían cansancio mínimo, el 62% cansancio moderado y el 10% cansancio alto. Además, poseían estrategias de control de apoyo social, solución de conflictos y reestructuración cognitiva. Se tuvo como conclusión que en los casos de diagnóstico de cansancio los médicos contaron con las estrategias para poder enfrentarlos.

Niño R, (15) en México, realizaron el estudio titulado “Estrés *percibido y estrategias de control en el equipo de enfermería: Implicaciones para su formación*” durante 2019. El estudio fue descriptivo y correlacional. Se empleó como instrumento al cuestionario. Según los resultados, los enfermeros analizados tuvieron una prevalencia de cansancio elevado. No se demostró la relación entre las variables con un  $p=0,098 > 0,050$ .

Flores V, y Maldonado L, (17) en Ecuador, realizaron la investigación “*Niveles de estrés y estrategias de control en el personal de enfermería del Hospital Básico General Plaza*” en 2017. Siguió la metodología cuantitativa, transaccional. Se consideró como muestra a 58 enfermeros. Se administró como instrumento un cuestionario. Como resultado se obtuvo que el 75% de enfermeros evaluados tenían niveles bajos de cansancio. Además, la estrategia de control predominante fue la religión, lo cual se presentó en el 63%. Como conclusión se obtuvo que hay una relación positiva y significativa con la estrategia de control evaluada.

### **2.1.2 Nacionales**

Aranda N, y Bello L, (18) en la investigación “*Estrés laboral y estrategias de control en enfermeras del área COVID-19, Hospital Regional de Huacho – 2021*”. El propósito de la investigación fue la determinación de la relación entre estrategias de control y cansancio laboral evaluando a enfermeras del área COVID-19 en el Hospital Regional de Huacho, periodo 2021. La metodología del estudio fue básica, descriptivo, correlacional, cuantitativo, transversal, no experimental. La población fueron 50 enfermeros del área COVID-19 del hospital referido y se consideró a la totalidad de la

población como muestra. Se empleó como técnica a la encuesta y el instrumento fue un cuestionario para poder medir el nivel de cansancio y control. Se obtuvo como resultado que se comprobó la relación entre cansancio y estrategias de control del personal de enfermería con una significancia de  $0,009 < 0,050$  y un coeficiente de 0,366.

Camiloaga M, (12) en Ica el 2020 desarrolló el estudio “Estrés y *control en enfermeras del servicio de emergencia COVID-19, hospital Marino Molina Scippa de Comas, Lima- 2020*”. El objetivo fue determinar la relación entre control y cansancio en enfermeras del área de emergencia COVID-19 del “Hospital Marino Molina Scippa de Comas” en el periodo 2020. La investigación fue no experimental, básica, transversal, relacional. Se consideró una muestra de 51 enfermeros del área de emergencia COVID-19 del hospital mencionado. La técnica empleada fue la encuesta y la escala para evaluar el nivel de cansancio fue la de Nursing Stress Scale (NSS, mientras que la variable control se evaluó con un cuestionario. El análisis aplicado fue estadístico relacional y descriptivo. Los resultados mostraron que el 80% de enfermeros son féminas y el 20% varones. Casi el 60% se encuentra en el rango etarios 26-45 años, el 37% tiene un tiempo de servicio entre 1-5 años, el 78% se encuentra en estado contratado. Respecto al nivel de cansancio, se registró un alto nivel de cansancio en el 48% y nivel medio en 52%. El control regular se presentó en el 88%, control bueno en 8% y malo en el 4%. Se concluyó que no hay relación entre control y cansancio con un  $p=0.424$  en los trabajadores de enfermería del área de emergencia COVID-19 del hospital estudiado.

Virto C, et al, (11) en el Cusco, el 2020, desarrollaron la investigación: “Estrés ansiedad y depresión con estilos de control en enfermeras en contacto con COVID-19 Cusco Perú”. El objetivo fue determinar la asociación entre los estilos de control con el cansancio, depresión y ansiedad, mientras que la variable independiente fue con los estilos de control. Se halló una prevalencia de depresión en 30.8% y de ansiedad en 41.8%, y el cansancio se registró en el 34.1%. Se concluye que existió una correlación significativa entre los estilos de control especialmente el cognitivo y el bloqueo de control, correlaciones -0.25 a -0.35 y con un tamaño de efecto grande. Se debe fortalecer las relaciones familiares del personal sanitario lo cual puede tener repercusión en la relación de control social. Se debe prestar especial atención al control de evitación ya que puede generar posteriores inconvenientes en las labores del enfermero.

Abregú J, (19) en el 2019 hizo el estudio denominado: “Estrategia de control al estrés laboral en enfermeras(os) del servicio de medicina y especialidades, Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión”. La investigación fue de tipo cuantitativa, descriptiva. La muestra estuvo conformada por 30 enfermeros y se les aplicó el cuestionario. Según los resultados, el 53% tenían niveles bajos de control de cansancio, el 30% tenía nivel alto y el 17% poseía nivel medio. Como conclusión gran parte de los profesionales de enfermería tenía un nivel inadecuado respecto al control de cansancio y por ello podrían ser más propensos a hacer procedimientos inadecuados en su labor.

Huallpa L, Ortiz L, (20) en el 2019, realizaron una investigación sobre: “Estrés laboral y estrategias de control en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Hospital Honorio Delgado y Clínica San

*Juan de Dios, Arequipa*". Se guiaron de una metodología cuantitativa, transversal. Consideraron como muestra a 26 profesionales de enfermería y para medir la unidad social emplearon cuestionarios. Se obtuvo como resultado que gran parte de los enfermeros poseían un nivel medio de control. Se concluyó que existe una relación entre el cansancio y las estrategias de control considerando una prueba Rho de 0,013.

Palma M, (21) en el 2018, desarrollaron el estudio: "*Estrés laboral y estrategias de control en enfermeras del centro quirúrgico del Hospital Víctor Lazarte Echegaray, Trujillo*". La investigación fue transversal, descriptiva. La muestra fue de 30 enfermeras. Se aplicó una escala y un cuestionario para la evaluación de las variables. Se obtuvo que el 63.3% tenía un nivel alto de cansancio mientras que solo el 43.3% tenía un nivel medio de capacidades de control. Se concluyó que existe una relación significativa y positiva entre las variables (Rho= 0,0456, p =0,040).

Arellano C, (22) en el 2018, realizó la investigación "*Estrés al cansancio laboral en personal de enfermería de centro quirúrgico en una institución hospitalaria Lima. 2017*". El estudio fue doctrinario, cuantitativo. Se consideró una muestra de 36 profesionales de enfermería. Se administró un cuestionario. Como resultado se obtuvo que el 48% tenía nivel medio respecto a sus estrategias de control y el 71% tenía nivel bajo. Se concluyó que los enfermeros evaluados tenían nivel medio de control de cansancio.

## **2.2. Bases teóricas o científicas**

### **2.2.1 Cansancio laboral**

#### **- Definición:**

Actualmente, el cansancio laboral es denominado como un fenómeno de carácter complejo, existen diferentes definiciones para este término; sin embargo, hay tres enfoques principales. En primer lugar, el enfoque biológico considera al cansancio laboral como la respuesta a contextos que involucran una alta demanda laboral. En segundo lugar, el enfoque psicosocial se enfoca en los elementos o situaciones externas que demandan una alta productividad laboral a la persona. Y, en tercer lugar, el enfoque transaccional denomina al cansancio laboral como el proceso que involucra a la persona y el ambiente, incluye al estímulo y a la respuesta (23).

El estado de angustia e inestabilidad a nivel emocional que lleva a dificultar la concentración y eficacia de manera rutinaria se conoce como cansancio laboral. Existen aspectos multifactoriales a lo largo de la vida de una persona que la pueden llevar al desarrollo del cansancio laboral, siendo así una preocupación constante subconsciente o un consciente estado de urgencia, disminuyendo así la eficiencia laboral y productividad del individuo (24).

Mediante diferentes elementos y la evaluación de las relaciones persona-ambiente, es decir, incluyendo las variables intermedias entre sujeto-entorno, se puede lograr un abordaje transaccional del cansancio laboral. Asimismo, es significativamente útil poder comprender el cansancio laboral. Siendo este conocido como “el conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y conductuales a ciertos aspectos adversos o nocivos

del contenido, la organización o el entorno de trabajo”, que se constituye en un problema a nivel empresarial, social y económico, con una tendencia a incrementarse (23).

En el contexto de la pandemia COVID-19 que conllevó a una crisis a nivel sanitario, con alta frecuencia conllevó al cansancio y hasta al pánico en la población, incluyendo a profesionales del área de la salud, dado que se tenía el constante miedo al contagio de la enfermedad y a fallecer como consecuencia de ello. Los trabajadores de salud además tenían temor del contagio de dicha infección a sus familiares, amistades o colegas y, a su vez, mostraban sintomatología relacionada a la ansiedad, el cansancio o la depresión, lo cual evidentemente a largo plazo tiene implicaciones psicológicas (25).

La naturaleza misma de las pandemias implica su instalación de manera repentina y la rápida velocidad de propagación de los agentes infecciosos, conllevando así a diferentes impactos, en especial a nivel social. Existen dos fenómenos a dicho nivel que se dan con frecuencia en periodos de epidemia en los profesionales de salud, los cuales son la discriminación y la estigmatización. La discriminación es el tratamiento con prejuicio o parcialidad que tiene un individuo o grupo. Mientras que la estigmatización es el comportamiento, condición, atributo o rasgo que incluye a una persona en cierta categoría social vinculada a una respuesta de forma negativa y inaceptable culturalmente por la sociedad en general (25).

Cuando un individuo padece de cansancio laboral, tanto la ansiedad como el miedo son expresiones de síntomas normales en las primeras fases a

raíz de estímulos agresores, estos pueden ser moderados mediante patrones de control individual o la somatización, además pueden llegar a desbordarse conllevando al pánico o histeria. Y esto se puede evidenciar en el contexto de las epidemias. Los síntomas de miedo, cansancio y ansiedad están presentes y pueden confluír debido a modificaciones en los neurotransmisores. Se ha evidenciado y establecido la relación entre la disminución en ciertos neurotransmisores y su impacto en las emociones. Se ha asociado la reducción de los niveles de dopamina, serotonina, acetilcolina, endorfinas, ácido gamma-aminobutírico y adrenalina, con la depresión, ansiedad, obsesión, dificultad en el control de las emociones negativas, la ira y la tristeza en el desempeño laboral durante la pandemia COVID-19 (25).

El cansancio laboral es un fenómeno de carácter multidimensional complejo, el cual ha sido objeto de estudio e investigación en diversas disciplinas. A continuación, se mencionan algunas teorías que se han propuesto para explicar el cansancio laboral:

➤ **Teoría de Demanda-Control (Karasek):**

Propuesto por Robert Karasek, este modelo sostiene que el cansancio laboral es resultado de la interacción entre la demanda psicológica del trabajo y el control que tiene el individuo sobre su trabajo. Según este modelo, altas demandas y bajo control sobre el trabajo contribuyen al agotamiento y al estrés laboral (26).

➤ **Teoría de Desequilibrio Esfuerzo-Recompensa (Siegrist):**

Este modelo, desarrollado por Johannes Siegrist, se centra en la relación entre el esfuerzo que se invierte en el trabajo y las recompensas recibidas. Si los trabajadores perciben un desequilibrio entre su esfuerzo y las recompensas económicas, sociales o de estatus, es más probable que experimenten cansancio laboral (27).

➤ **Teoría de Agotamiento de los Recursos (Hobfoll):**

Este modelo sostiene que el cansancio laboral se produce cuando los trabajadores experimentan una pérdida de recursos físicos, emocionales y sociales. El agotamiento de estos recursos puede deberse a demandas laborales excesivas, falta de apoyo social o una combinación de ambos (28).

**Teoría de Desgaste (Leiter, Maslach y Herbert Freudenberger):**

Herbert Freudenberger, Leiter y Maslach, proponen a mediados de la década de 1970 la teoría del desgaste, este modelo se centra en el agotamiento emocional, la despersonalización y la falta de realización personal en el trabajo. Según este enfoque, el cansancio laboral es el resultado de la exposición crónica al estrés laboral y la falta de recursos personales y organizacionales para hacer frente a él (29).

Estas teorías son solo algunas de las muchas propuestas que existen para explicar el cansancio laboral. Cabe mencionar que el cansancio laboral es un fenómeno complejo que puede estar influenciado por múltiples factores individuales, organizacionales y contextuales, y su comprensión completa requiere un enfoque multidisciplinario (29).

En este estudio, para la evaluación del cansancio laboral, entendida como una consecuencia que se desprende del estrés laboral permanente, será abordado según la “Teoría de desgaste” de Leiter, Maslach y Herbert Freudenberger (30).

Esta teoría considera tres componentes o dimensiones a saber: el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal, se caracteriza por una combinación de las tres dimensiones que se describen a continuación (30):

#### **- Dimensiones**

##### **A). Agotamiento emocional:**

La sobrecarga de esfuerzo psicológico conlleva al estado de agotamiento emocional. Cuando nos referimos a este término no únicamente está relacionado con los excesos a nivel laboral, sino que también implica la carga de asumir las responsabilidades, conflictos o diferentes estímulos adversos emocionales o cognitivos. En ese sentido, no se da de forma repentina, este tiene un proceso lento de incubación que finaliza cuando la persona colapsa. Dicha quiebra lo sume en una circunstancia de profunda depresión, parálisis, sin embargo en ocasiones se puede manifestar únicamente con síntomas somáticos (31).

El agotamiento emocional se puede experimentar como cansancio mental, frecuentemente este es acompañado con una fatiga física intensa de la que el afectado cree que no se recuperará. Cuando acaece, existe una sensación de pesadez constante e imposibilidad de poder seguir. Es así que se suele caer

en una especie de inercia de la cual es complicado escapar ya que se asocia con sentimientos de indefensión (31).

Asimismo, el agotamiento emocional se da en forma de consecuencia del desequilibrio entre lo que se da y lo que se recibe. Quienes padecen de ello tienen como característica no definir límites a su entrega, ya sea en el trabajo, hogar o en cualquier otro terreno (31).

Los síntomas del agotamiento emocional:

- **Cansancio físico:** Sentimiento de fatiga constante de parte de la persona. Apenas despierta tiene la sensación de que a lo largo del día le espera un arduo camino.
- **Dificultad para dormir:** Debido a la presencia de problemas en su mente, sobre pensar no le ayuda a poder conciliar el sueño.
- **Pierde el autocontrol:** La persona que padece agotamiento emocional luce todo el tiempo agotado, de mal humor y es altamente sensible ante cualquier crítica o desaprobación.
- **Falta de motivación:** Suele actuar de manera mecánica, no muestra algún tipo de entusiasmo o interés por lo que realiza.
- **Distanciamiento afectivo:** Existe una sensación de que las emociones son más planas a lo largo del tiempo, dando así la percepción de no sentir nada.
- **Olvidos frecuentes:** Las fallas de memoria se originan por una alta saturación de información y/o de ciertos estímulos. Suele olvidarse con frecuencia de los detalles o cosas pequeñas.
- **Dificultades para pensar:** El individuo se siente confundido fácilmente. El razonamiento es más lento.

## **B). Despersonalización:**

Se define a la despersonalización como aquella alteración en la conciencia del “yo” que despersonaliza al individuo, sintiéndose a si mismo extraño y distante, solo como un observador de los procesos mentales y del ámbito corporal. Además, con frecuencia en las definiciones se resalta que el paciente tiene una sensación de irrealidad y que suele comparar sus experiencias empleando la expresión “como si”, dado que tienen dificultad para poder describirlas, asimismo hay claridad sobre la naturaleza de carácter anormal del estado del paciente despersonalizado (31).

No se considera a la despersonalización como un cuadro infrecuente en la práctica médica y dada la estructura compleja que tiene se debe referirse a ella más como un síndrome que un síntoma. El reconocimiento de la despersonalización tiene connotaciones tanto terapéuticas como diagnósticas de 1º orden y poder buscar profundamente su existencia en el ámbito clínico y epidemiológico en el contexto de Latinoamérica, es una actividad necesaria y fructífera (31).

## **C). Baja realización personal:**

Si la persona puede llevar a cabo sus aspiraciones personales con normalidad ha conseguido la realización personal; por ejemplo, cuando una persona apasionada en el ámbito artístico está en condiciones ideales para poder dedicar el tiempo que ella desee, sin otra preocupación que altere sus actividades. Existen ciertos requisitos importantes para lograr la realización personal, entre los cuales resaltan: equilibrio emocional, valores morales, relación saludable con otros y sentido lúdico de su vida (31).

De acuerdo con el modelo de explicación la autorrealización únicamente se consigue cuando se hayan consolidado por completo los niveles previamente mencionados. Se puede evidenciar que esta idea es razonable debido a que evidentemente para poder buscar el bienestar interior se debe de cubrir las necesidades básicas (31).

### **2.2.2 Estrategias de control**

#### **- Definición:**

Se considera que las estrategias de control son variables cognitivas con susceptibilidad a la evaluación. Sandin y Chorot (32) la clasifican en tres dimensiones o focalizaciones del control. Las cuales son: las centradas en el problema (la focalización centrada en el mismo, búsqueda de apoyo social y reevaluación positiva), aquellas enfocadas en la emoción (expresión emocional abierta y focalización propia negativa) y las enfocadas en el escape y evasión (religión y evitación).

El control del cansancio se refiere a los esfuerzos cognitivos y conductuales mediante los que el individuo enfrenta cierto problema. En otras palabras, para poder tratar las demandas internas o externas que generan cansancio y usualmente acompañado por malestar psicológico (32).

El concepto de control de cansancio genera un enorme interés en el área de la gestión, debido a que según la manera en la que el individuo lo asuma, este puede ser un mediador importante entre situaciones de salud y estrés (33).

Aquellas estrategias del control empleadas por el individuo pueden influir sobre el mismo las estrategias implementadas relacionan el bienestar

psicológico y los factores protectores de salud. Además, se debe destacar que el control activo y los estados de bienestar se encuentran relacionados. Pero se debe destacar también que no es posible señalar cuál variable influye sobre cuál (34).

El control se encuentra asociado a un procesamiento de tipo cognitivo o a modo de interacción social que es resultado de una situación o circunstancia de estrés y se refiere a la manera en la que el individuo procura resistir y poder superar las demandas concurrentes para adaptarse a una situación nueva y llegar a establecer nuevamente el equilibrio. Es así que cuando las demandas del individuo sobrepasan los recursos que tiene, esto conlleva al agotamiento o cansancio. Entonces, el control es poner en práctica aquellos esfuerzos conductuales y cognitivos variables con el objetivo de manejar las demandas internas o externas consideradas por el individuo como desbordantes o excesivas ante sus recursos. Por otro lado, las estrategias son consideradas las pautas del comportamiento del individuo con los recursos que brindan el medio cultural y social (35).

Los profesionales de enfermería son individuos que sienten y padecen a la vez, tanto por sus prácticas mismas como por las representaciones sociales. Las representaciones sociales se refieren a las reinterpretaciones o interpretaciones y codificaciones realistas donde existe una articulación entre lo social y lo psicológico, lo cual encamina las acciones que realiza el personal de enfermería en sus acciones diarias. Es hoy sí que no puede considerarse únicamente como una actividad técnica o un conocimiento solo científico, en cambio se trata de sobrepasar las funciones que han aprendido en la misma

escuela e incorporar aquellas experiencias de sus labores diarias. Asimismo, hoy las representaciones están conformadas de los saberes sociales, culturales, experiencias pasadas y creencias. Hoy dichas representaciones guían de manera consciente o inconsciente las labores de atención a los pacientes que estén en riesgo (36).

Folkman y Lazarus (37), de acuerdo con su perspectiva transaccional mencionan que, de hecho, no existen circunstancias fatigosas o agotadoras por sí solas, estas tienen dependencia de la evaluación o interpretación propia de la persona. En caso de que las situaciones sean percibidas como peligrosas o amenazadoras para el bienestar propio, entonces conlleva al cansancio y la persona responde a él de cierta forma. Los autores así plantean la “consideración de modos de control”, lo que se refiere a la manera en la que los individuos responden a ciertas circunstancias al no tener los recursos necesarios para sobrellevarlas. De esa forma, no hay distinción entre los modos de control enfocados en el problema (que tienen como objetivo definir la problemática y hallar soluciones alternativas) y los modos enfocados en la emoción (que nivelan la respuesta emocional producto de la situación).

Según Moos y Billings (38) existen tres dimensiones adicionales a las planteadas por Lazarus y Folkman en 1986, el cual estaba enfocado en el problema y la emoción). Las dimensiones añadidas fueron: el control centrado en la evaluación (el cual tiene como objetivo definir qué significa la situación que provoca tensión y reflexionar las causas y probables soluciones). Cada una de las dimensiones poseen tres estrategias de control.

El “control centrado en el problema” posee las siguientes estrategias:

- a.- Requiere asesoramiento o información de personas significativas adicionales.
- b.- Ejecutar acciones para resolver la problemática, ante la circunstancia o con el desarrollo de planes alternos.
- c.- Desarrollar recompensas alternativas, para así crear fuentes de satisfacción al individuo.

Por otro lado, el “control centrado en la emoción” se encuentra asociado a las estrategias:

- a.- Aceptación de la situación con resignación y sensación de no poder cambiarla de ninguna manera.
- b.- Control de las emociones provocadas por la circunstancia en cuestión y así no impacta en otros aspectos cotidianos de la vida del individuo.
- c.- Mediante palabras o acciones (fumar, llorar, comer) se desarrolla una descarga emocional.

Finalmente, el “control centrado en la evaluación” posee las estrategias mostradas a continuación:

- a.- Se debe analizar de forma lógica la circunstancia, definir su causalidad, efectos y plantear acciones para poder resolverla.
- b.- Redefinir cognitivamente la situación para poder hallar el significado positivo en ella.
- c.- A través de olvidar la situación y focalizar fantasías o deseos, realizar la evitación cognitiva.

Aquellas formas de control que tienen menos vigilancia de las emociones, se emplean usualmente en circunstancias que el individuo califica como amenazantes, desafiantes, lesivas o que no puedan cambiar (37), acompañado con la evitación, se les puede considerar como aquellos con menor eficiencia y actividad (menos las situaciones en las que el individuo no tiene control sobre el tiempo de exposición ni el cansancio). Por otro lado el “control focalizado en el problema”, es mejor alternativa que permite un ajuste adecuado y poder adaptarse ante problemas, como consecuencia hay disminución de la sintomatología a nivel psicológico.

"Las formas de control dirigidas a la emoción pueden dañar la salud al impedir conductas adaptativas relacionadas con la salud-enfermedad" (38).

La planificación de control activas y directas orientadas al problema (se menciona, a las que intentan cambiar la fuente de cansancio o a sí mismos) se afilian con niveles de burnout menores que las estrategias de control inactivas o indirectas Hernández Zamora (39). Diversos estudios demuestran estos resultados en el personal de enfermería, hallando que el uso de modos de control centrados en el problema lleva consigo mayor satisfacción en el trabajo y evitando cansancio emocional, por esta razón, se demuestran niveles bajos de manifestaciones de cansancio laboral (39).

## - **Estrategias de control del cansancio en el personal de enfermería**

### • **Estrategias utilizadas por las enfermeras**

El cansancio laboral que padecen los profesionales en Enfermería comienza con una respuesta emocional, es decir, de alerta ante este problema. Por consiguiente, se origina una gran variedad de información para saber cómo

actuar ante esta problemática. Finalmente, se utiliza algunos medios para poder resolver las estrategias de control y las diversas situaciones (40).

La fase dos del proceso, trata sobre como algunos estilos que poseen los profesionales, esto trata sobre la tendencia personal para poder sobrellevar las situaciones empleando una estrategia propia para el control concreto (37).

De acuerdo a esto, una de las estrategias más empleadas en los profesionales de dicha carrera es: en primer lugar, se enfocan en dar una solución al problema y, cuando se encuentra la solución, se empieza con llevar a cabo la estrategia centrada en las emociones provocadas, como una reevaluación cognitiva, búsqueda de apoyo social y un control emocional (41).

Así mismo, se ha comprobado que las enfermeras (os) del Servicio de Urgencias poseen una mayor estabilidad en el trabajo ya que saben manejar sus emociones con mayor responsabilidad, es decir, que saben cuándo pedir apoyo y expresarse adecuadamente (42).

Cabe resaltar que, en personal de enfermería al no conocer una estrategia frente al cansancio laboral, o si las conoce, pero son inefectivas, el cansancio laboral con el tiempo puede llegar a ser un problema crónico provocando consecuencias fisiológicas (42).

### **Modelo transaccional del estrés y el afrontamiento:**

En el presente estudio, para la evaluación de las dimensiones de las estrategias de control de cansancio, se abordó desde el enfoque teórico de La teoría denominada "Modelo transaccional del estrés y el afrontamiento",

propuesto por los psicólogos Richard Lazarus y Susan Folkman a finales de la década de 1970.

El modelo transaccional del estrés y el afrontamiento propone que el estrés surge de la evaluación cognitiva que hacemos de un evento estresante y de cómo lo percibimos como una amenaza o un desafío para nuestras metas y recursos. Según este modelo, las personas utilizan una variedad de estrategias de afrontamiento para manejar el estrés y disminuir su impacto negativo en el bienestar y la salud

Las estrategias de afrontamiento identificadas por Lazarus y Folkman incluyen: **Análisis lógico**: evaluar la situación y buscar información para entenderla mejor. **Revalorización positiva**: buscar una perspectiva positiva o un significado en la situación estresante. **Búsqueda de orientación y apoyo**: buscar ayuda o consejo de otras personas. **Resolución de problemas**: tomar medidas concretas para abordar la situación estresante. **Evitación cognitiva**: distraerse o evitar pensar en la situación estresante. **Aceptación/resignación**: aceptar la situación y encontrar formas de adaptarse a ella. **Búsqueda de gratificación**: buscar actividades placenteras para reducir el estrés. **Descarga emocional**: expresar y liberar las emociones asociadas con la situación estresante. Estas estrategias de afrontamiento pueden ser adaptativas o mal adaptativas dependiendo de la situación y de cómo se utilizan (37).

A continuación, se presenta la descripción de cada dimensión (37):

- **Dimensiones:**
- **Análisis lógico:**

Es el manejo que se debe poseer hacia a una situación de cansancio, con base a un plan mediante una organización y una estrategia, seleccionando la mejor para solucionar un problema (37, 38).

- **Revalorización positiva:**

La persona se ocupa de manejar y llevar la situación de manera positiva, aplicando las medidas positivas de acuerdo a su experiencia o la situación de cansancio, observando las cosas buenas en la situación y llevarlas a un aprendizaje futuro (37,38).

- **Búsqueda de orientación y apoyo:**

Se basa en que la persona busca orientación, información, apoyo, asistencia y consejo de otras personas con el fin de hallar una solución a la situación de cansancio (37,38).

- **Resolución de problemas:**

Trata sobre como la persona aplica una conducta que conoce para hallar una solución a la situación de cansancio para evitar diferentes situaciones de estrés (37,38).

- **Evitación cognitiva:**

Se basa en la eliminación de pensamientos negativos mediante una distracción o una negación (37,38).

- **Aceptación/resignación:**

La aceptación es la que nos lleva al entendimiento de que la realidad es así, tal como se presenta. A partir de ello podemos poner todo nuestro esfuerzo para construir algo mejor y modificar aquello a cómo queremos que sea. En cambio, la resignación es aceptar lo que pasa, pero no invita a modificar la realidad y a movernos por lograr objetivos deseados.

- **Búsqueda de gratificación:**

La gratificación se refiere a la recompensa de cualquier índole por cierta prestación, la gratificación es un beneficio o recompensa por algún servicio prestado. La búsqueda de gratificación es involucrarse con situaciones similares que le provoquen una gran satisfacción.

- **Descarga emocional:**

Es el impulso de acción que incluye la emoción, implica la disminución de la tensión emocional a través de la realización del impulso que dicta la emoción.

### **2.3 Marco conceptual (de las variables y dimensiones)**

- **Cansancio laboral:**

La OMS indica que es una respuesta cognitiva y emocional hacia las exigencias profesionales en donde destacan sus conocimientos y habilidades para desempeñarse de la mejor manera en el trabajo y este se aparece posteriormente al estrés laboral permanente (44).

- **Agotamiento emocional:**

Es una fatiga emocional que trae consigo la pérdida de la motivación que suele evolucionar de una manera problemática ya que trae consigo sentimientos de fracaso e inadecuación (44).

- **Despersonalización:**

Es un cinismo, es decir, que llega ser un problema en el trabajo ya que aparece una actitud distante, en las personas, compañeros y objetos. Así mismo, se muestra una actitud endurecida afectivamente y estas conductas son vista por las personas de manera deshumanizada (25).

- **Baja realización personal:**

Se basa en la ineficiencia profesional, es decir, realizar de manera negativa las tareas y no ser competitivo en el trabajo. Así mismo, no se sientes satisfechos con sus resultados y consigo mismos en sus labores (25).

- **Estrategias de control:**

Es una técnica que se enfoca en conocer un método para ayudar a las personas a mantenerse calmados durante altos periodos de cansancio (45).

- **Análisis Lógico (AL):**

Es un conocimiento cognitivo en saber cómo prepararse y comprender mentalmente para enfrentar las consecuencias del cansancio (46)

- **Revalorización Positiva (R):**

Intentos cognitivos de reestructurar y construir positivamente un problema teniendo clara la realidad de la situación (46).

- **Búsqueda de Orientación y Apoyo (BA):**

Se trata sobre la conducta en la búsqueda de apoyo, orientación e información (46)

- **Resolución de Problemas (RP):**

Se basa en la conducta que se posee la persona en realizar acciones que conducen directamente al problema (46).

- **Evitación Cognitiva (EC):**

Es la forma cognitiva de no pensar en el problema de forma práctica (46)

- **Aceptación/Resignación (A):**

De manera cognitiva se reacciona al problema reconociéndolo (46)

- **Búsqueda de Gratificaciones Alternativas (BG):**

De manera conductual implica crear nuevas fuentes de satisfacción e implicarse en actividades substitutivas (46).

- **Descarga Emocional (DE):**

Se trata que de forma conductual se reduzca la tensión manifestando sentimientos negativos (46)

## CAPITULO III:

### HIPÓTESIS

#### 3.1 Hipótesis general

Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022

#### 3.2 Hipótesis específicas

- Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión **análisis lógico** y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión **revalorización positiva** y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión **búsqueda de orientación y apoyo** con el cansancio laboral en pandemia

por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022

- Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión **resolución de problemas** y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión **evitación cognitiva** y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión **aceptación/resignación** y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión **búsqueda de gratificaciones** y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022
- Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión **descarga emocional** y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo 2022

### 3.3 Variables

- o Variable 1: Estrategias de control
- o Variable 2: Cansancio laboral

## Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	VARIABLE/ESCALA DE MEDIDA
ESTRATEGIAS DE CONTROL	Respuestas cognitivas o comportamentales para reducir o eliminar el cansancio o las condiciones estresantes.	Análisis lógico	Considera posibles soluciones de las situaciones estresantes	1, 9, 17	Variable cualitativa ordinal / Escala ordinal.  0 = nunca 1 = a veces 2 = De forma regular 3 = Casi siempre 4 = Siempre  Baremo: a. Control bajo: 0 a 64 puntos b. Control medio: 65 a 128 puntos c. Control alto: 129 a 192 puntos
			Se anticipa a las nuevas situaciones que demanden solución	25, 33, 41	
		Revalorización positiva	Revalorizo aspectos positivos del presente	2, 10, 18, 26	
			Revalorizo situaciones futuras	34, 42	
		Búsqueda de orientación y apoyo	Búsqueda de apoyo familiar y de amistades	3, 11, 19, 27	
			Búsqueda de información respecto a la situación problemática	35	
			Búsqueda de soporte espiritual	43	
		Resolución de problemas	Planificación de la solución de la situación problemática	4, 12, 20	
			Actuación en base a la experiencia	28, 36, 44	
		Evitación cognitiva	Llevar al olvido las situaciones estresantes	5, 13, 21, 29, 37, 45	
		Aceptación/resignación	Actitud de desesperanza y desánimo	6, 14, 22	
			Actitud de resignación	30, 38, 46	
		Búsqueda de gratificación	Práctica la amistad y apoyo a compañeros	7, 23	
			Practica otras actividades recreativas	15, 31, 39, 47	
		Descarga <u>emocional</u>	Intentos conductuales de reducir la tensión expresando sentimientos negativos	8, 16, 24, 32, 40, 48	

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	VARIABLE/ESCALA DE MEDIDA
CANSANCIO LABORAL	Es la sensación permanente de agotamiento emocional, físico y mental, acompañado de actitudes y sentimientos negativos hacia el rol profesional y las personas con las que se trabaja.	Agotamiento emocional	Sensación de agotamiento	1, 2, 3, 6, 8	Variable cualitativa ordinal / Escala ordinal.  0 = Nunca 1 = Alguna vez al año o menos 2 = Una vez al mes o menos 3 = Algunas veces al mes 4 = Una vez a la semana  Baremo: • 1= Nivel bajo de cansancio laboral: 0 – 29 puntos • 2= Nivel medio de cansancio laboral: 30 – 59 puntos • 3= Nivel alto de cansancio laboral: 60 – 89 puntos
			Sensación de frustración laboral	13, 14, 16, 20	
		Despersonalización	Sensación de que ya no se está actuando como una persona normal	5, 15, 22	
			Sensación de que el trabajo lo ha endurecido emocionalmente	10, 11	
		Baja realización personal	Sensación de que se está alcanzando los propósitos de la vida planteados.	4, 7	
			Sensación de influencia positiva hacia los pacientes y alta energía laboral	9, 12, 17, 18, 19, 21	

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGÍA**

#### **4.1 Método de investigación**

Se utilizó el método científico aplicando cada una de las fases mediante las cuales se lleva a cabo los procesos investigativos, partiendo de la identificación de la problemática de la presencia del cansancio laboral y las estrategias de control, se plantean las preguntas de investigación, los objetivos, la justificación, el estado del arte, las hipótesis a demostrarse, la recolección de datos, los análisis respectivos, las conclusiones y la toma de decisiones (47).

También se utilizó el método deductivo, analizando hechos a nivel general, para deducir aspectos específicos que ocurren en el lugar de estudio, principalmente en el análisis del planteamiento del problema, asimismo, se utilizó el método analítico, debiendo disgregar las variables para su análisis exhaustivo, descomponiéndolo en dimensiones. También se utilizó el método sintético, debiendo

llegar a conclusiones concisas de la problemática del cansancio laboral y de las estrategias de control (47).

#### 4.2 Tipo de investigación.

El tipo de investigación fue básica, observacional, transversal y con enfoque cuantitativa (48).

El estudio fue básica, debido que desarrolló la búsqueda de la explicación de la vinculación entre las dos variables de estudio (48).

Fue transversal, debido a que la información que se analizó fue recolectada en una sola oportunidad del grupo muestral (48).

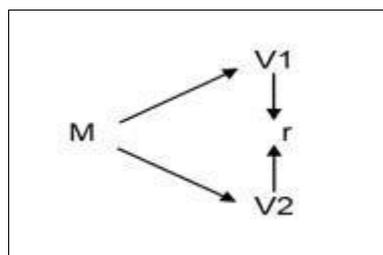
El enfoque del estudio fue cuantitativo, debido a que se hizo uso de instrumentos de medición que permitieron el tratamiento de datos haciendo uso de la estadística descriptiva e inferencial (48).

#### 4.3 Nivel de la investigación:

El estudio correspondió a una investigación de nivel relacional, en la que se evaluó la fuerza de atracción de las dos variables de estudio (49).

#### 4.4 Diseño de la investigación

El diseño del estudio fue el diseño no experimental, de tipo correlacional, donde se trató de medir el nivel de relación de las variables de estudio: (49)



Donde:

V1: Cansancio laboral

V2: Estrategias de control

r = Relación entre las variables

## 4.5 Población y muestra

### 4.5.1. Población

La población fue de 160 enfermeros que laboran en el área de hospitalización del Hospital Daniel Alcides Carrión de la ciudad de Huancayo (49)

### 4.5.2 Muestra

Para el cálculo de la muestra se aplicó la fórmula de proporciones con poblaciones finitas para variables cualitativas, teniendo en cuenta los valores de p, q, e, z y el tamaño poblacional, la fórmula para el cálculo de la muestra es la siguiente (49):

$$n = \frac{z^2 N \cdot p \cdot q}{z^2 p \cdot q + (N - 1) e^2}$$

Donde:

N: Población igual a 160 profesionales de enfermería.

Z: Nivel de confianza (Dato estandarizado al 95%) =1.96

P: Probabilidad de éxito de encontrar la característica de estudio = 0,48; obtenido del estudio de Camiloaga M, desarrollado en Lima, Comas, el 2020 “Cansancio y control en enfermeras del Servicio de Emergencia COVID-19, Hospital Marino Molina Scippa de Comas, Lima- 2020”, (12) quien reporta un 48% de cansancio severo presente en los profesionales de enfermería.

q: Probabilidad de fracaso de no éxito de encontrar característica en estudio = 0.52

e: Error de Muestreo: 0,05

La muestra fue de 113,0961; aproximándose a 114 profesionales de enfermería.

**Criterios de inclusión:**

- Profesionales de enfermería que firmaron el consentimiento informado previamente.
- Enfermeros con dos años como mínimo de estar laborando en el Hospital Daniel Alcides Carrión.

**Criterios de exclusión:**

- Enfermeros con licencia por salud.
- Profesionales de enfermería en periodo de vacaciones
- Profesionales de enfermería con permiso, licencia por estudio o por alguna otra actividad que exoneró su presencia en su centro laboral.

**4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

**a) Para la variable cansancio laboral**

La técnica de recolección de datos fue la encuesta.

✓ **Ficha técnica del instrumento de recolección de datos para la variable cansancio laboral**

o **Nombre:**

“Inventario para evaluar el cansancio laboral”

- o **Autor del instrumento:** Karasek R, según la teoría de Leiter, M. P. y Maslach, C. y Freudenberg, H. (26,29,30)

o **Número de dimensiones y de ítems por cada dimensión:**

Se dividió en 3 dimensiones que son las siguientes:

- Dimensión agotamiento emocional: 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20
- Dimensión despersonalización: 5, 15, 22, 10, 11
- Dimensión baja realización personal: 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21

○ **Alternativas de respuesta**

En total presenta 22 ítems con escala Likert, teniendo las siguientes alternativas de respuesta.

0 = Nunca

1 = A veces

3 = De forma regular

3 = Casi siempre

4 = Siempre

○ **Baremo**

Presento tres categorías que son:

1= Nivel bajo de cansancio laboral: 0-29 puntos

2= Nivel medio de cansancio laboral: 30 – 59 puntos

3= Nivel alto de cansancio laboral: 60 – 89 puntos

**Validez**

La validez que se realizó fue por juicio de expertos, quienes opinaron en base a 10 criterios en relación al objetivo del estudio y al aspecto metodológico, los formatos de participación de los expertos se encuentran en anexo N°05.

**Confiabilidad**

La confiabilidad, ha sido comprobada mediante un piloto, se analizó mediante el análisis del Alpha de Cronbach, cuyos resultados se evidencian en el anexo N°06.

Para el instrumento “Escala de evaluación de estrategias de control al cansancio”, con un coeficiente de fiabilidad de 0,912, cuyos resultados se evidencian en el anexo N°06.

**b) Para la variable estrategias de control**

Se utilizó la técnica de la encuesta

✓ **Ficha técnica del instrumento para la variable estrategias de control**

o **Nombre:**

El instrumento fue la encuesta denominada “Escala de evaluación de estrategias de control al cansancio”.

o **Autor del instrumento:**

Moos R, según la teoría de Lázarus, R. & Folkman. S, evaluó la capacidad de enfrentar y sobrellevar el cansancio laboral (37,42)

o **Número de dimensiones y de ítems por cada dimensión:**

Evaluó 8 dimensiones:

- Dimensión 1: Análisis lógico: 1, 9, 17, 25, 33, 41
- Dimensión 2: Revalorización positiva: 2, 10, 18, 26, 34, 42
- Dimensión 3: Búsqueda de orientación y apoyo: 3, 11, 19, 27, 35, 43
- Dimensión 4: Resolución de problemas: 4, 12, 20
- Dimensión 5: Evitación cognitiva: 5, 13, 21, 29, 37, 45
- Dimensión 6: Aceptación/resignación: 6, 14, 22, 30, 38, 46
- Dimensión 7: Búsqueda de gratificación: 7, 23, 15, 31, 39, 47
- Dimensión 8: Descarga emocional: 8, 16, 24, 32, 40, 48

o **Alternativas de respuesta**

En total presenta 48 preguntas con la Escala Likert para evaluar estrategias de control, teniendo las siguientes alternativas de respuesta teniendo las valoraciones siguientes:

1. Totalmente de acuerdo (T)
2. De acuerdo (A)
3. Indiferente (I)
4. En desacuerdo (DS)
5. Totalmente en desacuerdo (TDS)

o **Baremo**

Presentó tres categorías que son:

- a. Control bajo: 0 a 64 puntos
- b. Control medio: 65 a 128 puntos
- c. Control aloto: 129 a 192 puntos

• **Validez**

La validez del segundo instrumento para evaluar la variable estrategias de control al cansancio laboral, los formatos de participación de los expertos, también se encuentra en anexos (50).

• **Confiabilidad**

Para el instrumento “Inventario para evaluar el cansancio laboral”, la fiabilidad fue de 0,853 (51)

• **Procedimiento para la recolección de datos**

- Se tuvo en cuenta las siguientes medidas de protección al contagio de COVID-19.
- Se coordinó con la jefa de enfermeras, las fechas y horas que se fue a visitar a los profesionales de enfermería del hospital, para la recolección de datos.

- Antes del ingreso a la institución, se cumplió con la entrega de las pruebas diagnósticas actualizadas de descarte de COVID-19, de las tesis.
- Antes del ingreso se hizo uso de las medidas de bioseguridad químicas, mediante el uso del lavado de manos, teniendo en cuenta los pasos dados por la OMS para dicho procedimiento.
- Para el momento del ingreso se tuvo en cuenta el uso de las medidas de bioseguridad de barrera, tanto de las tesis como de los(as) licenciados(as) en Enfermería, portando doble mascarilla KN-95; gorro de tela, mandilón, guantes descartables, lentes de protección.
- Los profesionales de enfermería pasaron a un ambiente amplio, de 4 en 4, teniendo en cuenta el distanciamiento, en dicho ambiente se encontraron solo con las tesis y respondieron a los formatos entregados.
- Una vez rellenas las encuestas, las entregaron y salieron ordenadamente, teniendo en cuenta el distanciamiento.

#### **4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Una vez recolectada la información se procesaron en una base de datos a través del programa estadístico SPSS v.25, previa tabulación de los datos (52). Luego se calcularon los análisis descriptivos para cada variable con tablas de frecuencia y gráficos estadísticos. La relación fue calculada mediante el análisis de correlación Rho de Spearman debido a que las puntuaciones no presentaron distribución normal (52).

#### **4.8 Aspectos éticos de la investigación**

La aplicación del aspecto ético tuvo en cuenta los artículos 27 y 28 del reglamento de investigación, con ello se garantizó la protección de los participantes,

El cumplimiento del Art 27, concerniente a los elementos que presiden la acción de investigación, se llevó a cabo mediante: la protección de los participantes, en este estudio se respetó la dignidad humana, la libertad y el derecho de autodeterminación de los profesionales de enfermería. Se hizo uso del consentimiento informado el cual fue firmado previamente a la recolección de los datos.

En el estudio se practicó el principio de la beneficencia, ya que se desarrolló con el propósito de generar beneficios propiciando un mejor liderazgo y una satisfacción laboral que les permita sentirse bien a los licenciados en enfermería.

Se puso en práctica el principio de la no maleficencia, durante el estudio no se realizaron acciones que pongan en riesgo la salud física ni psicológica, ni la vida de los licenciados en enfermería. Asimismo, se actuó con plena responsabilidad por las implicancias favorables o desfavorables que se desprendieron de los resultados del estudio.

Se tuvo en cuenta la veracidad durante todo el proceso de investigación, haciendo uso y cumplimiento de las normas de las normas que resguardan la práctica ética, así como del reglamento de propiedad intelectual.

El cumplimiento del Art. 28, concerniente a las reglas de conducta ética de quienes investigan, se llevó a cabo mediante el cumplimiento de la línea de investigación, además, en cada procedimiento realizado se tomó en cuenta las normas institucionales que controlan el rigor científico de la validez, confiabilidad y credibilidad de los procedimientos realizados, los que fueron revisados constantemente por un docente asesor designado por la universidad, responsable de la unidad de investigación, por el Comité de ética de la misma Facultad, por la

Coordinación de Grados y Títulos, asimismo, el proyecto y la tesis pasó por la revisión de similitud, haciendo uso del programa antiplagio Turnitin.

Las investigadoras asumieron en todo momento, las consecuencias propicias o perjudiciales que se generen de los resultados encontrados, por lo que se publicaron abiertamente los hallazgos y se hicieron de conocimiento a los involucrados, para que se tomen las decisiones oportunamente.

Por otro lado, se garantizó el anonimato de las personas involucradas, ya que no se les preguntó el nombre en las encuestas de recolección de datos. Por otro lado, se contó con la declaración de confidencialidad plenamente formada, con lo que se garantizó la originalidad y tratamiento seguro de la información.

## **CAPÍTULO V**

### **RESULTADOS**

#### **5.1. Descripción de resultados:**

A continuación, se presentan los resultados correspondientes a la evaluación de una población de 160 profesionales de enfermería que laboran en el área de hospitalización el Hospital Daniel Alcides Carrión de la ciudad de Huancayo, habiéndose calculado el tamaño de la muestra con fórmula para proporciones, se tuvo un total de 114 profesionales muestreados aleatoriamente y seleccionados mediante la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión. Para la evaluación del cansancio laboral en tiempo de la pandemia por COVID-19 se evaluó tres dimensiones agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, y en el caso de la variable Estrategias de control, se evaluaron 8 dimensiones.

Los resultados que se muestran están clasificados en resultados descriptivos, presentando para ello Tablas de frecuencia y gráficos sobre las variables y las dimensiones de las variables, comprobando la hipótesis general y las ocho hipótesis específicas.

Tabla N° 2

Estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC  
2022

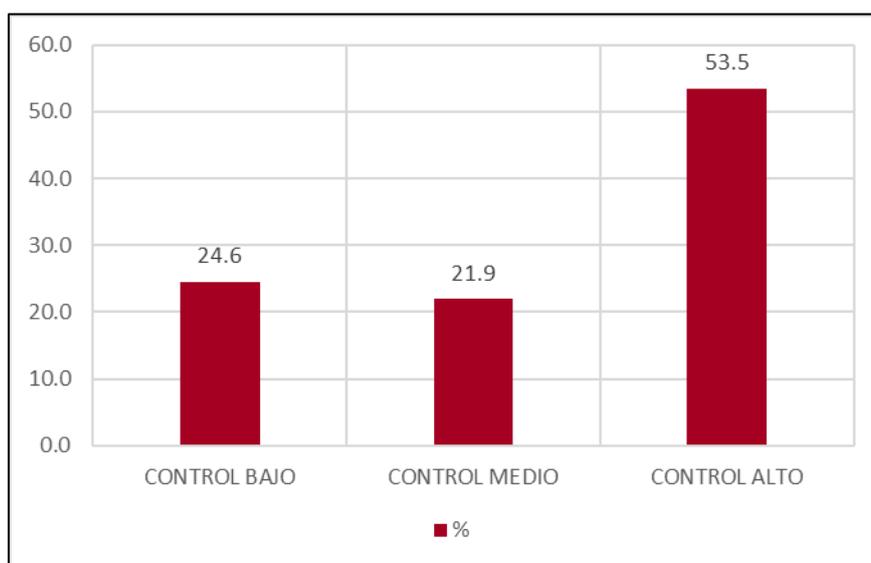
Estrategias de control	N	%
Control bajo	28	24.6
Control medio	25	21.9
Control alto	61	53.5
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

La evaluación de las estrategias de control muestra que el control del cansancio de los profesionales de enfermería se caracterizó por ser alto para el 53.5%, seguido de un control bajo en el 24.6% y de un control medio en el 21.9%.

Figura N° 2

Estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC  
2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N° 3

Cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

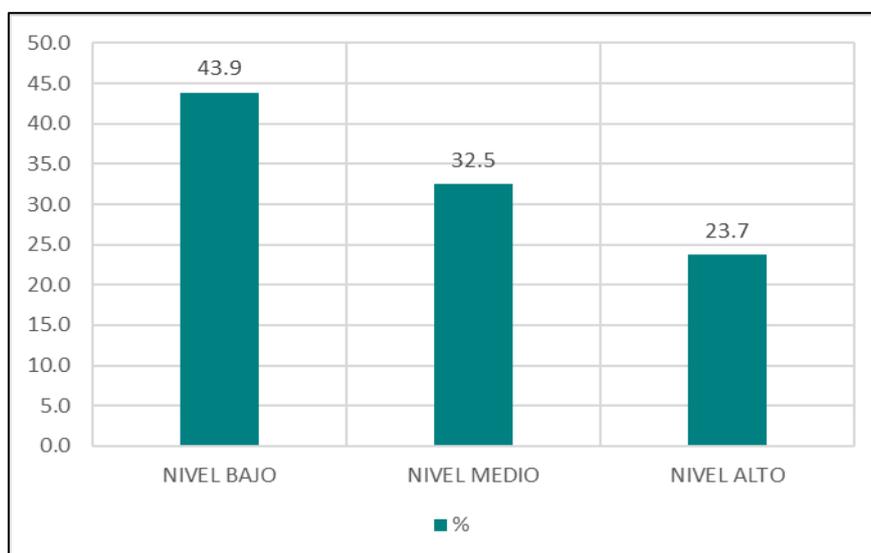
Cansancio laboral	N	%
Nivel bajo	50	43.9
Nivel medio	37	32.5
Nivel alto	27	23.7
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

La evaluación del cansancio laboral de los profesionales de enfermería, muestran que el 43.9% presentan un nivel bajo, seguido del 32.5% de profesionales con nivel medio y el 23.7% presentan un nivel alto de cansancio.

Figura N° 3

Cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N° 4

Dimensión análisis lógico de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

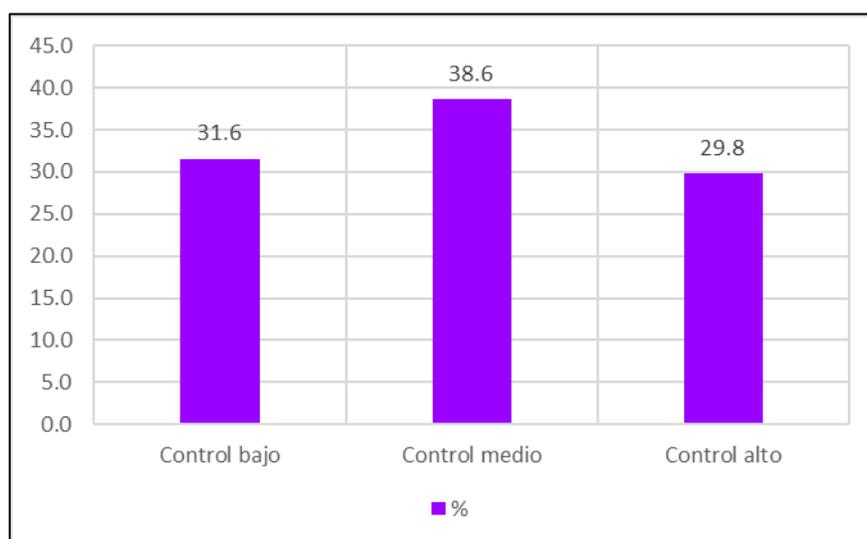
Análisis lógico	N	%
Control bajo	36	31.6
Control medio	44	38.6
Control alto	34	29.8
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

El resultado de la evaluación de la dimensión análisis lógico, muestra que el 38.6% de profesionales presentan un control medio, seguido del 31.6% con control bajo y un 29.8% con control alto.

Figura N° 4

Dimensión análisis lógico de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N° 5

Dimensión revalorización positiva de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

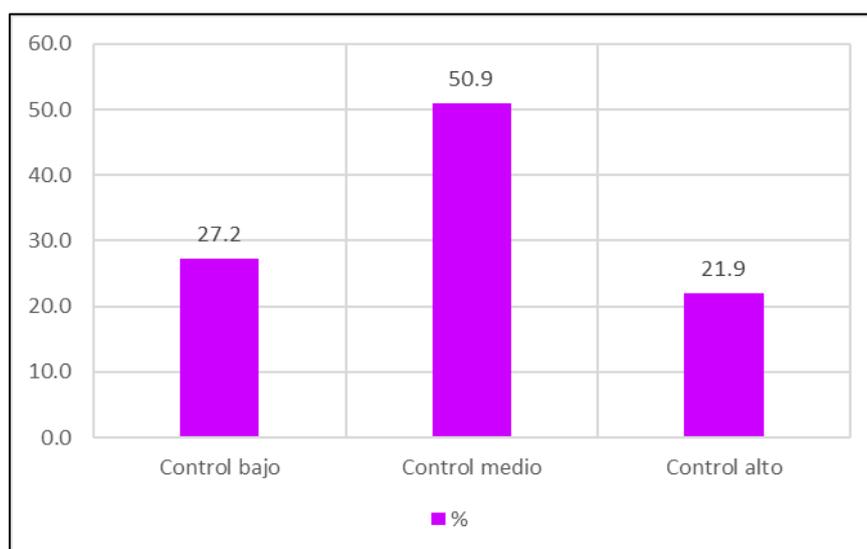
Revalorización positiva	N	%
Control bajo	31	27.2
Control medio	58	50.9
Control alto	25	21.9
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

La evaluación de la dimensión revalorización positiva, muestra que el 50.9% de profesionales de enfermería presentan un control medio en la revalorización positiva, seguido del 27.2% con control bajo y el 21.9% en el control alto.

Figura N° 5

Dimensión revalorización positiva de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N° 6

Dimensión búsqueda de orientación de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

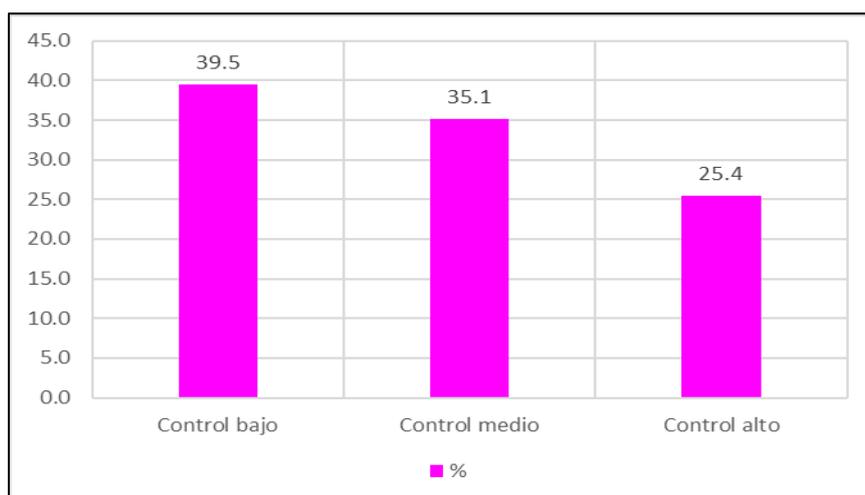
Búsqueda de orientación y apoyo	N	%
Control bajo	45	39.5
Control medio	40	35.1
Control alto	29	25.4
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

Los resultados de la evaluación de la dimensión búsqueda de orientación y apoyo, muestran que el 39.5% de profesionales de enfermería presentan un control bajo en la búsqueda de orientación y apoyo, el 35.1% de los profesionales tienen un control medio, seguido del 25.4% con control alto.

Figura N°6

Dimensión búsqueda de orientación de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°7

Dimensión resolución de problemas de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

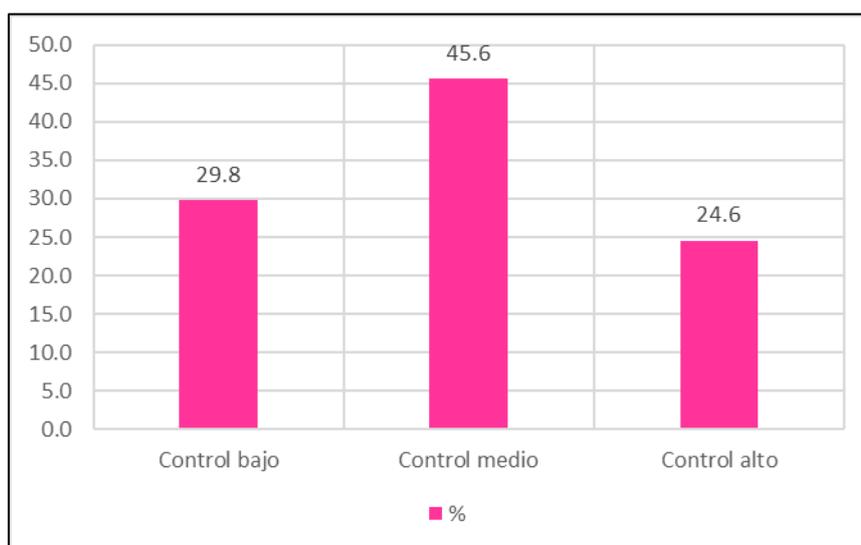
Resolución de problemas	N	%
Control bajo	34	29.8
Control medio	52	45.6
Control alto	28	24.6
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

Los resultados de la dimensión resolución de problemas, muestran que el 45.6% de los enfermeros refieren que su control respecto a la resolución de problemas es medio, para el 29.8% el control es bajo, en tanto que el 24.6% presenta un control alto.

Figura N°7

Dimensión resolución de problemas de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°8

Dimensión evitación cognitiva de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

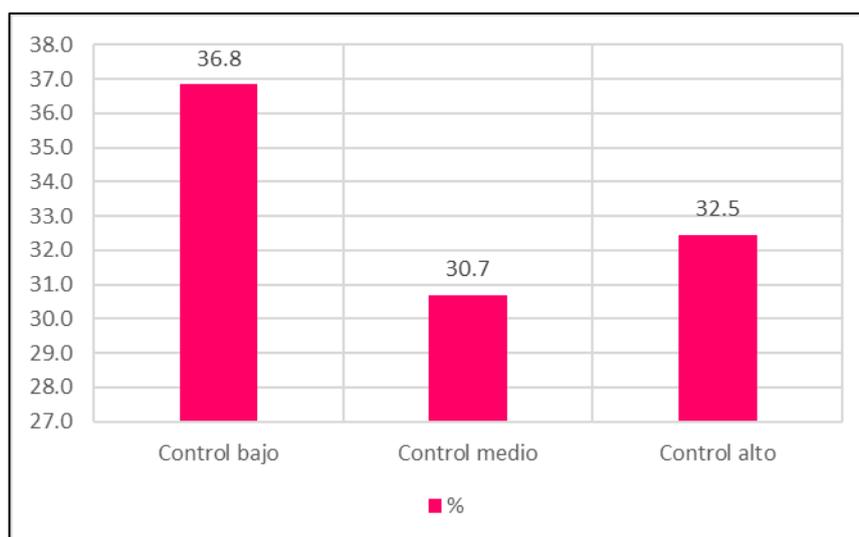
Evitación cognitiva	N	%
Control bajo	42	36.8
Control medio	35	30.7
Control alto	37	32.5
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

Los hallazgos de la evaluación de la dimensión evitación cognitiva, muestran que el 36.8% se encuentra con un control bajo, seguida del 32.5% de control alto, en el 30.7% de los profesionales de enfermería existe un control medio.

Figura N°8

Dimensión evitación cognitiva de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2021



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°9

Dimensión aceptación/resignación de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

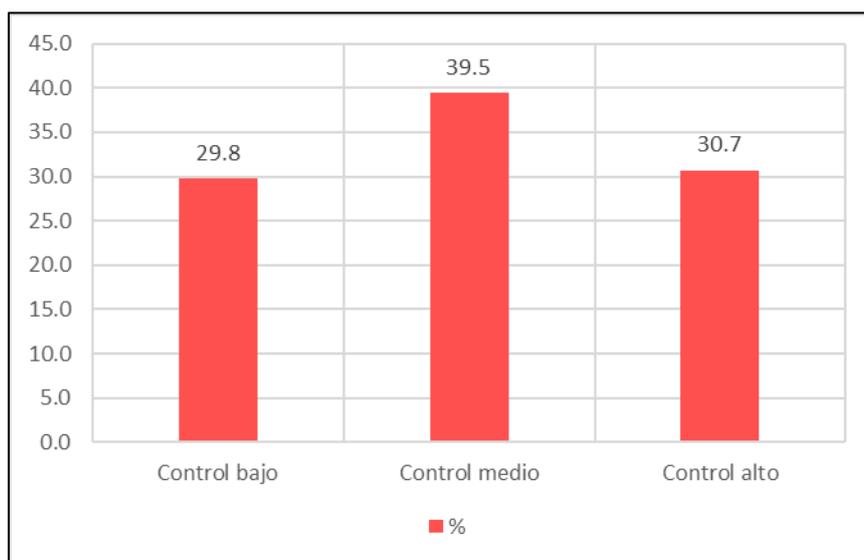
Aceptación/resignación	N	%
Control bajo	34	29.8
Control medio	45	39.5
Control alto	35	30.7
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

La evaluación de las estrategias de control en la dimensión resignación, en la mayoría de los profesionales de enfermería resultan ser estrategias de control medio en el 39.5%, las estrategias de control medio

Figura N°9

Dimensión aceptación/resignación de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°10

Dimensión búsqueda de gratificaciones de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

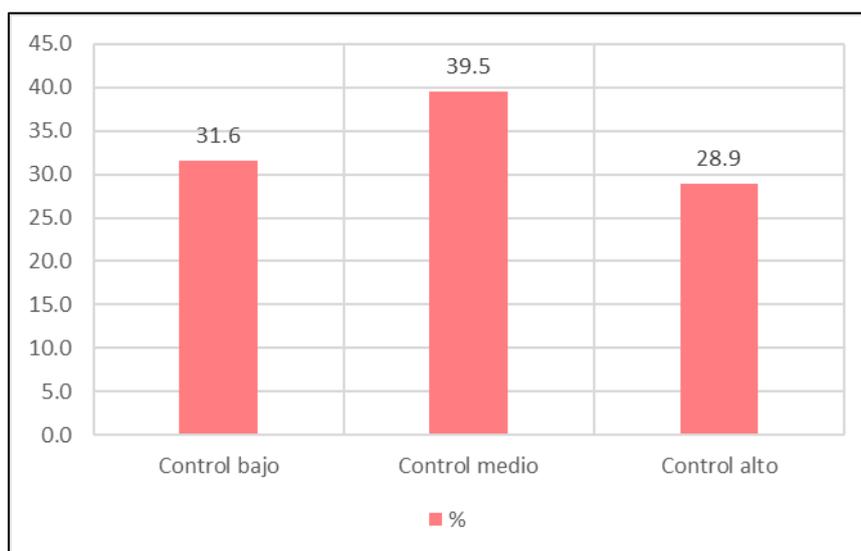
Búsqueda de gratificaciones	N	%
Control bajo	36	31.6
Control medio	45	39.5
Control alto	33	28.9
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

La evaluación de las estrategias de control en la dimensión búsqueda de gratificaciones muestran que el 39.5% de profesionales de enfermería presentan un control medio, seguido del 31.6% con control bajo. el 28.9% presenta estrategias de control alto.

Figura N°10

Dimensión búsqueda de gratificaciones de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°11

Dimensión descarga emocional de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

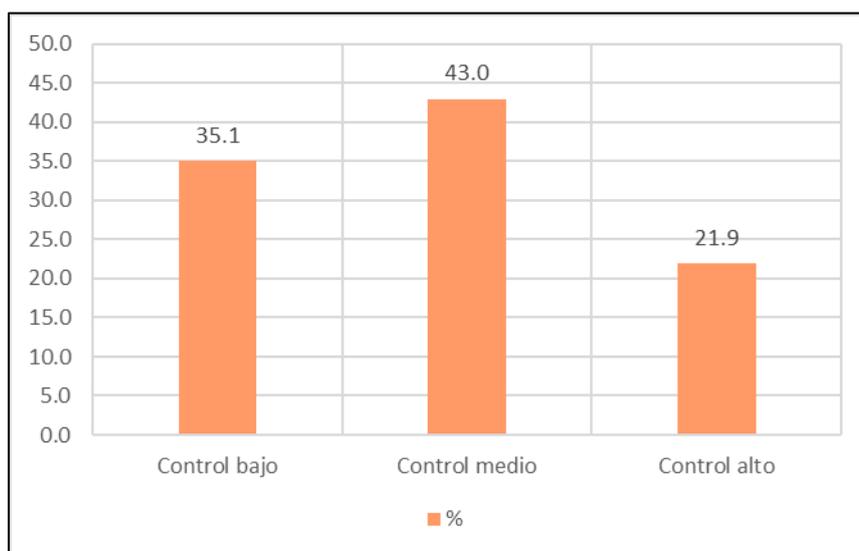
Descarga emocional	N	%
Control bajo	40	35.1
Control medio	49	43.0
Control alto	25	21.9
Total	114	100.0

Fuente: Encuesta propia

La evaluación de la dimensión descarga emocional, muestran que las estrategias de control son medias en el 43%, seguida de control bajo en el 35.1% y de control alto para el 21.9%.

Figura N°11

Dimensión descarga emocional de las estrategias de control en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°12

Cruce entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

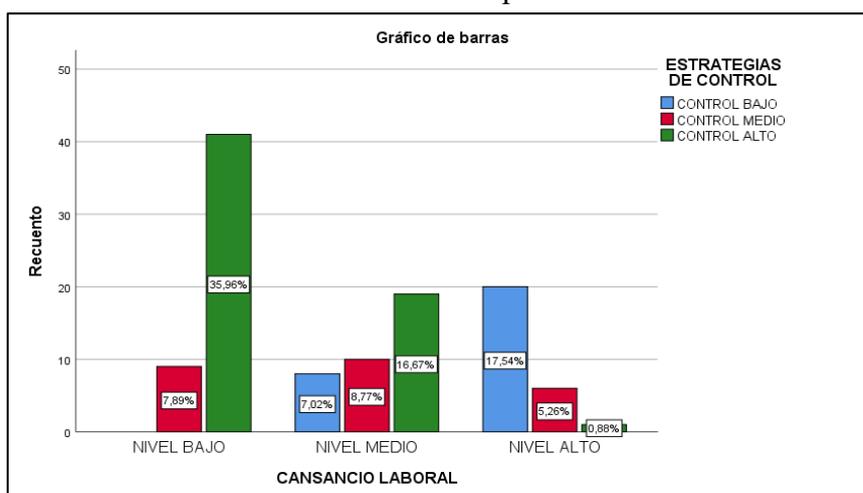
		Estrategias de control			Total	
		Control Bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	0	9	41	50
		%	0,0%	7,9%	36,0%	43,9%
	Nivel medio	N	8	10	19	37
		%	7,0%	8,8%	16,7%	32,5%
	Nivel alto	N	20	6	1	27
		%	17,5%	5,3%	0,9%	23,7%
<b>Total</b>		N	28	25	61	114
		%	24,6%	21,9%	53,5%	100,0%

Fuente: Encuesta propia

La información cruzada entre cansancio laboral y estrategias de control, muestran que el 23.7% de profesionales de enfermería presentan cansancio laboral de nivel alto, de este grupo el 17.5% posee estrategias de control bajo.

Figura N°12

Cruce entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°13

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

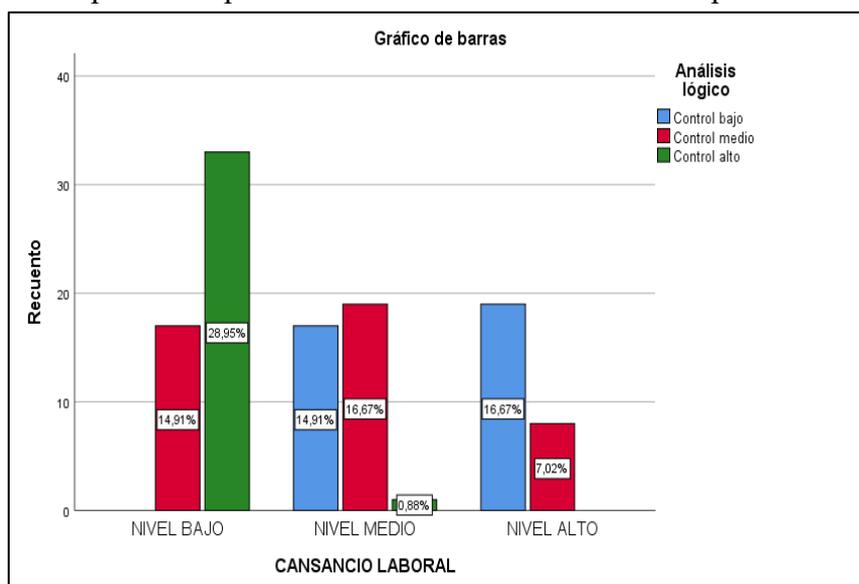
		Análisis lógico			Total	
		Control bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	0	17	33	50
		%	0,0%	14,9%	28,9%	43,9%
	Nivel medio	N	17	19	1	37
		%	14,9%	16,7%	0,9%	32,5%
	Nivel alto	N	19	8	0	27
		%	16,7%	7,0%	0,0%	23,7%
Total	N	N	44	34	114	
	%		31,6%	38,6%	29,8%	100,0%

Fuente: Encuesta propia

La información cruzada entre cansancio laboral y la dimensión análisis lógico de las estrategias de control, muestran que el 23,7% de profesionales de enfermería presentan cansancio laboral de nivel alto, de este grupo el 16,7% posee estrategias de control bajo.

Figura N°13

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022.



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°14

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

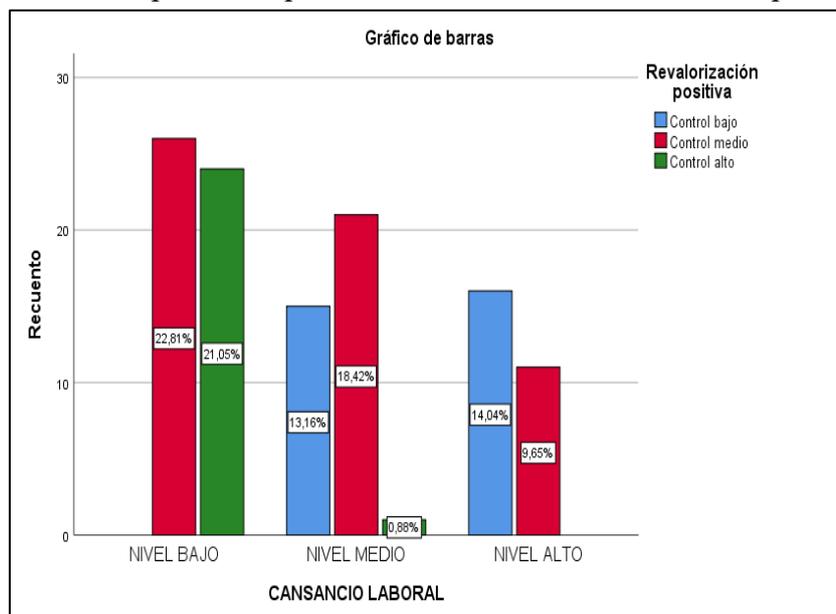
		Revalorización positiva			Total	
		Control bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	0	26	24	50
		%	0,0%	22,8%	21,1%	43,9%
	Nivel medio	N	15	21	1	37
		%	13,2%	18,4%	0,9%	32,5%
	Nivel alto	N	16	11	0	27
		%	14,0%	9,6%	0,0%	23,7%
Total		N	31	58	25	114
		%	27,2%	50,9%	21,9%	100,0%

Fuente: Encuesta propia

La información cruzada entre cansancio laboral y estrategias de control, muestran que el 23.7% de profesionales de enfermería presentan cansancio laboral de nivel alto, de este grupo el 14% posee estrategias de control bajo.

Figura N°14

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°15

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

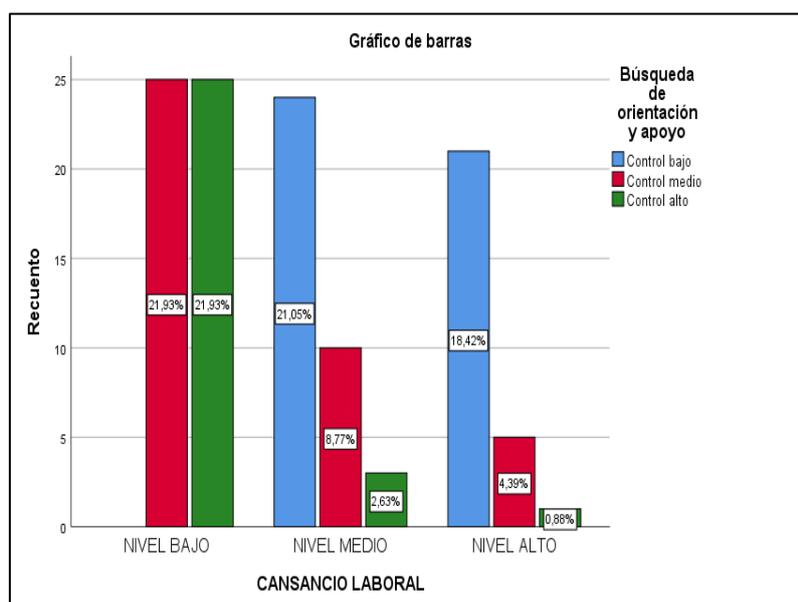
		Búsqueda de orientación y apoyo			Total	
		Control bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	0	25	25	50
		%	0,0%	21,9%	21,9%	43,9%
	Nivel medio	N	24	10	3	37
		%	21,1%	8,8%	2,6%	32,5%
	Nivel alto	N	21	5	1	27
		%	18,4%	4,4%	0,9%	23,7%
Total	N	45	40	29	114	
	%	39,5%	35,1%	25,4%	100,0%	

Fuente: Encuesta propia

La información cruzada entre cansancio laboral y estrategias de control, muestran que el 23.7% de profesionales de enfermería presentan cansancio laboral de nivel alto, de este grupo el 14% posee estrategias de control bajo.

Figura N°15

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°16

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

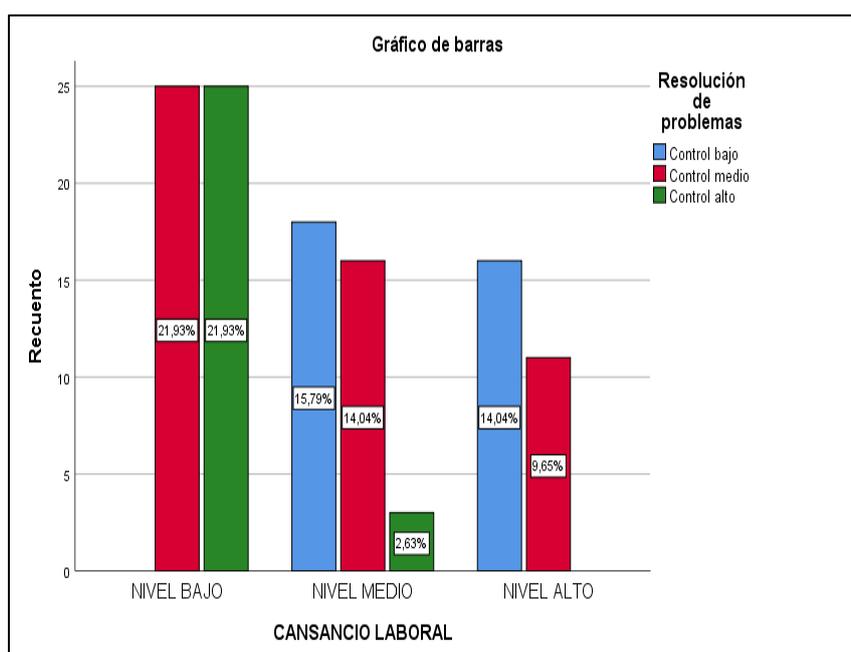
		Resolución de problemas			Total	
		Control bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	0	25	25	50
		%	0,0%	21,9%	21,9%	43,9%
	Nivel medio	N	18	16	3	37
		%	15,8%	14,0%	2,6%	32,5%
	Nivel alto	N	16	11	0	27
		%	14,0%	9,6%	0,0%	23,7%
Total		N	34	52	28	114
		%	29,8%	45,6%	24,6%	100,0%

Fuente: Encuesta propia

De la información cruzada entre el cansancio laboral y la dimensión resolución de problemas, se observa que el 23,7% de los profesionales de enfermería presentan alto nivel de cansancio laboral, el 14% de este porcentaje presentan un control bajo en la resolución de problemas.

Figura N°16

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°17

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

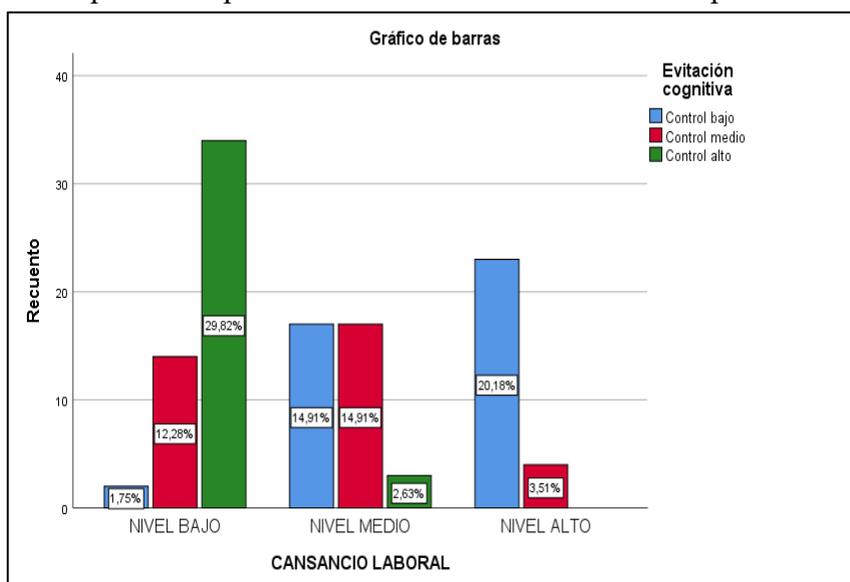
		Evitación cognitiva			Total	
		Control bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	2	14	34	50
		%	1,8%	12,3%	29,8%	43,9%
	Nivel medio	N	17	17	3	37
		%	14,9%	14,9%	2,6%	32,5%
	Nivel alto	N	23	4	0	27
		%	20,2%	3,5%	0,0%	23,7%
Total		N	42	35	37	114
		%	36,8%	30,7%	32,5%	100,0%

Fuente: Encuesta propia

La dimensión evitación cognitiva presenta un control bajo en el 36.8% de los profesionales de enfermería, de este porcentaje el 20.2% presenta un cansancio laboral de nivel alto.

Figura N°17

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°18

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

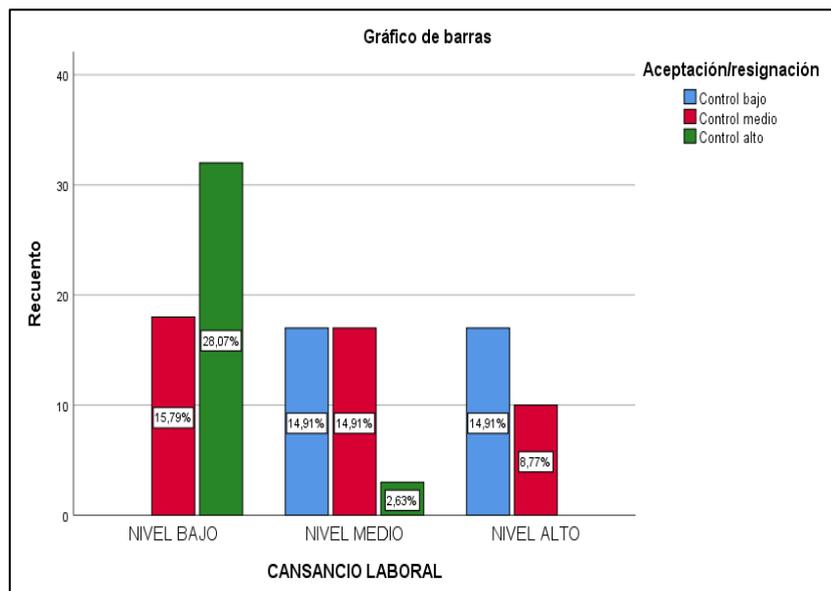
		Aceptación/resignación			Total	
		Control bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	0	18	32	50
		%	0,0%	15,8%	28,1%	43,9%
	Nivel medio	N	17	17	3	37
		%	14,9%	14,9%	2,6%	32,5%
	Nivel alto	N	17	10	0	27
		%	14,9%	8,8%	0,0%	23,7%
Total		N	34	45	35	114
		%	29,8%	39,5%	30,7%	100,0%

Fuente: Encuesta propia

El cansancio laboral se presenta en el 23.7% con un nivel alto, de este porcentaje el 14.9% presenta un control bajo en las estrategias de control en la dimensión aceptación/resignación.

Figura N°18

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°19

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

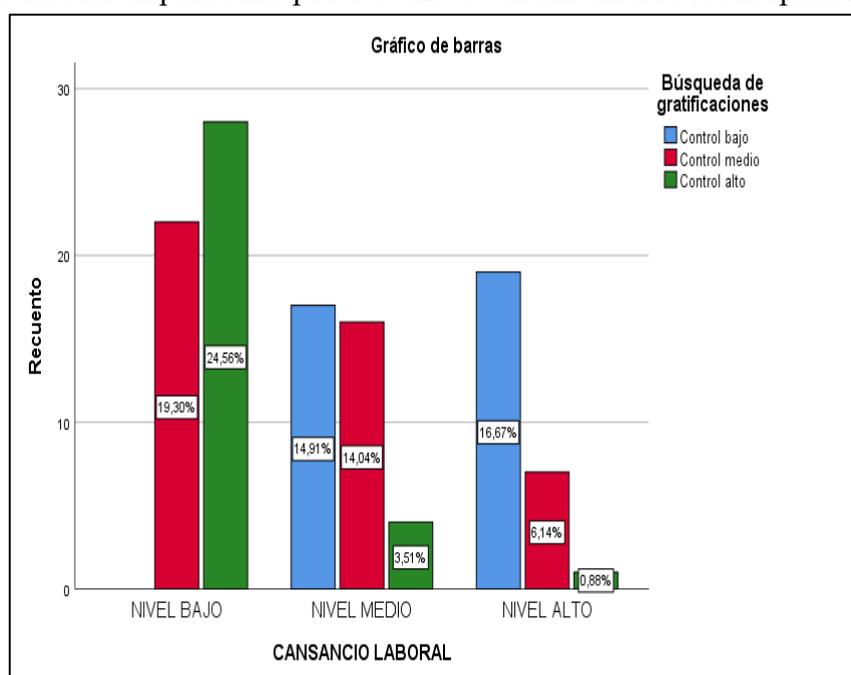
		Búsqueda de gratificaciones			Total	
		Control bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	0	22	28	50
		%	0,0%	19,3%	24,6%	43,9%
	Nivel medio	N	17	16	4	37
		%	14,9%	14,0%	3,5%	32,5%
	Nivel alto	N	19	7	1	27
		%	16,7%	6,1%	0,9%	23,7%
Total		N	36	45	33	114
		%	31,6%	39,5%	28,9%	100,0%

Fuente: Encuesta propia

El cruce de información entre el cansancio laboral y la dimensión búsqueda de gratificación, presenta que el 31.6% de profesionales de enfermería una estrategia de control bajo, de este porcentaje el 16.7% presenta un nivel alto de cansancio laboral.

Figura N°19

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

Tabla N°20

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

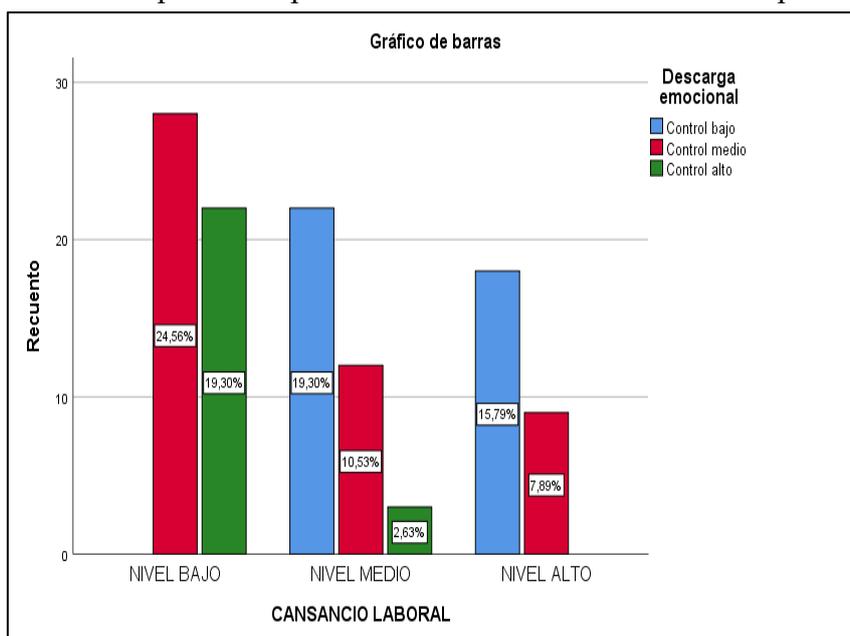
		Descarga emocional			Total	
		Control bajo	Control medio	Control alto		
Cansancio laboral	Nivel bajo	N	0	28	22	50
		%	0,0%	24,6%	19,3%	43,9%
	Nivel medio	N	22	12	3	37
		%	19,3%	10,5%	2,6%	32,5%
	Nivel alto	N	18	9	0	27
		%	15,8%	7,9%	0,0%	23,7%
Total		N	40	49	25	114
		%	35,1%	43,0%	21,9%	100,0%

Fuente: Encuesta propia

Los hallazgos del cruce de información entre el cansancio laboral y la dimensión descargan emocional de las estrategias de control, muestran que el 35.1% presentan un control bajo, de este grupo el 15.8% se encuentra con nivel alto de cansancio laboral.

figura N°20

Cruce entre las estrategias de control en su dimensión descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022



Fuente: Encuesta propia

## 5.2. Contrastación de hipótesis

### Pasos para la contrastación de hipótesis

#### I. Para la hipótesis general:

##### a. Planteamiento de hipótesis general:

Ho: “No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

H1: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

##### b. Selección del nivel de significancia

El margen de error tipo alfa fue 0,05

##### c. Selección del análisis estadístico

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

Tabla N°21  
Relación entre las estrategias de control y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

		Estrategias de control	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Estrategias de control	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
	Cansancio laboral	Coefficiente de correlación	-,678**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	114

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta propia

**d. Toma de decisiones:**

Se observa un  $R_s = -,678$ ; y un p valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con p valor  $< 0.05$

**e. Conclusiones:**

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control y el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

**II. Para las hipótesis específicas:**

**A. Hipótesis específica 1:**

**a. Planteamiento de hipótesis específica 1:**

Ho: “No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

H1: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

**b. Selección del nivel de significancia**

El margen de error tipo alfa fue 0,05

**c. Selección del análisis estadístico**

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

**Tabla N°22**

Relación entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

			Análisis lógico	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Análisis lógico	Coefficiente de correlación	1,000	-,754**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	114	114
	Cansancio laboral	Coefficiente de correlación	- ,754**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	114	114

**\*\*.** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta propia

**d. Toma de decisiones:**

Se observa un  $R_s = -,754$ ; y un p valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con p valor < 0.05

**e. Conclusiones:**

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control en la dimensión análisis lógico y el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo en el análisis lógico, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

## B. Hipótesis específica 2:

### a. Planteamiento de hipótesis específica 2:

Ho: “No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

H1: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

### b. Selección del nivel de significancia

El margen de error tipo alfa fue 0,05

### c. Selección del análisis estadístico

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

Tabla N°23

Relación entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

			Revalorización positiva	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Revalorización positiva	Coefficiente de correlación	1,000	-,665**
		Sig. (bilateral)	.	,000
	Cansancio laboral	N	114	114
		Coefficiente de correlación	-,665**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.	
	N	114	114	

Fuente: Encuesta propia

**d. Toma de decisiones**

Se observa un  $R_s = -,665$ ; y un p valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con p valor < 0.05

**e. Conclusiones:**

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control en la dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo en la revalorización positiva, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

### C. Hipótesis específica 3:

#### a. Planteamiento de hipótesis específica 3:

Ho: “No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

H1: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

#### b. Selección del nivel de significancia

El margen de error tipo alfa fue 0,05

#### c. Selección del análisis estadístico

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

Tabla N°24

Relación entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación - apoyo y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

			Búsqueda de orientación y apoyo	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Búsqueda de orientación y apoyo	Coefficiente de correlación	1,000	-,700**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	114	114
	Cansancio laboral	Coefficiente de correlación	-,700**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	114	114

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

#### **d. Toma de decisiones**

Se observa un  $R_s = -,700$ ; y un p valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con p valor < 0.05

#### **e. Conclusiones:**

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control en la dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo en la revalorización positiva, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

### **D. Hipótesis específica 4:**

#### **a. Planteamiento de hipótesis específica 4:**

H<sub>0</sub>: “No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

H<sub>1</sub>: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

#### **b. Selección del nivel de significancia**

El margen de error tipo alfa fue 0,05

#### **c. Selección del análisis estadístico**

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

Tabla N°25

Relación entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022.

			Resolución de problemas	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Resolución de problemas	Coefficiente de correlación	1,000	-,650**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	114	114
	Cansancio laboral	Coefficiente de correlación	-,650**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	114	114

Fuente: Encuesta propia

**d. Toma de decisiones**

Se observa un  $R_s = -,650$ ; y un  $p$  valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con  $p$  valor  $< 0.05$

**e. Conclusiones:**

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control en la dimensión resolución de problemas con el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo en la resolución de problema, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

## Hipótesis específica 5:

### a. Planteamiento de hipótesis específica 5:

Ho:” No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

H1: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

### b. Selección del nivel de significancia

El margen de error tipo alfa fue 0,05

### c. Selección del análisis estadístico

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

Tabla N°26

Relación entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

			Evitación cognitiva	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Evitación cognitiva	Coefficiente de correlación	1,000	-,752**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	114	114
	Cansancio laboral	Coefficiente de correlación	-,752**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	114	114

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta propia

**c. Toma de decisiones**

Se observa un  $R_s = -,752$ ; y un p valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con p valor < 0.05

**d. Conclusiones:**

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control en la dimensión evitación cognitiva con el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo en la evitación cognitiva, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

**E. HIPOTESIS ESPECIFICA 6:**

**a. Planteamiento de hipótesis específica 6:**

H<sub>0</sub>: “No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

H<sub>1</sub>: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

**b. Selección del nivel de significancia**

El margen de error tipo alfa fue 0,05

**c. Selección del análisis estadístico**

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

Tabla N°27

Relación entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

			Aceptación /resignación	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Aceptación/ resignación	Coefficiente de correlación	1,000	-,708**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	114	114
	Cansancio laboral	Coefficiente de correlación	-,708**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	114	114

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta propia

**c. Toma de decisiones**

Se observa un  $R_s = -,708$ ; y un p valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con p valor < 0.05

**d. Conclusiones:**

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control en la dimensión aceptación/resignación con el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo en la aceptación/resignación, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

## F. Hipótesis específica 7:

### a. Planteamiento de hipótesis específica 7

Ho: “No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”

H1: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”

### b. Selección del nivel de significancia

El margen de error tipo alfa fue 0,05

### c. Selección del análisis estadístico

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

Tabla N°28

Relación entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

		Búsqueda de gratificaciones	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Búsqueda de gratificaciones	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	114
	Cansancio laboral	Coefficiente de correlación	-,674**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	114

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta propia

**d. Toma de decisiones**

Se observa un  $R_s = -,708$ ; y un p valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con p valor < 0.05

**e. Conclusiones:**

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control en la dimensión búsqueda de gratificaciones con el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo en la Búsqueda de gratificaciones, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

**Hipótesis específica 8:**

**a. Planteamiento de hipótesis específica 8:**

Ho: “No existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

H1: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”.

**b. Selección del nivel de significancia**

El margen de error tipo alfa fue 0,05

### c. Selección del análisis estadístico

Se utilizó la correlación de Rho de Spearman

Tabla N°29

Relación entre las estrategias de control en su dimensión descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en enfermeros del hospital DAC 2022

			Descarga emocional	Cansancio laboral
Rho de Spearman	Descarga emocional	Coefficiente de correlación	1,000	-,662**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	114	114
	Cansancio laboral	Coefficiente de correlación	-,662**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	114	114

Fuente: Encuesta propia

### d. Toma de decisiones

Se observa un  $R_s = -,662$ ; y un p valor = ,000

Según los hallazgos mostrados se aprecia un nivel de correlación buena e inversa, la cual se aprueba mediante el resultado del nivel de significancia estadística con p valor  $< 0.05$

### e. Conclusiones:

Se asume que existe una correlación inversa y significativa entre las estrategias de control en la dimensión descarga emocional con el cansancio laboral, observándose que cuando las estrategias son de control bajo en la descarga emocional, entonces existe un alto cansancio laboral, generándose así una correlación negativa y fuertemente significativa ( $p < 0.05$ ).

## ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Los resultados que se hallaron frente a la evaluación de 114 profesionales de enfermería respecto la evaluación del manejo de estrategias de control se obtuvieron el 53.5% de nivel de control alto, seguido del 24.6% de control medio y el 21.9% de control medio. Para las dimensiones de estrategias de control se observa que en la dimensión análisis lógico, muestra que el 38.6% de profesionales presentan un control medio, seguido del 31.6% con control bajo; la dimensión revaloración positiva, muestra que el 50.9% de profesionales de enfermería presentan un control medio en la revalorización positiva, seguido del 27.2% con control bajo; la dimensión búsqueda de orientación y apoyo, 39.5% de enfermeros tienen un control bajo en la búsqueda de orientación y apoyo; dimensión resolución de problemas, muestran que el 45.6% de los enfermeros refieren que su control respecto a la resolución de problemas es medio, para el 29.8% el control es medio; la dimensión evitación cognitiva, muestran que el 36.8% se encuentra con un control bajo, seguida del 32.5% de control alto; la dimensión resignación, en la mayoría de los profesionales de enfermería resultan ser estrategias de control medio en el 39.5%; dimensión búsqueda de gratificaciones se presenta 39.5% de encuestados tienen control medio; dimensión descarga emocional, muestran que las estrategias de control son medias en el 43%, seguida de control bajo en el 35.1%.

Referente al cansancio laboral muestran que el predominio del nivel bajo en el 43.9% enfermeros, seguido del nivel medio en el 32.5% y el nivel alto en el 23.7%.

Según las hipótesis a demostrarse en este estudio, se tuvo una hipótesis general que cita lo siguiente: “Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de

Huancayo, 2022”, la cual ha sido evaluada, encontrándose un valor de correlación de Rho de Spearman de -0,678; con un  $p < 0.05$ . con lo que se comprueba la relación existente entre dichas variables.

Comparando estos hallazgos, respecto a la relación entre las variables de estudio, se encontró coincidencia en el hallazgo de la relación entre cansancio laboral y las estrategias de control presentada por Saltos D, (14)

Nuestros resultados son coincidentes con lo reportado por Noris M, González J, Tello M, Serrano L, y Vega E, (16) reportan que el cansancio está relacionado con las estrategias de control similar a nuestros resultados.

Para Flores V, y Maldonado L, (17), coincide con nuestros resultados ya que se observa que la mayoría de los enfermeros que evaluó presentaron cansancio bajo, al igual que en este estudio. igualmente resulta coincidente la evaluación de la relación entre las variables evaluadas, el autor encontró relación entre las variables de estudio.

Nuestros hallazgos son coincidentes con Aranda N, y Bello L, (18) quien reporta una relación significativa del cansancio con las maniobras de control del cansancio durante la pandemia por COVID-19.

Asimismo, se encontró coincidencias con lo hallado por Virto C, et al, (11) en el Cusco, quien encontró una relación significativa entre cansancio laboral y estrategias de control, de manera general y para las dimensiones.

La relación entre las variables de estudio encontrada por Huallpa L, Ortiz L, (20), obtiene un resultado similar a nuestros resultados. Lo mismo encuentra coincidentemente con Palma M, (21) quien llegó a concluir determinando que entre ambas variables existió una relación significativa.

Nuestros hallazgos fueron comparados con Saltos D, (14) quien difiere con los resultados encontrados para el cansancio laboral, mostrando que la mayoría que llega al 61.5% presenta un cansancio de tipo moderado, en cambio en nuestro estudio la mayoría presenta un cansancio bajo. igualmente se difiere en los resultados sobre las estrategias de control, el autor señala que existe un control alto a diferencia de nuestros resultados donde se encontró que ninguna dimensión presenta un control alto.

Nuestros hallazgos difieren con Niño R, (15) quien en México el 2019 reporta que los profesionales de enfermería presentan un elevado cansancio, para nuestro estudio se aprecia que la mayoría de los profesionales presentó un cansancio bajo. igualmente, no se coincide en el resultado encontrado sobre la relación entre cansancio laboral y las estrategias de control adoptadas, este autor encuentra resultados similares.

Camiloaga M, (12) en Ica el 2020, sus resultados respecto al nivel de cansancio laboral, no es coincidente con este estudio, el autor reporta que la mayoría de los enfermeros presenta un cansancio medio y un control regular. tampoco se coincide con la evaluación de la relación, el autor reporta que no existe relación entre cansancio laboral y estrategias de control, lo que para este estudio si se halló una relación significativa.

Nuestros hallazgos son distintos a lo reportado por Abregú J, (19) quien encontró un bajo nivel de control de cansancio. Igualmente, para Arellano C, (22) la mayoría de enfermeros presentaron un nivel de control de cansancio medio, estableciendo así las diferencias con nuestros hallazgos, ya que en este estudio se encontró que la mayoría de los profesionales de enfermería poseen un control alto.

Asimismo fueron demostradas las relaciones entre las dimensiones de la variable estrategias de control con el cansancio laboral, mostrando lo siguiente: para la primera hipótesis específica, que menciona “Existe relación inversa y significativa entre las

estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”, se encontró una relación inversa con un  $R_s = -,754$  con un  $p < 0.05$ ; mostrando que a menor aplicación de estrategias de control de análisis lógico, existirá mayor cansancio laboral.

La evaluación de la segunda hipótesis planteada: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”, se encontró un valor de correlación de  $-,665$ , con un  $p < 0,05$ ; por lo que se demuestra la relación inversa entre estrategias de control y cansancio laboral, indicando que a menor aplicación de estrategias en la revalorización positiva, se presentará mayor cansancio laboral.

Para la evaluación de la tercera hipótesis se formuló la siguiente proposición: “Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022” encontrándose un valor de  $R_s = -,700$  con un  $p$  valor  $< 0.05$ ; por lo que se demuestra la relación entre las variables evaluadas, haciendo mención que a menor aplicación de estrategias de control en la búsqueda de orientación y apoyo, mayor será el cansancio laboral.

Para demostrar la cuarta hipótesis respecto a “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del

Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”, se muestra que el coeficiente de correlación es de  $-0,650$ , con un  $p$  valor  $< 0.05$ ; quedando demostrada la relación, en el sentido que a menor aplicación de estrategias en la resolución de problemas, mayor es el cansancio laboral de los profesionales de enfermería.

La quinta hipótesis que fue demostrada, refiere lo siguiente: “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”, se halló un  $R_s = -0,752$  con un  $p$  valor  $< 0.05$ ; demostrando que a menor aplicación de estrategias de control en evitación cognitiva, es mayor el cansancio laboral de los enfermeros.

Para la sexta hipótesis específica demostrada, se planteó “Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”, encontrándose un  $R_s = -0,708$  con un  $p$  valor  $< 0.05$ ; mostrándose la demostración de la relación encontrada, lo cual significa que cuando es menor la aplicación de estrategias de control en la aceptación y resignación, mayor será el cansancio laboral para los enfermeros evaluados.

La séptima hipótesis fue demostrada mediante la formulación siguiente; “Existe relación inversa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de gratificaciones y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de

Huancayo, 2022”, habiéndose encontrado un coeficiente de correlación de  $-,674$  con un  $p$  valor  $< 0.05$ ; demostrando así una relación inversa y significativa.

La octava hipótesis a demostrarse, se planteó lo siguiente: “Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión descarga emocional y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022”, evidenciándose un  $R_s = -,662$  con un  $p$  valor  $< 0.05$ ; quedando demostrada la relación que indica que a menor aplicación de estrategias de control en la descarga emocional, mayor será el cansancio laboral de los profesionales de enfermería.

Como se puede evidenciar, todas las hipótesis específicas resultan coherentes con lo encontrado a nivel de la hipótesis general, existiendo una relación estrecha entre ellas, con lo cual se demuestra la coherencia de los resultados.

## CONCLUSIONES

1. Se identificó la relación entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en pandemia por COVID-19, observándose que cuando no se aplican las estrategias de análisis lógico es mayor el cansancio laboral.
2. La revalorización positiva y el cansancio laboral de los profesionales de enfermería se encuentran relacionadas, quienes a la aplicación de estrategias de control en la revalorización positiva presentaron menos cansancio laboral
3. Se demuestra el vínculo entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral, donde a menor aplicación de búsqueda de orientación en el trabajo, fue mayor el cansancio laboral
4. Existe correspondencia inversa entre resolución de problemas y el cansancio laboral, observándose que, a menor aplicación de resolución de problemas, fue mayor el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería.
5. Existe relación inversa entre evitación cognitiva y el cansancio laboral, donde a menor control sobre la evitación cognitiva, fue mayor el cansancio laboral en enfermeros durante la pandemia por COVID-19.
6. Se concluye identificando la relación entre aceptación/resignación y el cansancio laboral, demostrando que a menor aplicación de estrategias para la aceptación/resignación, fue mayor el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.
7. Se identifica la relación inversa entre Búsqueda de gratificación y el cansancio laboral, demostrando que, a menor aplicación de estrategias para la búsqueda de gratificación, participando en otras actividades recreativas, fue mayor el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería.

8. Se concluye identificando la relación entre la descarga emocional y el cansancio laboral, demostrando que, a menor aplicación de estrategias para la descarga de emociones negativas con otras personas, fue mayor el cansancio laboral en pandemia por COVID-19 en los enfermeros evaluados.

**Conclusión general:**

Queda demostrada la relación inversa y significativa entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en pandemia por COVID-19 en profesionales de enfermería, donde a menor aplicación de estrategias de control fue mayor el cansancio laboral de los enfermeros del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.

## RECOMENDACIONES

- A la jefatura de enfermería del departamento de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2021, se sugiere implementar un programa de atención psicológica para tratar a los profesionales de enfermería, quienes se encuentran en continuo cansancio y cansancio laboral por la demanda de atención sanitaria, siendo mayor en la pandemia COVID-19, de esta manera se le enseñará a los enfermeros diferentes estrategias de control del cansancio laboral.
- Se sugiere la práctica continua de revalorización positiva de las acciones correctas que realizan los profesionales de enfermería, para ello se debe establecer un programa de reconocimiento e incentivo al enfermero.
- A los profesionales de enfermería, se les sugiere manifestar todas sus inquietudes y dificultades tanto emocionales como laborales a sus grupos familiares más cercanos a fin de encontrar un apoyo moral y espiritual y renovar así su compromiso con la atención en la salud de las personas.
- A la Dirección del hospital en mención, se debe establecer cursos para capacitación continua, de tal manera que el profesional de enfermería se encuentra capacitado y actualizado para hacer frente a situaciones de alta demanda laboral como en el caso de la pandemia COVID-19.
- A la jefatura de enfermería, debe propiciar actividades de mesa redonda o encuentros de enfermeros a fin de identificar las experiencias que han pasado los profesionales de enfermería y detectar las situaciones de mayor dificultad en la atención durante la pandemia, a fin de anticiparse a situaciones similares.
- El director del debe establecer situaciones de esparcimiento y recreación para los profesionales de enfermería, a fin de canalizar su nivel de cansancio y cansancio laboral en situaciones críticas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Calixto RP. OPS/OMS Perú -Cuidado y autocuidado de la salud mental en tiempos de COVID-19 | OPS/OMS [Internet]. Pan American Health Organization/World Health Organization. 2020 [citado 10 de noviembre del 2021]. Disponible en: [https://www.paho.org/per/index.php?option=com\\_content&view=article&id=4546:cuidado-y-autocuidado-de-la-salud-mental-en-tiempos-de-covid-19&Itemid=1062](https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=4546:cuidado-y-autocuidado-de-la-salud-mental-en-tiempos-de-covid-19&Itemid=1062)
2. Lazarus, R. S. (2000). Cansancio y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Bilbao, España, Editorial Desclée De Brouwer.
3. Asmundson, J., y Taylor, S. (2020). Coronafobia: miedo y el brote de 2019-nCoV. *J Anxiety Disord.*70, 102196
4. Talae N, Varahram M, Jamaati H, Salimi A, Attarchi M, Kazempour M, et al. Stress and burnout in health care workers during COVID-19 pandemic: validation of a questionnaire. *Journal of Public Health [Internet]* 2020 [citado 10 de noviembre del 2021]; 3(4):1-6. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7275852>
5. Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N, et al. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *Rev JAMA Netw Open [Internet]*. 2020. [citado 10 de noviembre del 2021]; 3(3). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7090843>
6. Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N, et al. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Netw Open [Internet]*. [citado 16 de noviembre del 2021]; 3(3). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7090843/>

7. COVID: el miedo a segunda ola agrava la «arrollada» salud mental enfermera. Redacción Médica. 2020 [Internet] [citado 10 de noviembre del 2021]; Disponible en: <https://www.redaccionmedica.com/secciones/enfermeria/covid-19-segunda-ola-salud-mental-enfermera-8769>
8. Cai H, Tu B, Ma J, Chen L, Fu L, Jiang Y, et al. Psychological Impact and Coping Strategies of Frontline Medical Staff in Hunan Between January and March 2020 During the Outbreak of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in Hubei, China. *Med Sci Monit.* 15 de abril de 2020;26:e924171-1-e924171-16
9. Babore A, Lombardi L, Viceconti ML, Pignataro S, Marino V, Crudele M, et al. Psychological effects of the COVID-2019 pandemic: Perceived stress and coping strategies among healthcare professionals. *Psychiatry Research.* 1 de noviembre de 2020;293:113366
10. Rondón MB. Salud mental: un problema de salud pública en el Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica.* octubre de 2006;23(4):237-8.
11. Virto C, et al. Cansancio ansiedad y depresión con estilos de control en enfermeras en contacto con covid-19 Cusco Perú. *Rev. RECIEN.* 2020;Vol. 9/Nº 3 [Internet] [citado 16 de noviembre del 2021]; Disponible en: <https://revista.cep.org.pe/index.php/RECIEN/article/view/44/49>
12. Camiloaga M, Camiloaga M, Ica 2020 “Cansancio y control en enfermeras del servicio de emergencia covid-19, hospital marino molina scippa de comas, lima-2020”, para licenciatura. [Internet] [citado 20 de noviembre del 2021]; Disponible en: <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/autonoma/688/1/Maria%20Estela%20Camiloaga%20Vargas.pdf>

13. Puentes M, “Cansancio percibido y estrategias de control durante la pandemia COVID-19 en el personal de enfermería de un sistema prehospitalario de emergencias de la ciudad de Rosario durante el primer trimestre del año 2021” Argentina. [Internet] [citado 25 de noviembre del 2021]; Disponible en: <http://rehip.unr.edu.ar/bitstream/handle/2133/22416/PTE2197-PuentesReyesMA-2020.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
14. Saltos D. Cansancio Laboral y Estrategias de Control en Médicos del Ministerio de Salud Pública pertenecientes al Distrito 09D05 del Guayas. [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad de Guayaquil, 2017. [Internet] [citado 26 de noviembre del 2021]; Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/25775>
15. Niño R. Cansancio percibido y estrategias de control en el equipo de enfermería: implicaciones para su formación. Revista de educación. [Internet] [citado 20 de noviembre del 2021]; Disponible en: <http://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/180.pdf>
16. Noris M, González J, Tello M, Serrano L, Vega E. Cansancio y estilos de control de las enfermeras de un hospital en Veracruz. Rev. Iberoamericana de las ciencias de la Salud. [Internet] [citado 18 de noviembre del 2021]; Disponible en: Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6152140>
17. Flores V, Maldonado L. Niveles de cansancio y estrategias de control en el personal de enfermería del Hospital Básico General Plaza [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad del Azuay, 2017 [Internet] [citado 28 de noviembre del 2021]; Disponible en: Disponible en: <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/7496>
18. Aranda N, y Bello L, Cansancio laboral y estrategias de control en enfermeras del área Covid-19, Hospital Regional de Huacho – 2021 tesis para Lic. en Enfermería,

Universidad Cesar Vallejo Lima [Internet] [citado 08 de diciembre del 2021];  
Disponible

en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/76480/Aranda\\_GNI-Bello\\_VLD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/76480/Aranda_GNI-Bello_VLD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

19. Abregú J. Estrategia de control al cansancio laboral en enfermeras(os) del servicio de medicina y especialidades Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión - 2019. Lima: Universidad Cesar Vallejo, 2019. [Internet] [citado 10 de noviembre del 2021]; Disponible en: Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/38301>
20. Huallpa L, Ortiz L. Cansancio laboral y estrategias de control en el profesional de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Hospital Honorio Delgado y Clínica San Juan de Dios, Arequipa – 2019 [Internet]. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. 2019. [Citado el 25 de diciembre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10970>
21. Palma M. Cansancio laboral y estrategias de control en enfermeras del centro quirúrgico. Hospital Víctor Lazarte Echegaray, Trujillo [Internet]. Universidad Nacional de Trujillo, 2018. [Citado el 10 de diciembre del 2021]. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/11193>.
22. Arellano C. Control al cansancio laboral en personal de enfermería de centro quirúrgico en una institución hospitalaria Lima. 2017 [Internet]. Universidad Mayor de San Marcos, 2018. [Citado el 15 diciembre del 2021]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/7602>
23. Mesa Castro, N. (2019). Influencia de la inteligencia emocional percibida en la ansiedad y el cansancio laboral de enfermería. *Ene*, 13(3), 13310. Epub 24 de febrero

de 2020. [Internet] [citado 10 de noviembre del 2021]; Disponible en:  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2019000300010&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2019000300010&lng=es&tlng=es)

24. Rodríguez, Ivana, Fonseca, Gabriel M, & Aramburú, Guillermo. (24). Cansancio Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *International journal of odontostomatology*, 14(4), 639-647. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-381X2020000400639>
25. Monterrosa-Castro A, Dávila-Ruiz R, Mejía-Mantilla A, Contreras-Saldarriaga J, Mercado-Lara M & Flores-Monterrosa C. (2020) Cansancio laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *Med UNAB.*; 23(2): 195-213. DOI: 10.29375/01237047.3890
26. Karasek R, Job demands, job decision latitude and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24,285-306.
27. Siegrist J. Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *J Occup Health Psycho*. 1(1):27-41. 2008.
28. Álvarez Díaz, E., & Zaldívar Pérez, D. La teoría de la conservación de los recursos y su relación con el síndrome de desgaste profesional. *Revista Cubana De Psicología*, 3(4). 2021. Recuperado a partir de <https://revistas.uh.cu/psicocuba/article/view/250>,
29. Freudenberger, H. J. (1980b). *Burnout: The high cost of high achievement*. Garden City, New York: Doubleday
30. Leiter, M. P. y Maslach, C. (1988): "The impact of interpersonal environment on burnout and organizational commitment", *Journal of Occupational Behavior*, vol. 9. pp. 297- 308

31. Sierra M. *Depersonalization: a new look at a neglected syndrome*. New York: Cambridge University Press; 2009
32. Sandin, B. & Chorot P. (1995). *El cansancio psicosocial. Conceptos y consecuencias clínicas*. Madrid, España: Editorial UNED - FUE.
33. Sierra Llamas, C. A.; Julio, J. C. (2010) Estrategias de control en pacientes con insuficiencia renal en fase dialítica. *Psicogente*, 13(23); 27- 41
34. Ávila-Quiñónez, A., Montaña, G., Jiménez-Arenas, D., & Burgos, J. (2014). Estilos y estrategias de control y rendimiento académico: una revisión empírica. *Enfoques*, 1(1). pp. 15 – 44
35. Montoya P. A. & Moreno S. Relación entre síndrome de burnout, estrategias de control y engagement desde el Caribe. 2012 [Internet] [citado 12 de noviembre del 2021]; Disponible en: 29(1): 205-227. Disponible en: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1940/3905>
36. Perdigón, A. G. C. & Strasser, G. (2015) El proceso de muerte y la enfermería: un enfoque relacional. Reflexiones teóricas en torno a la atención frente a la muerte. *Physis Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro*, 25 [2]: 485-500. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312015000200009>
37. Lazarus, R. & Folkman, S. *Cansancio y procesos cognitivos [ Stress and cognition processes]*. Barcelona: Martínez Roca. 1989.
38. Moos, R. & Billings, A. (1982). Conceptualization and measuring of resources and processes of facing. En L. Goldberger y S. Breznitz (Comps.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (pp. 212-230). NY: The Free Press.
39. Hernández Zamora, G.L., Olmedo Castejón, E. & Ibáñez Fernández, I. (2004). Estar quemado (burnout) y su relación con el control [ Be burnt (burnout) and it

relationship with the facing], *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 4(2), 323-336.

40. Riso W. *Terapia cognitiva. Fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Editorial Norma; 2006
41. Lim J, Bogossian F, Ahern K. Stress and coping in Australian nurses: a systematic review. *Int Nurs Rev*. [Internet]. 2010 [citado 10 de noviembre del 2021]; Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20487471/>
42. Nespereira-Campuzano, T., & Vázquez-Campo, M. Inteligencia emocional y manejo del cansancio en profesionales de Enfermería del Servicio de Urgencias hospitalarias. *Enfermería Clínica*. [Internet]. 2017 [citado 10 de noviembre del 2021]; Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-clinica-35-articulo-inteligencia-emocional-manejo-del-cansancio-S1130862117300244>
43. Molina M, Rodríguez N. Estrategias de control: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja [Internet] [citado 10 de noviembre del 2021]; Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4836523>
44. Organización Mundial de la Salud, "La organización laboral y el cansancio", disponible en [http://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1](http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1)
45. Mikulic, Isabel María, Crespi, Melina Claudia, Adaptación y validación del inventario de respuestas de control de moos (cri-a) para adultos. *Anuario de Investigaciones* [Internet]. 2008;XV( ):305-312. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369139944030>
46. Moos, R. (1994): *Life Stressors and Social Resources Inventory Psychological Assessment Resources*. Inc. Florida. USA.

47. Tamayo M, El proceso de la investigación científica, incluye evaluación y administración de proyectos de investigación. 4ta edición, df. Limusa Noriega editores. México. 2003.
48. Sánchez H, Reyes C, Metodología y diseños en la investigación científica. Lima. Business Support Aneth. 2017.
49. Bernal C, Metodología de la investigación. 2da edición Editorial Pearson Prentice Hall, México 2006.
50. Hernández R, Fernández C, Baptista P, Metodología de la investigación. México. McGrawHill. 2014.
51. Carrasco S, Metodología de la Investigación Científica. Aplicaciones en Educación y otras ciencias sociales. Lima. San Marcos. 2009
52. Supo J, Taxonomía de la investigación. El arte de clasificar aplicado a la investigación científica, 1ra. Edición, Perú. 2015.

# **ANEXOS**

## ANEXO N° 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

### TITULO: CANSANCIO LABORAL Y ESTRATEGIAS DE CONTROL EN PANDEMIA POR COVID-19 EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DE UN HOSPITAL DE HUANCAYO, 2022

FORMULACIÓN DE PROBLEMA	OBJETIVOS	FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS	TIPO, NIVEL Y DISEÑO	VARIABLES	METODOLOGÍA
<b>PROBLEMA GENERAL</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>HIPÓTESIS GENERAL</b>			
¿Cuál es la relación entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en tiempo de pandemia, en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022?	Determinar la relación entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en tiempo de pandemia, en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control y el cansancio laboral, en tiempo de pandemia, en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.	<b>Método:</b> Científico – deductivo, analítico. <b>Tipo:</b> Básica, transversal	<b>Variable 1:</b> Estrategias de control <b>Variable 2:</b> Cansancio laboral	<b>Población:</b> La población de referencia son 160 licenciados en enfermería <b>Muestra:</b> 114 enfermeros(as)
<b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</b>		<b>Variables intervinientes:</b>	<b>Técnicas e instrumentos:</b>
<p>1. ¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022?</p> <p>2. ¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022?</p> <p>3. ¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico</p>	<p>1. Identificar la relación entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>2. Identificar la relación entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>3. Identificar la relación entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico</p>	<p>1. Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión análisis lógico y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>2. Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión revalorización positiva y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital regional docente clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>3. Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión búsqueda de orientación y apoyo con el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico</p>	<p><b>Nivel:</b> Relacional <b>Diseño:</b> Correlacional <b>Enfoque:</b> Cuantitativo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Edad.</li> <li>- Servicio</li> <li>- Estado civil</li> <li>- Trabajo adicional</li> <li>- Nivel de estudios</li> <li>- Número de hijos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para valorar las estrategias de control, se utilizará una escala Likert con el instrumento denominado <i>“Escala de evaluación de estrategias de control al cansancio”</i></li> <li>- Para valorar el cansancio laboral, se utilizará una escala Likert con el instrumento denominado. <i>“Inventario Burnout de Maslach (MBI) para evaluar el cansancio laboral”</i></li> </ul>

<p>Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022?</p> <p>4. ¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022?</p> <p>5. ¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022?</p> <p>6. ¿Cuál es la relación entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022?</p>	<p>Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>4. Identificar la relación entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>5. Identificar la relación entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>6. Identificar la relación entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p>	<p>Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>4. Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión resolución de problemas y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>5. Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión evitación cognitiva y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p> <p>6. Existe relación directa y significativa entre las estrategias de control en su dimensión aceptación/resignación y el cansancio laboral en tiempo de pandemia en profesionales de enfermería del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión de Huancayo, 2022.</p>			
---	--	---	--	--	--

**ANEXO 2. MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

<b>VARIABLE</b>	<b>DEFINICIÓN CONCEPTUAL</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ITEMS</b>	<b>VARIABLE/ ESCALA DE MEDIDA</b>
ESTRATEGIAS DE CONTROL	Respuestas cognitivas o comportamentales para reducir o eliminar el cansancio o las condiciones estresantes.	Análisis lógico	Considera posibles soluciones de las situaciones estresantes	1, 9, 17	Variable cualitativa ordinal / Escala ordinal.  0 = nunca 1 = a veces 2 = De forma regular 3 = Casi siempre 4 = Siempre  Baremo: a. Control bajo: 0 a 64 puntos b. Control medio: 65 a 128 puntos c. Control alto: 129 a 192 puntos
			Se anticipa a las nuevas situaciones que demanden solución	25, 33, 41	
		Revalorización positiva	Revalorizo aspectos positivos del presente	2, 10, 18, 26	
			Revalorizo situaciones futuras	34, 42	
		Búsqueda de orientación y apoyo	Búsqueda de apoyo familiar y de amistades	3, 11, 19, 27	
			Búsqueda de información respecto a la situación problemática	35	
			Búsqueda de soporte espiritual	43	
		Resolución de problemas	Planificación de la solución de la situación problemática	4, 12, 20	
			Actuación en base a la experiencia	28, 36, 44	
		Evitación cognitiva	Llevar al olvido las situaciones estresantes	5, 13, 21, 29, 37, 45	
		Aceptación/resignación	Actitud de desesperanza y desánimo	6, 14, 22	
			Actitud de resignación	30, 38, 46	
		Búsqueda de gratificación	Práctica la amistad y apoyo a compañeros	7, 23	
			Practica otras actividades recreativas	15, 31, 39, 47	
		Descarga emocional	Intentos conductuales de reducir la tensión expresando sentimientos negativos	8, 16, 24, 32, 40, 48	

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	VARIABLE/E ESCALA DE MEDIDA
CANSANCIO LABORAL	Es la sensación permanente de agotamiento emocional, físico y mental, acompañado de actitudes y sentimientos negativos hacia el rol profesional y las personas con las que se trabaja.	Agotamiento emocional	Sensación de agotamiento	1, 2, 3, 6, 8	Variable cualitativa ordinal / Escala ordinal.  0 = Nunca 1 = Alguna vez al año o menos 2 = Una vez al mes o menos 3 = Algunas veces al mes 4 = Una vez a la semana  Baremo: • 1= Nivel bajo de cansancio laboral: 0 – 29 puntos • 2= Nivel medio de cansancio laboral: 30 – 59 puntos
			Sensación de frustración laboral	13, 14, 16, 20	
		Despersonalización	Sensación de que ya no se está actuando como una persona normal	5, 15, 22	
			Sensación de que el trabajo lo ha endurecido emocionalmente	10, 11	
		Baja realización personal	Sensación de que se está alcanzando los propósitos de la vida planteados.	4, 7	
			Sensación de influencia positiva hacia los pacientes y alta energía laboral	9, 12, 17, 18, 19, 21	

					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3= Nivel alto de cansancio laboral: 60 – 89 puntos</li> </ul>
--	--	--	--	--	--

### ANEXO N° 3: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE INSTRUMENTOS

VARIABLE	DIMENSIONES	ITEMS
ESTRATEGIAS DE CONTROL	Análisis lógico	1 pienso en diferentes formas de solucionar una situación de cansancio 9 trato de salir de la situación, como para verla desde afuera y ser más objetivo. 17 me imagino, una y otra vez, que decir o hacer. 25 trato de proveer o de anticiparme a como resultaría todo 33 trato de encontrarle alguna explicación o significado a esa situación 41 trato de proveer o anticiparme a los nuevos pedidos que se harán durante el trabajo
	Revalorización positiva	2 me digo cosas a mí mismo para sentirme mejor 10 me digo a mí mismo que las cosas podían ser peores 18 trato de ver el lado positivo de la situación 26 pienso cuanto mejor estaba comparándome con otras personas con el mismo problema 34 trato de decirme a mí mismo que las cosas mejorarán 42 pienso como podrían estas situaciones cambiar mi vida en un sentido positivo
	Búsqueda de orientación y apoyo	3 hable con mi esposo u otro familiar sobre estas situaciones de cansancio 11 hable con algún amigo sobre estas situaciones 19 hable con algún profesional (psicólogo, médico, etc.) 27 busco ayuda de personas o colegas que experimentaron las mismas cosas 35 trato de averiguar más sobre esta situación 43 rezo pidiendo ayuda o fuerza.

Resolución de problemas	<p>4 para enfrentar estas situaciones hago un plan de acción y logro cumplirlo</p> <p>12 me esfuerzo tratando de hacer algo para que las cosas funcionaran</p> <p>20 decido lo que quiero hacer y trato firmemente de conseguirlo</p> <p>28 trato de resolver estas situaciones de cansancio, al menos en dos formas diferentes</p> <p>36 trato de aprender cómo hacer más cosas por mí mismo</p> <p>44 trato de enfrentar estas situaciones de cansancio con calma</p>
Evitación cognitiva	<p>5 trato de olvidar estas situaciones de cansancio</p> <p>13 trato de evitar pensar en dicha situación de cansancio</p> <p>21 me imagino o sueño un tiempo o un lugar mejor del que vivo</p> <p>29 evito pensar en la situación, aun sabiendo que en algún momento debería pensar en él</p> <p>37 deseo que esas situaciones hubieran desaparecido o pasado</p> <p>45 trato de negar lo serio que eran en realidad estas situaciones</p>
Aceptación/resignación	<p>6 siento que, con el paso del tiempo, mejorarán las cosas y que esperar era lo único que podía hacer</p> <p>14 me di cuenta de que no tenía control sobre estas situaciones</p> <p>22 pienso que el destino se ocupará de todo</p> <p>30 acepto las situaciones de cansancio, porque pienso que nada se podía hacer</p> <p>38 espero que suceda lo peor</p> <p>46 perdí la esperanza de que alguna vez las cosas vuelvan a ser como eran antes</p>
Búsqueda de gratificación	<p>7 trato de ayudar a otros de enfrentar situaciones similares</p> <p>15 se dedicó a nuevas actividades como nuevos trabajos o distracciones</p> <p>23 trato de hacer nuevos amigos</p> <p>31 Leo, viro TV, o realizo alguna otra actividad como forma de distracción</p> <p>39 le dedico más tiempo a actividades recreativas</p> <p>47 regreso al trabajo o a otras actividades que me ayudan a enfrentar estas situaciones</p>
Descarga emocional	<p>8 me descargo con otras personas cuando me siento enojado, deprimido o triste</p>

		<p>16 hice algo arriesgado tratando de tener una nueva oportunidad</p> <p>24 me mantengo alejado de otros colegas</p> <p>32 grito como forma de desahogo</p> <p>40 lloro y descargo mis sentimientos</p> <p>48 intento hacer algo, a pesar de que creía que no iba a funcionar</p>
--	--	--

<b>VARIABLE</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>ITEMS</b>
CANSANCIO LABORAL	Agotamiento emocional	<p>Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.</p> <p>Al final de la jornada me siento agotado.</p> <p>Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo.</p> <p>Trabajar con pacientes todos los días es una tensión para mí</p> <p>Me siento “quemado” por el trabajo</p> <p>Me siento frustrado por mi trabajo.</p> <p>Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.</p> <p>Trabajar en contacto directo con los pacientes me produce bastante cansancio.</p> <p>En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades</p>
	Despersonalización	<p>Creo que trato a algunos pacientes como si fueran objetos.</p> <p>Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de los pacientes a los que tengo que atender</p> <p>Siento que los pacientes me culpan de algunos de sus problemas</p> <p>Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo.</p> <p>Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.</p>
	Baja realización personal	<p>Puedo entender con facilidad lo que piensan mis pacientes</p> <p>Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis pacientes</p> <p>Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.</p> <p>Me encuentro con mucha vitalidad.</p>

		<p>Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada a mis pacientes Me encuentro animado después de trabajar junto con los pacientes. He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo. Siento que sé tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo</p>
--	--	--

## ANEXO N° 4 (A)

### INSTRUMENTO DE INVESTIGACION Y CONSTANCIA DE SU APLICACION



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



#### CUESTIONARIO

#### “ESCALA DE EVALUACIÓN DE ESTRATEGIAS DE CONTROL AL CANSANCIO”

#### PRESENTACIÓN:

Estimado enfermero(a), este instrumento tiene como propósito la identificación de las estrategias de control frente al cansancio laboral, principalmente en tiempos de pandemia por la enfermedad de la COVID – 19. Con el cumplimiento de las normas éticas, este documento es completamente anónimo, se garantiza la confidencialidad de las respuestas consignadas, por lo que se le insta a responder con total veracidad. Se le agradece anticipadamente por su colaboración.

#### INSTRUCCIONES:

Cada pregunta tiene las mismas alternativas de respuestas. Ud. debe elegir un sola para cada ítem, y colocar un aspa en dicho casillero.

Edad: .....

Sexo: .....

Tiempo que labora en el hospital: .....

Condición laboral: .....

Grado académico: .....

#### a) ANALISIS LÓGICO

N°	ENUNCIADOS	Nunca	A veces	De forma regular	Casi siempre	Siempre
1	Pienso en diferentes formas de solucionar una situación de cansancio					
9	Trato de salir de la situación, como para verla desde afuera y ser más objetivo.					
17	Me imagino, una y otra vez, que decir o hacer.					
25	Trato de proveer o de anticiparme a como resultaría todo					

33	Trato de encontrarle alguna explicación o significado a esa situación					
41	Trato de proveer o anticiparme a los nuevos pedidos que se harán durante el trabajo					

**b) REVALORIZACIÓN POSITIVA**

N°	ENUNCIADOS	Nunca	A veces	De forma regular	Casi siempre	Siempre
2	Me digo cosas a mí mismo para sentirme mejor					
10	Me digo a mí mismo que las cosas podían ser peores					
18	Trato de ver el lado positivo de la situación					
26	Pienso cuanto mejor estaba comparándome con otras personas con el mismo problema					
34	Trato de decirme a mí mismo que las cosas mejorarán					
42	Pienso como podrían estas situaciones cambiar mi vida en un sentido positivo					

**c) BÚSQUEDA DE ORIENTACIÓN Y APOYO**

N°	ENUNCIADOS	Nunca	A veces	De forma regular	Casi siempre	Siempre
3	Hable con mi esposo u otro familiar sobre estas situaciones cansancio antes					
11	Hable con algún amigo sobre estas situaciones					
19	Hable con algún profesional (psicólogo, médico, etc.)					
27	Busco ayuda de personas o colegas que experimentaron las mismas cosas					
35	Trato de averiguar más sobre esta situación					
43	Rezo pidiendo ayuda o fuerza					

**d) RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS**

Nº	ENUNCIADOS	Nunca	A veces	De forma regular	Casi siempre	Siempre
4	Para enfrentar estas situaciones hago un plan de acción y logro cumplirlo					
12	Me esfuerzo tratando de hacer algo para que las cosas funcionaran					
20	Decido lo que quiero hacer y trato firmemente de conseguirlo					
28	Trato de resolver estas situaciones de cansancio, al menos en dos formas diferentes					
36	Trato de aprender cómo hacer más cosas por mí mismo					
44	Trato de enfrentar estas situaciones con calma					

**e) EVITACIÓN COGNITIVA**

Nº	ENUNCIADOS	Nunca	A veces	De forma regular	Casi siempre	Siempre
5	Trato de olvidar estas situaciones					
13	Trato de evitar pensar en dicha situación de cansancio					
21	Me imagino o sueño un tiempo o un lugar mejor del que vivo					
29	Evito pensar en la situación, aun sabiendo que en algún momento debería pensar en él					
37	Deseo que esas situaciones hubieran desaparecido o pasado					
45	Trato de negar lo serio que eran en realidad estas situaciones					

**f) ACEPTACIÓN/RESIGNACIÓN**

N°	ENUNCIADOS	Nunca	A veces	De forma regular	Casi siempre	Siempre
6	Siento que, con el paso del tiempo, mejorarán las cosas y que esperar era lo único que podía hacer					
14	Me di cuenta de que no tenía control sobre estas situaciones					
22	Pienso que el destino se ocupará de todo					
30	Acepto las situaciones presentes, porque pienso que nada se podía hacer					
38	Espero que suceda lo peor					
46	Perdí la esperanza de que alguna vez las cosas vuelvan a ser como eran antes					

**g) BÚSQUEDA DE GRATIFICACIONES**

N°	ENUNCIADOS	Nunca	A veces	De forma regular	Casi siempre	Siempre
7	Trato de ayudar a otros de enfrentar situaciones similares					
15	Se dedicó a nuevas actividades como nuevos trabajos o distracciones					
23	Trato de hacer nuevos amigos					
31	Leo, viro TV, o realizo alguna otra actividad como forma de distracción					
39	Le dedico más tiempo a actividades recreativas					
47	Regreso al trabajo o a otras actividades que me ayudan a enfrentar estas situaciones					

**h) DESCARGA EMOCIONAL**

N°	ENUNCIADOS	Nunca	A veces	De forma regular	Casi siempre	Siempre
8	Me descargo con otras personas cuando me siento enojado, deprimido o triste					
16	Hice algo arriesgado tratando de tener una nueva oportunidad					
24	Me mantengo alejado de otros colegas					
32	Grito como forma de desahogo					
40	Lloro y descargo mis sentimientos					
48	Intento hacer algo, a pesar de que creía que no iba a funcionar					

## ANEXO N° 4 (B)

### Cuestionario

#### “Inventario para evaluar el cansancio laboral”

**Presentación:** Estimado enfermero(a), este instrumento tiene como propósito la identificación del nivel de cansancio laboral, para así poder establecer estrategias que busquen disminuir o eliminar el cansancio generado por las condiciones laborales. Este documento es completamente anónimo, se garantiza la confidencialidad de las respuestas consignadas, por lo que se le insta a responder con total veracidad. Se le agradece anticipadamente por su colaboración.

**Instrucciones:** Al momento de leer cada enunciado Ud. debe marcar con un aspa la respuesta deseada, según la respuesta de la equivalencia que se presenta a continuación:

Equivalencias de las alternativas de respuesta

0 = Nunca

1 = Alguna vez al año o menos

2 = Una vez al mes o menos

3 = Algunas veces al mes

4 = Una vez a la semana

5 = Varias veces a la semana

6 = Diariamente

N°	ENUNCIADOS	0	1	2	3	4	5	6
1	Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.							
2	Al final de la jornada me siento agotado.							
3	Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo.							
4	Puedo entender con facilidad lo que piensan mis pacientes.							
5	Creo que trato a algunos pacientes como si fueran objetos.							
6	Trabajar con pacientes todos los días es una tensión para mí.							
7	Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis pacientes.							
8	Me siento “quemado” por el trabajo.							
9	Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.							
10	Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo.							

11	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.								
12	Me encuentro con mucha vitalidad.								
13	Me siento frustrado por mi trabajo.								
14	Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.								
15	Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de los pacientes a los que tengo que atender								
16	Trabajar en contacto directo con los pacientes me produce bastante cansancio.								
17	Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada a mis pacientes								
18	Me encuentro animado después de trabajar junto con los pacientes.								
19	He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo.								
20	En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades.								
21	Siento que sé tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo								
22	Siento que los pacientes me culpan de algunos de sus problemas								

**Quedamos muy agradecidas por su colaboración.**

ANEXO N° 5:

CONFIABILIDAD Y VALIDEZ DEL INSTRUMENTO



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACION POR CRITERIO DE JUECES**  
**ESCALA DE EVALUACION DE ESTRATEGIAS DE CONTROL AL CANSANCIO LABORAL**

**1. DATOS GENERALES:**

1.1. Apellidos y Nombres del Juez : Rey Sanchez Isabel Pichon  
 1.2. Grado Académico / mención : Gr. Enfermería  
 1.3. DNI / Teléfono y/o celular : 910001015  
 1.4. Cargo e institución donde labora : Ma. del. Delo de enfermería  
 1.5. Nombre del instrumento : Escala de Evaluación de Estrategias de Atención al Cansancio Laboral  
 1.6. Lugar y fecha : Lima Perú, 28/10/2021

**2. ASPECTOS DE LA EVALUACION:**

N°	INDICADORES	CRITERIOS	DEFICI ENTE	BAJA	REGU-LAR	BUENA	MUY BUENA
			1	2	3	4	5
01	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje comprensible.				X	
02	OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.				X	
03	ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología.					X
04	ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada				X	
05	SUFICIENCIA	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.					X
06	PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.					X
07	CONSISTENCIA	Pretende conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.				X	
08	COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.					X
09	METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.					X
10	APLICACION	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.				X	
<b>CONTEO TOTAL DE MARCAS</b> (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)			<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>
			0	0	0	5	5

**CALIFICACION GLOBAL:** Coeficiente de validez =  $\frac{1XA+2XB+3XC+4XD+5XE}{50} = 1$

**3. OPINION DE APLICABILIDAD:** (Ubique el coeficiente de validez obteniendo en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado)

CATEGORIA	INTERVALO
No válido, reformar	[0,20 - 0,40]
No válido, modificar	≥0,41 - 0,60]
Válido, mejorar	≥0,61 - 0,80]
Válido, aplicar	≥0,81 - 1,00]

**4. RECOMENDACIONES:**

.....  
 DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD  
 HOSPITAL REGIONAL DOCENTE CLÍNICO  
 QUIRÚRGICO DONALD MCCARRON - HYD.  
 .....  
Lic. Isabel Pichon Rey Sánchez  
 JEFE DEL DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA  
 FIRMA DE JUEZ  
 CEP: 14514



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACION POR CRITERIO DE JUECES**

**CUESTIONARIO PARA EVALUAR EL CANSANCIO LABORAL**

**1. DATOS GENERALES:**

- 1.1. Apellidos y Nombres del Juez : *Alvarez Macha Karen Ste'fani*  
 1.2. Grado Académico / mención : *Lic. Enfermería (Especialista de la Esp. de Salud Pública)*  
 1.3. DNI / Teléfono y/o celular : *42764444 / 984352943*  
 1.4. Cargo e institución donde labora : *Profesora Asistente de Epidemiología H.P.C.C. OOC*  
 1.5. Nombre del instrumento : *Escala de "Burnout" de Maslach (HBI) para evaluar Estrés*  
 1.6. Lugar y fecha : *Moquechupe 10-09-2011*

**2. ASPECTOS DE LA EVALUACION:**

Nº	INDICADORES	CRITERIOS	BUENO	BASTANTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
			1	2	3	4	5
01	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje comprensible.				<input checked="" type="checkbox"/>	
02	OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.					<input checked="" type="checkbox"/>
03	ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología.			<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>
04	ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada				<input checked="" type="checkbox"/>	
05	SUFICIENCIA	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.					<input checked="" type="checkbox"/>
06	PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos plantados.					<input checked="" type="checkbox"/>
07	CONSISTENCIA	Pretende conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.				<input checked="" type="checkbox"/>	
08	COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.				<input checked="" type="checkbox"/>	
09	METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.				<input checked="" type="checkbox"/>	
10	APLICACION	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.					<input checked="" type="checkbox"/>
<b>CONTEO TOTAL DE MARCAS</b> (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)			0	0	0	5	5

**CALIFICACION GLOBAL:** Coeficiente de validez =  $\frac{11A+31B+31C+4D+5E}{50} = 1$

- 3. OPINION DE APLICABILIDAD:** (Ubique el coeficiente de validez obteniendo en el intervalo respó y marque con un aspa en el círculo asociado)

CATEGORIA	OPINION	INTERVALO
No válido, reformar	<input type="checkbox"/>	[0,20 - 0,40]
No válido, modificar	<input type="checkbox"/>	≥0,41 - 0,60]
Válido, mejorar	<input type="checkbox"/>	≥0,61 - 0,80]
Válido, aplicar	<input checked="" type="checkbox"/>	≥0,81 - 1,00]

**4. RECOMENDACIONES:**

.....

COMANDO REGIONAL DE JUNIN  
HOSPITAL REGIONAL "GARCILASO DE LA VEGA"  
QUIRURGICO "DANIEL A. MARRON" HUANCAYO

*[Firma]*  
Lic. Ent. *[Nombre]* Mucha  
JEFE DE OFICINA DE EPIDEMIOLOGIA  
Y SALUD AMBIENTAL



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACION POR CRITERIO DE JUECES  
CUESTIONARIO PARA EVALUAR EL CANSANCIO LABORAL**

**1. DATOS GENERALES:**

- 1.1. Apellidos y Nombres del Juez : Arroyo Medina José Luis  
 1.2. Grado Académico / mención : UC ENFERMERIA  
 1.3. DNI / Teléfono y/o célula : 982892 / 981524121  
 1.4. Cargo e Institución donde labora : Jefe del Área de Estudios de Enfermería, Análisis e Investigación  
 1.5. Nombre del instrumento :  
 1.6. Lugar y fecha : HUANUCAYO - 05/10/2024

**2. ASPECTOS DE LA EVALUACION:**

N°	INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
			1	2	3	4	5
01	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje comprensible.				X	
02	OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.				X	
03	ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología.			X		
04	ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada					X
05	SUFICIENCIA	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.					X
06	PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.				X	
07	CONSISTENCIA	Pretende conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.				X	
08	COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.				X	
09	METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.					X
10	APLICACION	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.				X	
<b>CONTEO TOTAL DE MARCAS</b> (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)			<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>
			0	0	1	6	3

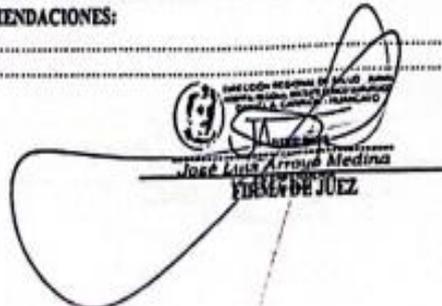
**CALIFICACION GLOBAL:** Coeficiente de validez =  $\frac{1xA+2xB+3XC+4XD+5XE}{10}$

3. **OPINION DE APLICABILIDAD:** (Ubique el coeficiente de validez obteniendo en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado)

CATEGORIA	INTERVALO	
No válido, reformar	0	[0,20 - 0,40]
No válido, modificar	○	≥0,41 - 0,60]
Válido, mejorar	○	≥0,61 - 0,80]
Válido, aplicar	⊙	≥0,81 - 1,00]

4. **RECOMENDACIONES:**

.....  
 .....

  
 José Luis Arroyo Medina  
**FIGURA DE JUEZ**



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACION POR CRITERIO DE JUECES  
ESCALA DE EVALUACION DE ESTRATEGIAS DE CONTROL AL CANSANCIO LABORAL**

**1. DATOS GENERALES:**

1.1. Apellidos y Nombres del Juez : Rey Sanchez Isabel Pichas  
 1.2. Grado Académico / mención : Lic. Enfermería  
 1.3. DNI / Teléfono y/o célula : 911000000  
 1.4. Cargo e Institución donde labora : Jefa del Depto. de enfermería  
 1.5. Nombre del instrumento : Escala de evaluación de Estrategias de Control al cansancio laboral  
 1.6. Lugar y fecha : Huancayo, 28/10/2021

**2. ASPECTOS DE LA EVALUACION:**

Nº	INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIT	BAJA	REGU-	BUENA	MUY
			ENTE	2	LAR	4	BUENA
			1	2	3	4	5
01	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje comprensible.				X	
02	OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.				X	
03	ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología.					X
04	ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada				X	
05	SUFICIENCIA	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.					X
06	PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.					X
07	CONSISTENCIA	Pretende conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.				X	
08	COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.					X
09	METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.					X
10	APLICACION	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.				X	
<b>CONTEO TOTAL DE MARCAS</b> (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)			<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>
			0	0	0	5	5

**CALIFICACION GLOBAL:** Coeficiente de validez =  $\frac{1XA+2XB+3XC+4XD+5XE}{50} = 1$

**3. OPINION DE APLICABILIDAD:** (Ubique el coeficiente de validez obteniendo en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado)

CATEGORIA		INTERVALO
No válido, reformar	<input type="radio"/>	[0,20 – 0,40]
No válido, modificar	<input type="radio"/>	≥0,41 – 0,60]
Válido, mejorar	<input type="radio"/>	≥0,61 – 0,80]
Válido, aplicar	<input checked="" type="radio"/>	≥0,81 – 1,00]

**4. RECOMENDACIONES:**

.....  
 DIRECCION REGIONAL DE SALUD.....  
 HOSPITAL REGIONAL DOCENTE CLINICO  
 QUIRURGICO DANIEL CARRION - HYD.

Rey Sanchez Isabel Pichas  
 Lic. Isabel Pichas Rey Sánchez  
 JEFE DEL DEPTO. DE ENFERMERIA  
 CEP: 14514



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACION POR CRITERIO DE JUECES  
ESCALA DE EVALUACION DE ESTRATEGIAS DE CONTROL AL CANSANCIO LABORAL**

**1. DATOS GENERALES:**

- 1.1. Apellidos y Nombres del Juez : *Blago Hacha Karen Stefani*
- 1.2. Grado Académico / mención : *A.C. Enfermería Especialista de la Esp. de Salud Pública*
- 1.3. DNI / Teléfono y/o celular : *972622681 / 92352949*
- 1.4. Cargo e Institución donde labora : *Asesora de Salud de Epidemiología - H.P.C.A. DAC*
- 1.5. Nombre del instrumento : *Instrumento: Búsqueda de Hacia el (HGE) para evaluar Estr*
- 1.6. Lugar y fecha : *Perú - 10-09-2021*

**2. ASPECTOS DE LA EVALUACION:**

N°	INDICADORES	CRITERIOS	BUENO	BASTANTE	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
			1	2	3	4	5
01	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje comprensible.				<input checked="" type="checkbox"/>	
02	OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.					<input checked="" type="checkbox"/>
03	ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología.			<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>
04	ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada				<input checked="" type="checkbox"/>	
05	SUFICIENCIA	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.				<input checked="" type="checkbox"/>	
06	PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.					<input checked="" type="checkbox"/>
07	CONSISTENCIA	Prende conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.				<input checked="" type="checkbox"/>	
08	COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.				<input checked="" type="checkbox"/>	
09	METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.					<input checked="" type="checkbox"/>
10	APLICACION	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.				<input checked="" type="checkbox"/>	
<b>CONTEO TOTAL DE MARCAS</b> (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)			<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>
			0	0	0	6	4

**CALIFICACION GLOBAL:** Coeficiente de validez =  $\frac{1xA+2xB+3XC+4XD+5XE}{50} = 1$

- 3. OPINION DE APLICABILIDAD:** (Ubique el coeficiente de validez obteniendo en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado)

CATEGORIA	OPINION	INTERVALO
No válido, reformar	<input type="radio"/>	[0,20 - 0,40]
No válido, modificar	<input type="radio"/>	≥0,41 - 0,60]
Válido, mejorar	<input type="radio"/>	≥0,61 - 0,80]
Válido, aplicar	<input checked="" type="radio"/>	≥0,81 - 1,00]

**4. RECOMENDACIONES:**

.....

EQUIPO DE INVESTIGACIÓN DEL JUEZ  
 HOSPITAL DE ESPECIALIDADES QUIRÚRGICAS  
 QUIRÚRGICO "SANTO A. ARRIBAS" - HUANCAYO  
  
 Lic. Enil. Estuardo B. Blago Hacha  
 JEFE DE OFICINA DE EPIDEMIOLOGÍA  
 Y SALUD AMBIENTAL



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACION POR CRITERIO DE JUECES  
ESCALA DE EVALUACION DE ESTRATEGIAS DE CONTROL AL CANSANCIO LABORAL**

**1. DATOS GENERALES:**

- 1.1. Apellidos y Nombres del Juez : Arcevo Medina José Luis
- 1.2. Grado Académico / mención : LC. ENFERMERIA
- 1.3. DNI / Teléfono y/o eñula : 4448924 / 987524123
- 1.4. Cargo e Institución donde labora : Jefe del Área de Estadística Biomédica, Epidemiología e Infecciones
- 1.5. Nombre del instrumento : .....
- 1.6. Lugar y fecha : HUANUCO - 05/10/2024

**2. ASPECTOS DE LA EVALUACION:**

Nº	INDICADORES	CRITERIOS	BUENO	BASTA	REGULAR	BUENA	MEY BUENA
			1	2	3	4	5
01	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje comprensible.				X	
02	OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.					X
03	ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología.				X	
04	ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada					X
05	SUFICIENCIA	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.				X	
06	PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.				X	
07	CONSISTENCIA	Pretende conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.			X		
08	COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.					X
09	METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.			X		
10	APLICACION	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.				X	
<b>CONTEO TOTAL DE MARCAS</b> (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)			<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>
			0	0	2	3	3

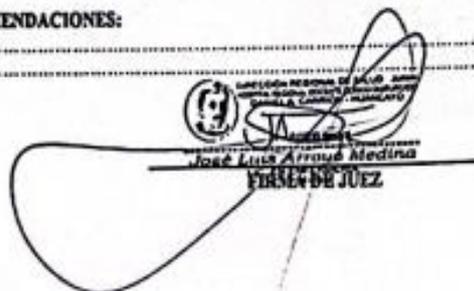
**CALIFICACION GLOBAL:** Coeficiente de validez =  $\frac{1xA+2xB+3XC+4XD+5XE}{50} = 1$

- 3. OPINION DE APLICABILIDAD:** (Ubique el coeficiente de validez obteniendo en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado)

CATEGORIA	INTERVALO
No válido, reformar	[0,20 - 0,40]
No válido, modificar	≥0,41 - 0,60]
Válido, mejorar	≥0,61 - 0,80]
Válido, aplicar	≥0,81 - 1,00]

**4. RECOMENDACIONES:**

.....

  
 José Luis Arcevo Medina  
**FIRMA DE JUEZ**

ANEXO N° 6

**CONFIABILIDAD GENERAL DEL INSTRUMENTO**

**Para el Alpha de Cronbach**

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

**Donde:**  $\alpha$  : Coeficiente

Alpha.

$S_i^2$  : Varianza de cada ítem.

$S_t^2$  : Varianza total de la fila.

**K** : El número de preguntas o ítems.

$\Sigma$  : Sumatoria

**CONFIABILIDAD GENERAL:**

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.882	.886	37

## Evaluación de la confiabilidad por dimensiones

### Correlación entre escalas globales

Escalas	AP	E	CON	COG	ACON	ACOG	ECON
Aproximación <b>AP</b>							
Evitación <b>E</b>	.379**						
Conductual <b>CON</b>	.812**	.643**					
Cognitivo <b>COG</b>	.639**	.776**	.497**				
Aproximación conductual <b>ACON</b>				.497**			
Aproximación cognitiva <b>ACOG</b>							
Evitación conductual <b>ECON</b>					.386**		
Evitación cognitiva <b>ECOG</b>						.054**	.405**

### Correlación entre escalas específicas

Escalas	AL	RP	BG	SP	EVCOG	A/R	R/A
Análisis lógico <b>AL</b>							
Revaloración positiva <b>RP</b>	.394**						
Búsqueda de guía <b>BG</b>	.279**	.303**					
Solución del problema <b>SP</b>	.375**	.380**	.351**				
Evasión cognitiva <b>EVCOG</b>	.214**	.248**	.096**	.115**			
Aceptación resignación <b>A/R</b>	.109**	.116**	.064**	-.096**	.324**		
Refuerzos alternativos <b>RA</b>	.197**	.340**	.299**	.358**	.283**	.158**	
Descarga emocional <b>DE</b>	.265**	.199**	.239**	.086**	.271**	.315**	.235**

\*\* La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

\* La correlación es significativa al nivel 0.05 (bilateral).

### Coefficientes alfa de Cronbach de las escalas del CRI-Y

Escalas	Número de ítems	Alfa
<b>Escala Total</b>	48	.80
<b>Escalas globales</b>		
Aproximación	24	.75
Evitación	24	.70
Cognitiva	24	.66
Conductual	24	.73
<b>Escalas Combinadas</b>		
Aproximación cognitiva	12	.60
Aproximación Conductual	12	.68
Evitación cognitiva	12	.59
Evitación conductual	12	.60
<b>Escalas específicas</b>		
Análisis lógico	6	.35
Revaloración positiva	6	.41
Búsqueda de ayuda	6	.55
Solución del problema	6	.62
Evasión cognitiva	6	.50
Refuerzo alternativo	6	.53
Resignación/ aceptación	6	.46
Descarga emocional	6	.54

## ANEXO 7

### CONSENTIMIENTO INFORMADO



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

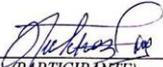
Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "**CANSANCIO LABORAL Y ESTRATEGIAS DE CONTROL EN PANDEMIA POR COVID-19 EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DE UN HOSPITAL DE HUANCAYO, 2022**", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: "....." - Rios Quispe Pamela Katerine  
- Galarza Espinoza, Tatiana Jimena

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Huancayo, .....06..... de Julio 2022.



  
(PARTICIPANTE)  
Apellidos y nombres: Vilchez Orquin Dayaira  
N° DNI: .....44219236.....

**1. Responsable de investigación**

Apellidos y nombres: Rios Quispe Pamela K  
D.N.I. N° .....45458115.....  
N° de teléfono/celular: 901734156  
Email: pamhy29@gmail.com  
Firma: 

**2. Responsable de investigación**

Apellidos y nombres: ESPINOZA GALARZA TATIANA  
D.N.I. N° .....74542967.....  
N° de teléfono/celular: 964871187  
Email: tati\_jimena@hotmail.com  
Firma: 

**3. Asesor(a) de investigación**

Apellidos y nombres: Guilca Espinoza Betty  
D.N.I. N° .....20022579.....  
N° de teléfono/celular: 999197064  
Email: d.guilca@upla.edu.pe  
Firma: 

## ANEXO 8

### DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

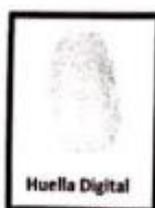


**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

#### DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo Tatiana Linares Espinoza Galarza....., identificado (a) con DNI N° 72542967..... egresado la escuela profesional de Enfermería, vengo implementando el proyecto de investigación titulado "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y SÍNDROME DE BURNOUT EN TIEMPO DE PANDEMIA EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA, HUANCAYO, 2021", en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, ..... 04 ..... de febrero 2022.



Apellidos y nombres Espinoza Galarza Tatiana

Responsable de investigación



**DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD**

Yo Rios Quispe Pamela Katerine....., identificado (a) con DNI N° 45458119..... estudiante/docente/egresado la escuela profesional de Enfermería, vengo implementando el proyecto de investigación titulado “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y SÍNDROME DE BURNOUT EN TIEMPO DE PANDEMIA EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA, HUANCAYO, 2021”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, ..... 03 ..... de febrero ..... 2022.



Martín  
Apellidos y nombres: Rios Quispe Pamela K.  
Responsable de investigación

## ANEXO 09

### DATA DE PROCESAMIENTO DE DATOS

	control1	control2	control3	control4	control5	control6	dimension1	control7	control8	control9	control10	control11	control12	dimension2	control13	control14	control15	control16	control17	control18	dimens
1	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control bajo	Casi siempre	A veces	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	Control medio	Casi siempre	Siempre	Nunca	Casi siempre	A veces	Nunca	Con
2	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control medio	Casi siempre	Casi siempre	Nunca	De forma r...	A veces	Nunca	Con
3	A veces	A veces	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	Control medio	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Control medio	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Con
4	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	Casi siempre	De forma r...	A veces	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	De forma r...	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	A veces	Con
5	De forma r...	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	A veces	A veces	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	Control bajo	A veces	A veces	A veces	A veces	De forma r...	Nunca	Con
6	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control bajo	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	A veces	Con
7	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	Siempre	Control medio	Nunca	A veces	Siempre	Nunca	Siempre	Casi siempre	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	Nunca	Siempre	Siempre	Contro
8	Siempre	Casi siempre	Siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	Siempre	A veces	Siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre	Control medio	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Con
9	Casi siempre	Siempre	A veces	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	Casi siempre	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre	Control medio	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Con
10	Casi siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	Control alto	De forma r...	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	Cor					
11	Siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control alto	Siempre	Nunca	Casi siempre	De forma r...	A veces	A veces	Control alto	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Contro
12	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	Nunca	De forma r...	Nunca	De forma r...	De forma r...	Control alto	A veces	A veces	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Contro
13	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control alto	Casi siempre	A veces	Casi siempre	A veces	De forma r...	De forma r...	Control medio	Casi siempre	A veces	Nunca	A veces	De forma r...	Siempre	Contro
14	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Control medio	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	A veces	Nunca	Casi siempre	Siempre	A veces	Contro
15	De forma r...	Control medio	Casi siempre	A veces	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	Control medio	Siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	De forma r...	Siempre	Contro					
16	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	De forma r...	Control medio	Casi siempre	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	Con
17	De forma r...	De forma r...	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control alto	De forma r...	De forma r...	A veces	A veces	A veces	A veces	Control alto	A veces	Contro					
18	De forma r...	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control bajo	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Contro
19	Casi siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Control medio	Siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre	Control bajo	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Con
20	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	Control alto	Casi siempre	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control medio	A veces	Casi siempre	A veces	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Cor
21	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Control alto	Casi siempre	Nunca	Siempre	Nunca	Siempre	De forma r...	Control alto	A veces	Nunca	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Cor
22	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control medio	Casi siempre	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	A veces	Control medio	De forma r...	De forma r...	Nunca	A veces	De forma r...	Casi siempre	Contro
23	Casi siempre	Nunca	Siempre	De forma r...	Casi siempre	A veces	Control alto	Casi siempre	Nunca	Casi siempre	Nunca	Casi siempre	De forma r...	Control alto	Siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	Nunca	Contro
24	De forma r...	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	A veces	Control alto	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	Control alto	A veces	A veces	A veces	A veces	De forma r...	A veces	Cor
25	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Siempre	De forma r...	Control medio	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Control medio	A veces	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Siempre	De forma r...	Contro
26	Siempre	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Control alto	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Nunca	Cor
27	De forma r...	A veces	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Control alto	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Nunca	Control medio	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	A veces	Cor
28	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	Siempre	A veces	Control alto	De forma r...	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	Control alto	Casi siempre	De forma r...	A veces	Nunca	Siempre	A veces	Cor
29	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Control alto	De forma r...	Casi siempre	A veces	Nunca	A veces	Casi siempre	Control alto	A veces	Siempre	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	Contro
30	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control medio	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Siempre	Control medio	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	Cor
31	De forma r...	Siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	A veces	De forma r...	A veces	A veces	A veces	Cor
32	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	A veces	A veces	A veces	Control alto	A veces	Siempre	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Control alto	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	Siempre	De forma r...	Contro
33	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	Control medio	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	Siempre	De forma r...	Nunca	Cor
34	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	Control alto	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	Siempre	De forma r...	Nunca	Contro
35	A veces	De forma r...	Casi siempre	Siempre	Nunca	De forma r...	Control medio	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	A veces	Control medio	De forma r...	A veces	Casi siempre	Nunca	De forma r...	A veces	Contro
36	A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces	De forma r...	Control medio	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	Control medio	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	Nunca	Cor

Vista de datos | Vista de variables





	control1	control2	control3	control4	control5	control6	dimension1	control7	control8	control9	control10	control11	control12	dimension2	control13	control14	control15	control16	control17	control18	dimens
80	A veces	A veces	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control alto	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Con
81	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	A veces	Contro
82	Nunca	A veces	De forma r...	Siempre	A veces	Casi siempre	Control alto	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	Control medio	De forma r...	Casi siempre	A veces	Nunca	A veces	De forma r...	Cor
83	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	Siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Control alto	A veces	De forma r...	Nunca	A veces	Casi siempre	De forma r...	Contro
84	De forma r...	A veces	De forma r...	Nunca	A veces	De forma r...	Control medio	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	Con
85	De forma r...	A veces	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	A veces	Control medio	De forma r...	A veces	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Con
86	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Control medio	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Con
87	Nunca	De forma r...	A veces	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control bajo	A veces	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	Siempre	Contro
88	A veces	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Control bajo	A veces	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	A veces	Nunca	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Contro
89	De forma r...	A veces	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control bajo	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Con
90	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	A veces	Control bajo	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control bajo	A veces	Nunca	A veces	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Con
91	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	Nunca	De forma r...	Casi siempre	Siempre	Control alto	Control alto	A veces	Nunca	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	Con
92	A veces	De forma r...	Nunca	Siempre	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Control alto	A veces	De forma r...	Nunca	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Contro
93	A veces	De forma r...	Nunca	Siempre	Casi siempre	A veces	Control medio	Nunca	De forma r...	Casi siempre	A veces	Siempre	Casi siempre	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	Siempre	Contro
94	Nunca	De forma r...	Siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Contro
95	A veces	Casi siempre	Nunca	De forma r...	Siempre	A veces	Control alto	A veces	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	Control alto	A veces	De forma r...	Siempre	A veces	Casi siempre	De forma r...	Contro
96	Casi siempre	A veces	Nunca	De forma r...	Siempre	De forma r...	Control medio	A veces	A veces	De forma r...	Casi siempre	A veces	Siempre	Control medio	Casi siempre	A veces	Nunca	Nunca	De forma r...	A veces	Contro
97	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Control medio	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Siempre	A veces	A veces	Nunca	Con
98	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Control bajo	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	Con
99	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Control bajo	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Control medio	Casi siempre	A veces	Siempre	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Con
100	De forma r...	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Casi siempre	A veces	Siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Control medio	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Con
101	Casi siempre	Siempre	Siempre	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control bajo	De forma r...	Siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Contro
102	Siempre	Siempre	De forma r...	Siempre	Siempre	De forma r...	Control medio	Siempre	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	Casi siempre	Siempre	Siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Contro
103	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	De forma r...	De forma r...	Nunca	Casi siempre	A veces	Control medio	A veces	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Con
104	A veces	De forma r...	Control medio	Siempre	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	Siempre	Control medio	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	A veces	Con				
105	Siempre	A veces	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	Siempre	A veces	A veces	De forma r...	Nunca	Control bajo	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Con
106	De forma r...	A veces	De forma r...	Siempre	De forma r...	A veces	Control bajo	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	Control bajo	Siempre	De forma r...	Siempre	A veces	De forma r...	Siempre	Con
107	Casi siempre	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	Siempre	Control bajo	De forma r...	A veces	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control bajo	Siempre	A veces	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Con
108	Siempre	Siempre	Nunca	A veces	Nunca	A veces	Control bajo	De forma r...	Siempre	Siempre	Nunca	Siempre	A veces	Control bajo	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	Siempre	Con
109	De forma r...	Nunca	De forma r...	Siempre	De forma r...	A veces	Control bajo	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	De forma r...	Nunca	De forma r...	A veces	Con
110	A veces	De forma r...	Siempre	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Nunca	Siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	Siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	Con
111	A veces	Siempre	A veces	A veces	Siempre	A veces	Control bajo	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Siempre	Control bajo	A veces	Siempre	Nunca	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Con
112	De forma r...	A veces	A veces	Nunca	A veces	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	A veces	A veces	Control medio	Casi siempre	A veces	Siempre	Siempre	Casi siempre	De forma r...	Con
113	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	A veces	A veces	De forma r...	Control bajo	Siempre	Casi siempre	A veces	A veces	Casi siempre	A veces	Control bajo	Siempre	Casi siempre	De forma r...	A veces	Siempre	A veces	Contro
114	Nunca	Casi siempre	Nunca	Nunca	A veces	A veces	Control bajo	Casi siempre	Nunca	De forma r...	A veces	De forma r...	Siempre	Control bajo	A veces	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	A veces	Casi siempre	Contro

	dimension3	control19	control20	control21	control22	control23	control24	dimension4	control25	control26	control27	control28	control29	control30	dimension5	control31	control32	control33	control34	control35	control36	dim	
1	Control bajo	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control me...	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Siempre	A veces	Control bajo	A veces	A veces	Nunca	A veces	Nunca	Nunca	Control	
2	Control bajo	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Control me...	Casi siempre	Casi siempre	A veces	A veces	De forma r...	A veces	Control bajo	De forma r...	A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces	Control	
3	Control bajo	A veces	Casi siempre	Casi siempre	A veces	Siempre	De forma r...	Control me...	A veces	A veces	A veces	De forma r...	Siempre	Nunca	Control bajo	Nunca	A veces	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Control	
4	Control bajo	De forma r...	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	Control me...	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	De forma r...	Control medio	De forma r...	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	De forma r...	Control	
5	Control bajo	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	A veces	A veces	A veces	A veces	Nunca	Control bajo	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Control	
6	Control bajo	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control bajo	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	A veces	Nunca	De forma r...	Nunca	Nunca	Control	
7	Control medio	Casi siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	A veces	Control me...	Nunca	De forma r...	Siempre	Siempre	Casi siempre	A veces	Control bajo	Siempre	De forma r...	Siempre	Siempre	Nunca	Siempre	Control	
8	Control bajo	De forma r...	Siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	De forma r...	Control me...	Casi siempre	De forma r...	A veces	A veces	A veces	Nunca	Control medio	Casi siempre	A veces	Control					
9	Control bajo	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Control bajo	Siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Control bajo	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Control	
10	Control alto	A veces	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control me...	A veces	De forma r...	Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Control alto	De forma r...	A veces	A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces	Control
11	Control medio	A veces	Siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control alto	Casi siempre	Siempre	Control alto	Siempre	A veces	De forma r...	Control								
12	Control medio	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	Control alto	A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces	Nunca	Control alto	A veces	A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces	Control	
13	Control medio	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Siempre	Control me...	Casi siempre	De forma r...	Siempre	De forma r...	Siempre	A veces	Control alto	Casi siempre	A veces	De forma r...	A veces	Nunca	A veces	Control	
14	Control medio	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Control me...	A veces	Nunca	De forma r...	A veces	Nunca	Nunca	Control alto	Nunca	A veces	Nunca	A veces	Siempre	A veces	Control	
15	Control medio	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	A veces	Control me...	De forma r...	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	A veces	Nunca	Nunca	Control	
16	Control bajo	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	Control bajo	Casi siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Control medio	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control	
17	Control medio	A veces	Control alto	A veces	Control alto	A veces	Control																
18	Control medio	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control	
19	Control bajo	Casi siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Control bajo	Siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	A veces	Control medio	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	A veces	Nunca	Nunca	Control	
20	Control alto	Nunca	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Control me...	A veces	De forma r...	Siempre	Casi siempre	De forma r...	Nunca	Control alto	A veces	A veces	A veces	Nunca	Nunca	A veces	Control	
21	Control alto	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	A veces	Siempre	Casi siempre	Control alto	A veces	Casi siempre	Siempre	A veces	A veces	A veces	Control alto	Casi siempre	Nunca	Casi siempre	Casi siempre	Nunca	De forma r...	Control	
22	Control medio	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	Control me...	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	A veces	Control medio	A veces	A veces	A veces	De forma r...	A veces	A veces	Control	
23	Control medio	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	Casi siempre	Casi siempre	A veces	Nunca	De forma r...	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control	
24	Control alto	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Control alto	A veces	A veces	A veces	A veces	De forma r...	A veces	Control alto	A veces	A veces	A veces	A veces	Nunca	Nunca	Control	
25	Control medio	Siempre	Siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	A veces	Control me...	Casi siempre	Siempre	Nunca	A veces	A veces	De forma r...	Control medio	De forma r...	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Control	
26	Control alto	A veces	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	De forma r...	Control	
27	Control alto	A veces	De forma r...	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control me...	De forma r...	Nunca	Nunca	De forma r...	Siempre	De forma r...	Control medio	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control	
28	Control alto	De forma r...	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control alto	De forma r...	Nunca	A veces	Siempre	Casi siempre	De forma r...	Control alto	De forma r...	Nunca	De forma r...	De forma r...	A veces	Siempre	Control	
29	Control medio	Nunca	A veces	De forma r...	A veces	Siempre	Siempre	Control alto	A veces	Nunca	A veces	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Control alto	De forma r...	A veces	De forma r...	Siempre	A veces	Nunca	Control	
30	Control alto	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Siempre	A veces	Control me...	A veces	De forma r...	Nunca	Nunca	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	De forma r...	A veces	Control	
31	Control alto	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	De forma r...	Control me...	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Siempre	Siempre	Nunca	De forma r...	Control	
32	Control medio	A veces	De forma r...	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	De forma r...	Nunca	Control alto	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	Control	
33	Control alto	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	Siempre	A veces	Control me...	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	De forma r...	Nunca	Control medio	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	Control	
34	Control medio	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	Siempre	A veces	Control me...	Nunca	A veces	Siempre	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Control alto	A veces	Nunca	De forma r...	A veces	Nunca	A veces	Control	
35	Control medio	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	A veces	Control me...	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	Control alto	De forma r...	Nunca	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	Control	
36	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	A veces	De forma r...	Control me...	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	Nunca	A veces	Control alto	A veces	De forma r...	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control	
37	Control alto	Siempre	Casi siempre	A veces	Siempre	A veces	A veces	Control me...	Nunca	Nunca	De forma r...	A veces	Siempre	Nunca	Control alto	De forma r...	Siempre	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control







	dimensio n6	control37	control38	control39	control40	control41	control42	dimension7	control43	control44	control45	control46	control47	control48	dimensio n8	cansanci o1	cansanci o2	cansanci o3	cansanci o4	cansanci o5	cansanci o6	cansanci o7
1	Control me...	A veces	De forma r...	A veces	Siempre	A veces	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	A veces	A veces	Control me...	Una vez a l...	Una vez a l...	Diariamente	Varias vec...	Algunas ve...	Una vez a l...	Varias vec...
2	Control me...	De forma r...	Casi siempre	Control bajo	A veces	De forma r...	Control me...	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez a l...	Diariamente	Nunca	Algunas ve...	Diariamente								
3	Control me...	A veces	De forma r...	Casi siempre	Siempre	A veces	A veces	Control bajo	A veces	Nunca	Nunca	A veces	A veces	De forma r...	Control me...	Una vez a l...	Nunca	Algunas ve...	Una vez al ...			
4	Control me...	A veces	Nunca	Casi siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control bajo	A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces	A veces	Control me...	Algunas ve...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez a l...	Alguna vez...	Nunca	Una vez al ...
5	Control bajo	De forma r...	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control bajo	A veces	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	Control bajo	Una vez a l...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez al ...	Varias vec...
6	Control bajo	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Control bajo	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez a l...	Varias vec...	Nunca	Una vez a l...	Varias vec...
7	Control me...	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	A veces	A veces	Control medio	Nunca	A veces	Nunca	Nunca	Siempre	Siempre	Control me...	Una vez al ...	Algunas ve...	Algunas ve...	Diariamente	Nunca	Nunca	Diariamente
8	Control me...	Siempre	A veces	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Control bajo	A veces	A veces	Nunca	Nunca	A veces	De forma r...	Control me...	Algunas ve...	Algunas ve...	Alguna vez...	Diariamente	Nunca	Alguna vez...	Diariamente
9	Control bajo	Siempre	Siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	Siempre	Control bajo	Siempre	A veces	Control me...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Diariamente	Nunca	Nunca	Varias vec...				
10	Control me...	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Control alto	A veces	A veces	Nunca	A veces	A veces	De forma r...	Control me...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Nunca	Varias vec...
11	Control alto	De forma r...	A veces	Control medio	De forma r...	A veces	Control alto	Algunas ve...	Algunas ve...	Nunca	Algunas ve...	Nunca	Nunca	Una vez al ...								
12	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	A veces	A veces	A veces	Control medio	A veces	Nunca	A veces	A veces	Nunca	Nunca	Control alto	Alguna vez...	Alguna vez...	Alguna vez...	Varias vec...	Alguna vez...	Nunca	Alguna vez...
13	Control me...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	A veces	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	A veces	Casi siempre	A veces	Control me...	Algunas ve...	Algunas ve...	Alguna vez...	Varias vec...	Nunca	Nunca	Varias vec...
14	Control me...	Siempre	Casi siempre	A veces	A veces	Nunca	A veces	Control medio	Nunca	A veces	De forma r...	Nunca	A veces	Casi siempre	Control me...	Varias vec...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Nunca	Nunca	Diariamente
15	Control me...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	A veces	A veces	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	Nunca	De forma r...	Casi siempre	Control me...	Una vez a l...	Varias vec...	Algunas ve...	Varias vec...	Nunca	Alguna vez...	Varias vec...
16	Control bajo	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control bajo	De forma r...	Siempre	A veces	A veces	A veces	De forma r...	Control bajo	Diariamente	Diariamente	Diariamente	Diariamente	Una vez a l...	Diariamente	Diariamente
17	Control alto	De forma r...	A veces	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	Control medio	A veces	Control alto	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Diariamente	Nunca	Nunca	Alguna vez...					
18	Control bajo	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control medio	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	A veces	A veces	De forma r...	Control bajo	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Varias vec...	Nunca	Nunca	Alguna vez...
19	Control me...	Siempre	Casi siempre	Siempre	A veces	Casi siempre	Casi siempre	Control bajo	A veces	A veces	A veces	Nunca	Siempre	A veces	Control bajo	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Alguna vez...	Varias vec...
20	Control alto	A veces	A veces	De forma r...	Casi siempre	A veces	A veces	Control alto	A veces	Nunca	Nunca	Nunca	Siempre	A veces	Control me...	Nunca	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez a l...	Nunca	Una vez al ...	Una vez al ...
21	Control alto	De forma r...	Casi siempre	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control alto	Casi siempre	De forma r...	Nunca	Nunca	A veces	A veces	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez a l...
22	Control me...	A veces	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Control me...	Varias vec...	Varias vec...	Algunas ve...	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez al ...								
23	Control alto	De forma r...	A veces	A veces	Nunca	De forma r...	A veces	Control medio	De forma r...	Nunca	De forma r...	De forma r...	Nunca	A veces	Control alto	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...
24	Control alto	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Control alto	A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces	De forma r...	Control alto	Varias vec...	Una vez a l...	Algunas ve...	Varias vec...	Nunca	Una vez al ...	Diariamente
25	Control me...	A veces	Siempre	Siempre	Siempre	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	A veces	Nunca	A veces	Siempre	De forma r...	Control me...	Una vez al ...	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez a l...	Varias vec...
26	Control alto	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Control alto	Una vez al ...	Una vez al ...	Varias vec...	Varias vec...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...
27	Control me...	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	Nunca	Control medio	Nunca	De forma r...	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control alto	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...	Alguna vez...
28	Control alto	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Siempre	Control medio	Nunca	Casi siempre	De forma r...	Nunca	A veces	A veces	Control alto	Varias vec...	Varias vec...	Alguna vez...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez al ...	Algunas ve...
29	Control alto	A veces	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	Control medio	Nunca	De forma r...	A veces	A veces	A veces	A veces	Control alto	Una vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...	Alguna vez...
30	Control me...	A veces	Casi siempre	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	De forma r...	Siempre	Control me...	Alguna vez...	Varias vec...	Varias vec...	Algunas ve...	Nunca	Nunca	Una vez al ...
31	Control me...	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Nunca	Control alto	Nunca	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Siempre	Control me...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez al ...	Algunas ve...	Varias vec...	Algunas ve...	Alguna vez...
32	Control alto	A veces	Casi siempre	De forma r...	Siempre	A veces	Casi siempre	Control medio	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Nunca	Control alto	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez a l...	Diariamente	Una vez a l...	Algunas ve...	Alguna vez...
33	Control me...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Nunca	Control me...	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez a l...	Diariamente	Una vez a l...	Algunas ve...	Alguna vez...
34	Control alto	A veces	De forma r...	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Casi siempre	Control medio	Nunca	De forma r...	A veces	A veces	A veces	A veces	Control alto	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez a l...	Nunca	Nunca	Algunas ve...
35	Control alto	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Casi siempre	A veces	A veces	Siempre	Control me...	Una vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Alguna vez...
36	Control alto	Casi siempre	De forma r...	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Control me...	Varias vec...	Una vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez al ...	Alguna vez...	Alguna vez...
37	Control alto	Siempre	A veces	A veces	Nunca	De forma r...	Siempre	Control alto	Siempre	Nunca	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	Control me...	Una vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez a l...	Nunca	Algunas ve...	Alguna vez...



	dimensio n6	control37	control38	control39	control40	control41	control42	dimension7	control43	control44	control45	control46	control47	control48	dimensio n8	cansanci o1	cansanci o2	cansanci o3	cansanci o4	cansanci o5	cansanci o6	cansanci o7
73	Control bajo	Casi siempre	A veces	De forma r...	Nunca	Casi siempre	De forma r...	Control medio	De forma r...	Siempre	De forma r...	A veces	Nunca	De forma r...	Control bajo	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Algunas ve...	Diariamente	Algunas ve...
74	Control me...	De forma r...	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Control me...	Alguna vez...	Una vez a l...	Algunas ve...	Diariamente	Alguna vez...	Nunca	Una vez al ...
75	Control me...	A veces	Nunca	De forma r...	Nunca	Casi siempre	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Control me...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Varias vec...	Una vez al ...	Alguna vez...
76	Control bajo	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	Control medio	Siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	Control bajo	Algunas ve...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Algunas ve...
77	Control bajo	De forma r...	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Control alto	De forma r...	Nunca	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	Control bajo	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Alguna vez...
78	Control me...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Control medio	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	Control me...	Alguna vez...	Una vez al ...	Algunas ve...				
79	Control me...	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	A veces	A veces	Nunca	Control me...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...
80	Control alto	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	Control alto	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Algunas ve...	Algunas ve...	Algunas ve...
81	Control me...	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	Control me...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...				
82	Control me...	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	Nunca	De forma r...	Nunca	Control alto	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Varias vec...	Una vez al ...
83	Control alto	De forma r...	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	Siempre	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Control me...	Algunas ve...	Nunca	Una vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Alguna vez...	Una vez a l...
84	Control me...	Casi siempre	A veces	De forma r...	A veces	Nunca	Casi siempre	Control bajo	A veces	Nunca	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Alguna vez...	Algunas ve...	Nunca	Una vez a l...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...
85	Control me...	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control bajo	A veces	De forma r...	Nunca	Nunca	De forma r...	Siempre	Control bajo	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Diariamente	Varias vec...
86	Control me...	A veces	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Nunca	A veces	De forma r...	A veces	Control bajo	Alguna vez...	Nunca	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...
87	Control bajo	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Control medio	Nunca	A veces	Nunca	Nunca	De forma r...	De forma r...	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...
88	Control bajo	De forma r...	A veces	De forma r...	Nunca	Siempre	Siempre	Control bajo	A veces	De forma r...	Nunca	A veces	De forma r...	De forma r...	Control me...	Algunas ve...	Alguna vez...	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Nunca	Alguna vez...
89	Control me...	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	Control bajo	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Nunca	Control bajo	Una vez al ...	Alguna vez...	Varias vec...	Algunas ve...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez a l...
90	Control bajo	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	Siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Alguna vez...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez a l...	Algunas ve...	Varias vec...	Una vez al ...
91	Control alto	A veces	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	Control alto	De forma r...	Siempre	Nunca	A veces	De forma r...	Nunca	Control me...	Alguna vez...	Una vez al ...	Nunca	Algunas ve...	Algunas ve...	Diariamente	Una vez a l...
92	Control alto	Casi siempre	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Alguna vez...
93	Control me...	A veces	De forma r...	Casi siempre	Nunca	Casi siempre	Siempre	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	Siempre	Control me...	Alguna vez...	Una vez a l...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez a l...
94	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	A veces	Nunca	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	Nunca	De forma r...	Siempre	Control me...	Nunca	Varias vec...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Nunca	Una vez a l...
95	Control alto	A veces	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	Nunca	Control medio	Nunca	De forma r...	A veces	A veces	Siempre	De forma r...	Control me...	Nunca	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...
96	Control me...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Control bajo	Siempre	A veces	De forma r...	Nunca	Casi siempre	De forma r...	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Diariamente	Una vez a l...	Una vez al ...	Nunca	Una vez a l...
97	Control me...	De forma r...	Nunca	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Siempre	Control bajo	Una vez al ...	Algunas ve...	Nunca	Una vez a l...	Algunas ve...	Diariamente	Alguna vez...
98	Control me...	Casi siempre	Casi siempre	A veces	Siempre	Casi siempre	Siempre	Control bajo	Casi siempre	Nunca	Nunca	Nunca	Siempre	Siempre	Control bajo	Varias vec...	Una vez a l...	Diariamente	Una vez a l...	Varias vec...	Varias vec...	Varias vec...
99	Control me...	A veces	Casi siempre	A veces	De forma r...	Nunca	Nunca	Control bajo	Siempre	A veces	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Varias vec...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Algunas ve...	Varias vec...
100	Control me...	De forma r...	De forma r...	Siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Control bajo	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	Control bajo	Una vez a l...	Diariamente	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez a l...	Una vez a l...	Una vez al ...
101	Control bajo	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Control medio	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Siempre	De forma r...	Control me...	Una vez al ...	Varias vec...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez al ...	Diariamente	Algunas ve...
102	Control me...	Siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	Control medio	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Nunca	Casi siempre	Siempre	Control me...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez a l...
103	Control me...	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Siempre	De forma r...	De forma r...	Control medio	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	Control me...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez a l...	Varias vec...
104	Control me...	A veces	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Siempre	Siempre	A veces	De forma r...	A veces	Nunca	Control bajo	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...
105	Control bajo	Casi siempre	A veces	Siempre	A veces	Casi siempre	Siempre	Control bajo	De forma r...	Nunca	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control bajo	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...	Nunca	Una vez al ...	Una vez al ...
106	Control bajo	De forma r...	De forma r...	Siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control bajo	Casi siempre	Nunca	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control bajo	Algunas ve...	Varias vec...	Una vez a l...	Algunas ve...	Alguna vez...	Nunca	Alguna vez...
107	Control bajo	Siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Nunca	Siempre	Control bajo	De forma r...	De forma r...	Nunca	Nunca	Siempre	Siempre	Control bajo	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...
108	Control bajo	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Nunca	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	Siempre	Nunca	De forma r...	Casi siempre	A veces	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...	Alguna vez...	Alguna vez...	Algunas ve...
109	Control me...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Nunca	Control medio	A veces	Siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Siempre	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...	Algunas ve...	Diariamente	Algunas ve...

	dimensio n6	control37	control38	control39	control40	control41	control42	dimension7	control43	control44	control45	control46	control47	control48	dimensio n8	cansanci o1	cansanci o2	cansanci o3	cansanci o4	cansanci o5	cansanci o6	cansanci o7
79	Control me...	De forma r...	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	A veces	A veces	A veces	Nunca	Control me...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...
80	Control alto	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	Control alto	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Algunas ve...	Algunas ve...	Algunas ve...
81	Control me...	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	Control alto	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control me...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...
82	Control me...	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	Nunca	De forma r...	Nunca	Control alto	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Varias vec...	Una vez al ...
83	Control alto	De forma r...	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	Siempre	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Control me...	Algunas ve...	Nunca	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez a l...
84	Control me...	Casi siempre	A veces	A veces	De forma r...	Nunca	Casi siempre	Control bajo	A veces	Nunca	Casi siempre	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Alguna vez...	Algunas ve...	Nunca	Una vez a l...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...
85	Control me...	De forma r...	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	A veces	De forma r...	Nunca	Nunca	De forma r...	Siempre	Control bajo	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Diariamente	Varias vec...
86	Control me...	A veces	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Nunca	A veces	De forma r...	A veces	Control bajo	Alguna vez...	Nunca	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...
87	Control bajo	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Control medio	Nunca	A veces	Nunca	Nunca	De forma r...	De forma r...	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...
88	Control bajo	De forma r...	A veces	Casi siempre	Nunca	Siempre	Siempre	Control bajo	A veces	De forma r...	Nunca	A veces	De forma r...	De forma r...	Control me...	Alguna vez...	Alguna vez...	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Nunca	Alguna vez...
89	Control me...	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	A veces	Casi siempre	Control bajo	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Nunca	Control bajo	Una vez al ...	Alguna vez...	Varias vec...	Algunas ve...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez a l...
90	Control bajo	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	Siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Alguna vez...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez a l...	Algunas ve...	Varias vec...	Una vez al ...
91	Control alto	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Control alto	De forma r...	Siempre	Nunca	A veces	De forma r...	Nunca	Control me...	Alguna vez...	Una vez al ...	Nunca	Algunas ve...	Algunas ve...	Diariamente	Una vez a l...
92	Control alto	Casi siempre	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control medio	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Alguna vez...
93	Control me...	A veces	De forma r...	Casi siempre	Nunca	Casi siempre	Siempre	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	Siempre	Control me...	Alguna vez...	Una vez a l...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...
94	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	Siempre	A veces	Nunca	Control alto	De forma r...	A veces	Casi siempre	Nunca	De forma r...	Siempre	Control me...	Nunca	Varias vec...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Nunca	Una vez a l...
95	Control alto	A veces	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	Nunca	Control medio	Nunca	De forma r...	A veces	A veces	Siempre	De forma r...	Control me...	Nunca	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...
96	Control me...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	A veces	De forma r...	Control bajo	Siempre	A veces	De forma r...	Nunca	Casi siempre	De forma r...	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Diariamente	Una vez a l...	Una vez al ...	Nunca	Una vez a l...
97	Control me...	De forma r...	Nunca	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	A veces	Casi siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Siempre	Control bajo	Una vez a l...	Algunas ve...	Nunca	Una vez a l...	Algunas ve...	Diariamente	Alguna vez...
98	Control me...	Casi siempre	Casi siempre	A veces	Siempre	Casi siempre	Siempre	Control bajo	Casi siempre	Nunca	Nunca	Nunca	Siempre	Siempre	Control bajo	Varias vec...	Una vez a l...	Diariamente	Una vez a l...	Varias vec...	Varias vec...	Varias vec...
99	Control me...	A veces	Casi siempre	A veces	De forma r...	Nunca	Nunca	Control bajo	Siempre	A veces	De forma r...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Varias vec...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Algunas ve...	Varias vec...
100	Control me...	De forma r...	De forma r...	Siempre	De forma r...	A veces	De forma r...	Control bajo	De forma r...	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	A veces	Control bajo	Una vez a l...	Diariamente	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez a l...	Una vez a l...	Una vez al ...
101	Control bajo	Casi siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	Control medio	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	A veces	Siempre	De forma r...	Control me...	Una vez al ...	Varias vec...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez al ...	Diariamente	Algunas ve...
102	Control me...	Siempre	Casi siempre	De forma r...	De forma r...	De forma r...	A veces	Control medio	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Nunca	Casi siempre	Siempre	Control me...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez a l...
103	Control me...	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Siempre	De forma r...	De forma r...	Control medio	A veces	A veces	Casi siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	Control me...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez a l...	Varias vec...
104	Control me...	A veces	Siempre	De forma r...	A veces	Casi siempre	De forma r...	Control bajo	Siempre	Siempre	A veces	De forma r...	A veces	Nunca	Control bajo	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...
105	Control bajo	Casi siempre	A veces	Siempre	A veces	Casi siempre	Siempre	Control bajo	De forma r...	Nunca	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Control bajo	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Algunas ve...	Nunca	Una vez al ...	Una vez al ...
106	Control bajo	De forma r...	De forma r...	Siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Control bajo	Casi siempre	Nunca	A veces	Nunca	De forma r...	De forma r...	Control bajo	Algunas ve...	Varias vec...	Una vez a l...	Algunas ve...	Alguna vez...	Nunca	Alguna vez...
107	Control bajo	Siempre	Casi siempre	A veces	De forma r...	Nunca	Siempre	Control bajo	De forma r...	De forma r...	Nunca	Nunca	Siempre	Siempre	Control bajo	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...
108	Control bajo	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Nunca	De forma r...	A veces	Control medio	A veces	Siempre	Nunca	De forma r...	Casi siempre	A veces	Control me...	Alguna vez...	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...	Alguna vez...	Algunas ve...
109	Control me...	De forma r...	Casi siempre	De forma r...	Siempre	Casi siempre	Nunca	Control medio	A veces	Siempre	De forma r...	Nunca	De forma r...	Siempre	Control me...	Varias vec...	Una vez al ...	Varias vec...	Varias vec...	Una vez al ...	Algunas ve...	Diariamente
110	Control me...	Siempre	Nunca	De forma r...	Casi siempre	Nunca	Nunca	Control bajo	De forma r...	A veces	Casi siempre	Nunca	Nunca	Casi siempre	Control bajo	Diariamente	Alguna vez...	Varias vec...	Diariamente	Una vez a l...	Varias vec...	Una vez al ...
111	Control bajo	A veces	De forma r...	Nunca	De forma r...	Nunca	De forma r...	Control medio	Casi siempre	Nunca	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Nunca	Control me...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez a l...	Alguna vez...			
112	Control me...	Casi siempre	Casi siempre	Siempre	A veces	Siempre	Casi siempre	Control bajo	De forma r...	Nunca	A veces	A veces	A veces	Siempre	Control bajo	Una vez a l...	Algunas ve...	Diariamente	Algunas ve...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez al ...
113	Control bajo	A veces	Casi siempre	Casi siempre	A veces	A veces	Siempre	Control bajo	A veces	De forma r...	De forma r...	De forma r...	Siempre	A veces	Control bajo	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez al ...	Alguna vez...	Alguna vez...	Una vez a l...
114	Control bajo	A veces	Siempre	A veces	De forma r...	Casi siempre	A veces	Control medio	Siempre	Casi siempre	A veces	A veces	De forma r...	De forma r...	Control me...	Algunas ve...	Una vez al ...	Nunca	Una vez a l...	Alguna vez...	Varias vec...	Varias vec...







	cansancio4	cansancio5	cansancio6	cansancio7	cansancio8	cansancio9	cansancio10	cansancio11	cansancio12	cansancio13	cansancio14	cansancio15	cansancio16	cansancio17	cansancio18	cansancio19	cansancio20	cansancio21	cansancio22	CONTROL	CANSANCIO	v	
94	vez al ...	Una vez al ...	Nunca	Una vez a l...	Algunas ve...	Varias vec...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez a l...	Nunca	Diariamente	Una vez al ...	Algunas ve...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...	Varias vec...	Alguna vez...	Nunca	CONTROL ALTO	NIVEL BAJO		
95	as vec...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...	Diariamente	Alguna vez...	Nunca	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez al ...	Varias vec...	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...	Algunas ve...	Nunca	CONTROL ALTO	NIVEL BAJO		
96	vez a l...	Una vez al ...	Nunca	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...	Una vez al ...	Diariamente	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Diariamente	Algunas ve...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Algunas ve...	CONTROL MEDIO	NIVEL MEDIO	
97	vez a l...	Algunas ve...	Diariamente	Alguna vez...	Alguna vez...	Algunas ve...	Alguna vez...	Nunca	Una vez al ...	Una vez a l...	Diariamente	Una vez al ...	Nunca	Algunas ve...	Una vez a l...	Varias vec...	Algunas ve...	Algunas ve...	Alguna vez...	CONTROL ALTO	NIVEL MEDIO		
98	vez a l...	Varias vec...	Varias vec...	Varias vec...	Varias vec...	Diariamente	Varias vec...	Diariamente	Varias vec...	Diariamente	Diariamente	Varias vec...	Diariamente	Diariamente	Alguna vez...	Diariamente	Varias vec...	Diariamente	Varias vec...	CONTROL MEDIO	NIVEL MEDIO		
99	vez al ...	Algunas ve...	Algunas ve...	Varias vec...	Diariamente	Una vez al ...	Alguna vez...	Nunca	Una vez al ...	Alguna vez...	Varias vec...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez al ...	Nunca	Una vez al ...	Una vez al ...	CONTROL ALTO	NIVEL MEDIO		
100	nas ve...	Una vez a l...	Una vez a l...	Una vez al ...	Varias vec...	Varias vec...	Una vez al ...	Varias vec...	Varias vec...	Nunca	Varias vec...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez a l...	Una vez al ...	Varias vec...	Varias vec...	Una vez al ...	CONTROL BAJO	NIVEL MEDIO		
101	vez al ...	Una vez al ...	Diariamente	Algunas ve...	Una vez a l...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez al ...	Alguna vez...	Varias vec...	CONTROL BAJO	NIVEL MEDIO		
102	vez a l...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Diariamente	Diariamente	Algunas ve...	Nunca	Una vez a l...	Una vez a l...	Varias vec...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez a l...	CONTROL ALTO	NIVEL MEDIO		
103	na vez...	Algunas ve...	Una vez a l...	Varias vec...	Nunca	Algunas ve...	Algunas ve...	Nunca	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez a l...	Varias vec...	Varias vec...	Una vez al ...	Varias vec...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	CONTROL MEDIO	NIVEL MEDIO		
104	vez al ...	Algunas ve...	Alguna vez...	Algunas ve...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez a l...	Varias vec...	Una vez al ...	Varias vec...	Varias vec...	Una vez a l...	Algunas ve...	Diariamente	Nunca	Algunas ve...	Algunas ve...	CONTROL MEDIO	NIVEL MEDIO		
105	nas ve...	Nunca	Una vez al ...	Una vez al ...	Algunas ve...	Nunca	Una vez al ...	Varias vec...	Diariamente	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...	Varias vec...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	CONTROL ALTO	NIVEL MEDIO		
106	nas ve...	Alguna vez...	Nunca	Alguna vez...	Nunca	Una vez al ...	Nunca	Diariamente	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez a l...	Una vez al ...	Diariamente	Una vez a l...	Una vez a l...	Varias vec...	Nunca	Una vez al ...	CONTROL MEDIO	NIVEL MEDIO		
107	na vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez a l...	Varias vec...	Alguna vez...	Diariamente	Algunas ve...	Algunas ve...	Nunca	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Varias vec...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez al ...	CONTROL ALTO	NIVEL MEDIO		
108	vez al ...	Varias vec...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez a l...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Algunas ve...	Nunca	Diariamente	Diariamente	Una vez a l...	Alguna vez...	Alguna vez...	Una vez a l...	Varias vec...	Una vez a l...	CONTROL ALTO	NIVEL MEDIO		
109	as vec...	Una vez al ...	Algunas ve...	Diariamente	Una vez al ...	Algunas ve...	Nunca	Alguna vez...	Diariamente	Varias vec...	Alguna vez...	Una vez al ...	Nunca	Varias vec...	Nunca	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	Varias vec...	CONTROL BAJO	NIVEL ALTO		
110	riamente	Una vez a l...	Varias vec...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez a l...	Una vez al ...	Varias vec...	Algunas ve...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	CONTROL BAJO	NIVEL ALTO		
111	vez a l...	Una vez a l...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez al ...	Una vez al ...	Nunca	Una vez al ...	Nunca	Diariamente	Alguna vez...	Nunca	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Algunas ve...	Una vez al ...	Varias vec...	CONTROL BAJO	NIVEL ALTO		
112	nas ve...	Una vez al ...	Alguna vez...	Una vez al ...	Nunca	Una vez al ...	Varias vec...	Nunca	Una vez al ...	Una vez a l...	Varias vec...	Una vez al ...	Varias vec...	Una vez al ...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez a l...	Algunas ve...	CONTROL MEDIO	NIVEL ALTO			
113	vez al ...	Alguna vez...	Alguna vez...	Una vez a l...	Alguna vez...	Una vez a l...	Una vez a l...	Una vez al ...	Una vez a l...	Alguna vez...	Varias vec...	Una vez al ...	Varias vec...	Varias vec...	Alguna vez...	Algunas ve...	Una vez al ...	Una vez al ...	Algunas ve...	CONTROL MEDIO	NIVEL ALTO		
114	vez a l...	Alguna vez...	Varias vec...	Varias vec...	Alguna vez...	Alguna vez...	Varias vec...	Una vez al ...	Varias vec...	Varias vec...	Una vez a l...	Algunas ve...	Una vez a l...	Una vez a l...	Varias vec...	Varias vec...	Alguna vez...	Una vez al ...	Una vez a l...	CONTROL BAJO	NIVEL ALTO		
115																							
116																							
117																							
118																							
119																							
120																							
121																							
122																							
123																							
124																							
125																							
126																							
127																							
128																							
129																							
130																							

**ANEXO 10**  
**PERMISO DE LA INSTITUCIÓN PARA RECOLECCIÓN DE DATOS**

**MEMORANDUM MULTIPLE N° 015-2022-DE-HRDCQ-DAC-HYO.**

**A : JEFES DE SERVICIO**

Lic. VALERIO BASTIDAS, Tania	Consultorios Externos y Hospitalización
Lic. ARROYO MEDINA, José Luis	Servicio de Medicina Interna e Infectología
Lic. CISNEROS ALBERTO, TITO	Servicio de Medicina Especializada
Lic. ORE HERERRA, Silvia Julia	Servicio de Enfermería en Emergencia
Lic. TALLEDO ALCOCER, Judith	Servicio de Enfermería en Unidad de Cuidados
Lic. RUPAY DE LA SOTA, Yeny Charo	Servicio de Cirugía Especializada
Lic. CARRION MARIN, Bertha	Servicio de COVID-19 Primer Piso
Lic. HUAMAN TORRES, MARICELA	Servicio de Cirugía General
Lic. GONZALES VALDIVIA, Juana	Servicio de Traumatología
Lic. HUAYLINOS LINDO, Jorge Abelardo	Servicio de Nefrología y Hemodiálisis
Lic. PALOMINO CASTRO, Elsa Thalia	Servicio de Cardiología y Hemodinamia

**ASUNTO: BRINDAR FACILIDADES PARA LA EJECUCION DE TRABAJO DE INVESTIGACION POR LA BACH. TATIANA JIMENA ESPINOZA GALARZA y BACH. PAMELA RIOS QUISPE**

**FECHA : Huancayo, 06 de junio del 2022.**

Por el presente, hago llegar saludos a nombre de esta su jefatura, y a su vez solicitarle a su servicio brindar las facilidades a la Bach. Enfermería **Tatiana Jimena ESPINOZA GALARZA** y **BACH. PAMELA RIOS QUISPE**, para que pueda ejecutar el trabajo de investigación titulado "CANSANCIO LABORAL Y ESTRATEGIAS DE CONTROL EN PANDEMIA POR COVID-19 EN PROFESIONALES DE ENFERMERIA DE UN HOSPITAL HUANCAYO 2022", el cual ha sido aprobado por el Comité de Investigación de nuestra institución con el visto bueno de esta Jefatura.

Bríndese las facilidades necesarias para la recolección de datos e información para el desarrollo de su investigación respetando la confidencialidad y reserva de datos (solo para fines de la investigación NTS N° 139-MINSA/2018/DGAIN)

Atentamente,

DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD  
HOSPITAL REGIONAL DOCENTE CLINICO  
QUIRURGICO DANIEL A. CARRION - HYO.

Lic. Isabel Pachas Rey Sánchez  
JEFE DEL DEPTO DE ENFERMERIA  
CEP 10514

Jose Luis Arroyo Ni...  
LIC EN ENFERMERIA  
CEP 85 14

*Comand. Ext.*  
6-6-22



HRDCQ "DAC" - HYO	
REG. N°	5691544
EXP. N°	3722145



## FORMULARIO UNICO DE TRÁMITE

HOSPITAL DANIEL CARRIÓN  
 Oficina de Trámite Documentario  
 Fecha Hora: 12:21  
 10 MAY 2022  
 CONTROLADO Y REGISTRADO  
 Exp. N° ..... Por: 77  
 Fojas 98

1. SUMILLA: solicito permiso para realizar Proyecto de Investigación

2. DESTINATARIO: SEÑOR DIRECTOR DEL HOSPITAL R.D.C.G "DANIEL A. CARRIÓN" - HUANCAYO

3. DATOS DEL USUARIO (APELLIDOS Y NOMBRES)  
Espinosa Galarrza Tatiana Jimeno / Rios Quispe Pamela Katherine

4. OCUPACIÓN Y/O CENTRO DE TRABAJO  
Enfermera - Hospital Regional Docente Clavo Arce Daniel Alcides Carrón

5. DOCUMENTO NACIONAL DE IDENTIDAD  
72542967 / 45458119

6. DOMICILIO DEL USUARIO (AVENIDA, CALLE, DISTRITO, PROVINCIA, DEPARTAMENTO)  
Conjento Habitacional Yanama 6 - Opt 201 - Junin, Huancayo, Huancayo

7. TELEFONO Y/O CELULAR  
964871187 / 986734766

8. FUNDAMENTOS  
Que habiendo culminado la carrera profesional de Enfermería en la Universidad Peruana Los Andes, solicito a Ud. permiso para realizar trabajo de investigación sobre "Cansancio laboral y estrategias de control en pandemia por covid-19 en profesionales de Enfermería de un Hospital de Huancayo 2022" para optar el grado de Licenciada en Enfermería

9. ANEXOS 10. FECHA: HUANCAYO 10 DE Mayo DEL 2022

- a) Dejecho de pago al codiso 40 kcs
- b) Carta de presentación
- c) Copia DNI
- d) Proyecto de investigación
- e) Declaracion jurada
- f) constancia de prueba escrito

  
 11. FIRMA



HOSPITAL REGIONAL HUANCAYO  
DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA



## COSTANCIA

N° 0001- 2021

CONSTE POR EL PRESENTE DOCUMENTO QUE LA JEFATURA DEL DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE CLINICO QUIRURGICO "DANIEL A. CARRION" QUE EN EL DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA SE ENCUENTRAN LABORANDO 150 (CIENTO CINCUENTA) PERSONAL PROFESIONAL DE ENFERMERIA EN LOS DIFERENTES SERVICIOS DE COVID-19

*Huancayo a los 07 días del mes de junio de 2021.*



## COMPROMISO DE AUTORÍA

En la fecha, yo Rios Quispe Pamela Katerine....., identificado con  
DNI N° 45458119..... Domiciliado en Pje. Independencia #145 Urb. La Florida,  
estudiante o docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Los  
Andes, me COMPROMETO a asumir las consecuencias administrativas y/o penales que hubiera  
lugar si en la elaboración de mi investigación titulada: CANSANCIO LABORAL Y ESTRATEGIAS DE  
CONTROL EN PANDEMIA POR COVID-19 EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DE UN HOSPITAL  
DE HUANCAYO, 2022. se haya considerado datos falsos, falsificación, plagio, auto plagio, etc. y  
declaro bajo juramento que el trabajo de investigación es de mi autoría y los datos  
presentados son reales y he respetado las normas internacionales de citas y referencias de las  
fuentes consultadas.

Huancayo, 26 de 10 de 2022



Apellidos y Nombres

DNI N° 45458119.....

## COMPROMISO DE AUTORÍA

En la fecha, yo.....ESPINOZA GALARZA TATIANA JIMENA....., identificado con  
DNI N° 74542967..... Domiciliado en C.C.H. YANAMA BLOCK G DPTO 201- HUANCAYO,  
estudiante o docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Los  
Andes, me COMPROMETO a asumir las consecuencias administrativas y/o penales que hubiera  
lugar si en la elaboración de mi investigación titulada: **CANSANCIO LABORAL Y ESTRATEGIAS DE  
CONTROL EN PANDEMIA POR COVID-19 EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DE UN HOSPITAL  
DE HUANCAYO, 2022.** se haya considerado datos falsos, falsificación, plagio, auto plagio, etc. y  
declaro bajo juramento que el trabajo de investigación es de mi autoría y los datos  
presentados son reales y he respetado las normas internacionales de citas y referencias de las  
fuentes consultadas.

Huancayo, 26 de 10 .....2022



Apellidos y Nombres

DNI N° 74542967.....

**ANEXO 11**  
**GALERÍA DE FOTOS**



Lic. en Enfermería del servicio de Traumatología del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



Lic. en Enfermería del servicio de Traumatología del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



Lic. en Enfermería del servicio de Medicina del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



Lic. en Enfermería del servicio de Medicina del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



Lic. en Enfermería del servicio de Cirugía del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



Lic. en Enfermería del servicio de Cirugía del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



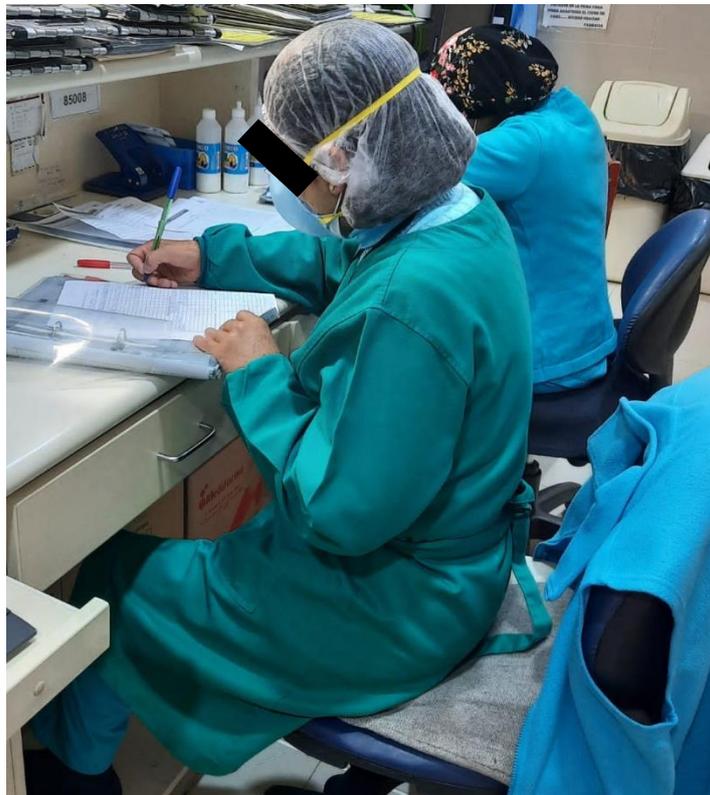
Lic. en Enfermería del servicio de Cirugía del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



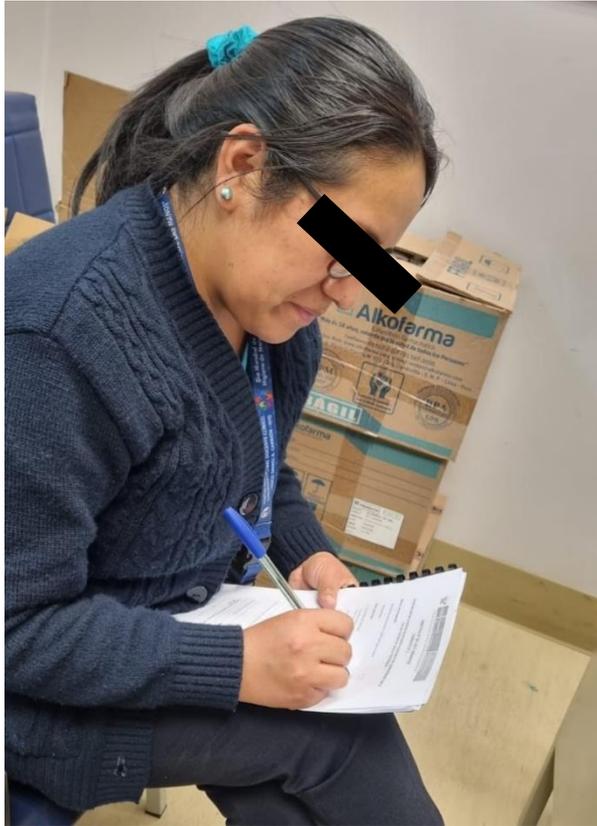
Lic. en Enfermería del servicio de Medicina del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



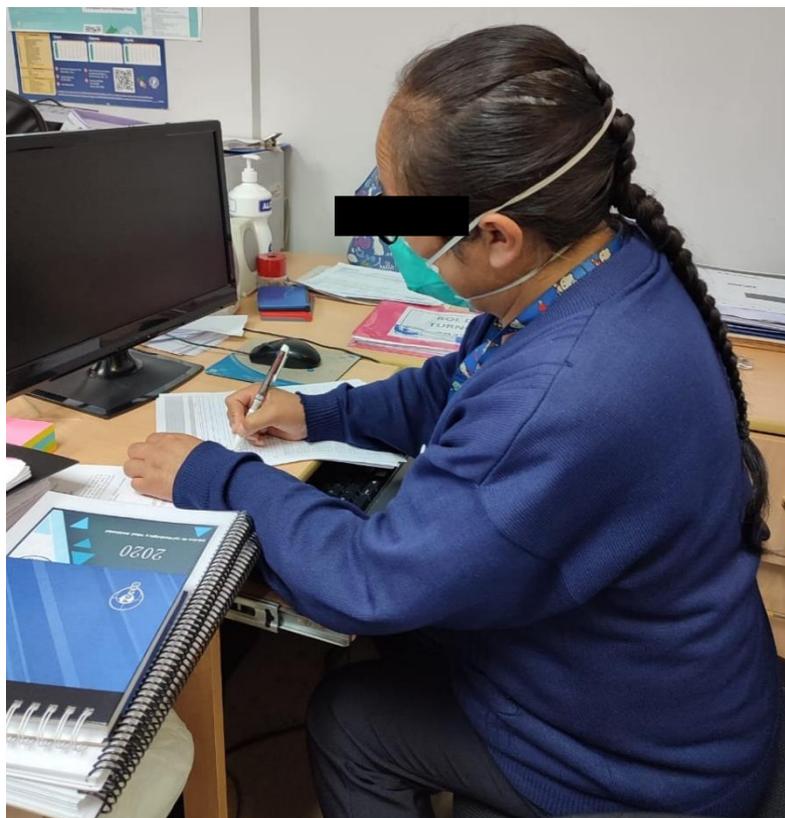
Lic. en Enfermería del servicio de Epidemiología del HRDCQ"DAC" respondiendo al cuestionario



Lic. en Enfermería del servicio de Traumatología del HRDCQ"DAC" respondiendo al cuestionario



Lic. en Enfermería del servicio de Epidemiología del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario



Lic. en Enfermería del servicio de Epidemiología del HRDCQ”DAC” respondiendo al cuestionario