

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



NIVEL DE ESTRÉS EN INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA DURANTE
PANDEMIA COVID – 19, 2022.

TESIS PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

AUTOR:

BACH. ENF. CARLOS DANIEL QUINTO AGUILAR

ASESOR:

M.CS. PETRONILA BRINGAS DURAN

CAJAMARCA – PERU, 2022.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



NIVEL DE ESTRÉS EN INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA DURANTE
PANDEMIA COVID – 19, 2022.

TESIS PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

AUTOR:

BACH. ENF. CARLOS DANIEL QUINTO AGUILAR

ASESOR:

M.CS. PETRONILA BRINGAS DURAN

CAJAMARCA – PERU, 2022.

FICHA CATALOGRAFICA

Quinto C. 2022. **Nivel de estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca durante pandemia COVID - 19 – 2022/** Carlos Daniel Quinto Aguilar.

Asesora: M. Cs Petronila Bringas Duran

Disertación académica para obtener el título en Licenciado en Enfermería – UNC
2022

DEDICATORIA

Dedico esta tesis, a Dios porque ha estado conmigo en cada paso que doy, cuidándome y dándome la fortaleza para continuar, a mi madre, María Asunción Aguilar Fernández y a mi hermano, Marco Antonio Sarmiento Aguilar, que son mi pilar fundamental, depositando su entera confianza en cada reto que se me presentaba, sin dudar ni un solo momento en mi inteligencia y capacidad, Gracias a ustedes he logrado llegar hasta aquí y convertirme en lo que soy, ha sido un privilegio ser parte de nuestra familia, son los mejores.

AGRADECIMIENTO

Mi gratitud y agradecimiento:

A la Universidad Nacional de Cajamarca, a mis docentes de la Escuela Académica Profesional de Enfermería por sus enseñanzas, esfuerzo, dedicación, paciencia y sabios consejos para graduarme como profesional.

A mi asesora M. Cs, Petronila Bringas Duran, mi reconocimiento por su orientación, apoyo y motivación durante el proceso de investigación.

A mi amigo, Mg. Carlos Quispe Molocho, quien está siempre ahí para darme un consejo, por escucharme, por ayudarme a encontrar una salida a mis problemas y tranquilidad frente a ellos.

Índice

	Pág.
Dedicatoria	I
Agradecimiento	II
Lista de tablas	III
Lista de anexos	IV
Resumen	V
Abstract	VI
Introducción	VII
CAPÍTULO I	1
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
1.2. Formulación del problema de investigación	6
1.3. Objetivos	6
1.4. Justificación de estudio.	7
CAPÍTULO II	9
MARCO TEÓRICO	9
2.1. Antecedentes del estudio	9
2.2. Bases Teóricas	12
2.2.1 Estrés	12
2.2.1.2. Fisiopatología del estrés	13
2.2.1.3. Tipos De Estrés	14

2.2.1.4.	Niveles de estrés	16
2.2.1.5.	Síntomas y repercusiones del estrés	16
2.2.1.6.	Causas de estrés en estudiantes de la salud	18
2.2.1.7.	Consecuencias, peligros o repercusión del estrés	19
2.2.1.8.	Internado de enfermería	19
2.2.1.9.	Estrés en internos de enfermería	20
2.2.2.	COVID-19	23
2.2.2.1	Definición	23
2.2.2.2.	Fisiopatología	23
2.2.2.3.	Cuadro clínico	23
2.2.2.4.	Factores de riesgo	24
2.2.2.4.	Diagnostico	24
2.2.2.5.	Tratamiento farmacológico	26
2.2.2.6.	Prevención	26
2.2.3.	Teoría que explican el estrés.	27
2.3.	Variables	29
2.4.	Operacionalización de las variables	30
CAPÍTULO III		31
METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION		31
3.1.	Tipo de estudio	31
3.2.	Población y muestra de estudio	31

3.2.1. Población de estudio	31
3.2.2. Muestra	31
3.3. Criterios de selección	31
3.3.1. Criterios de inclusión	31
3.3.2. Criterios de exclusión	32
3.4. Unidad de análisis	32
CAPÍTULO IV	35
4.1. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	35
Conclusiones	43
Recomendaciones	44
Referencias bibliograficas	45
Anexos	55

LISTA DE TABLAS

- Tabla 1.** Características sociodemográficas de los internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2022.
- Tabla 2.** Nivel de estrés en internos de enfermería de la Universidad | Nacional de Cajamarca 2022

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1. Escala de estrés percibido-10 (EEP-10)

Anexo 2 Consentimiento informado

RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo, determinar el nivel de estrés en internos de enfermería durante la pandemia COVID – 19, 2022. Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 31 internos. Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario, el cual tuvo 2 partes: en la primera parte se consignaron datos relacionados a características sociodemográficas de los internos de Enfermería y la segunda por preguntas relacionadas a la escala de estrés percibido (EEP – 10). Resultados: En cuanto a características sociodemográficas, se encontró que el mayor porcentaje de internos de Enfermería son de sexo femenino, de estado civil solteros, estudian y trabaja eventualmente y tienen entre 20 a 25 años. Con respecto al estrés en su mayoría manifestaron un nivel de estrés moderado.

PALABRAS CLAVES: Nivel de estrés, internos de enfermería, pandemia COVID19.

ABSTRACT

The objective of the study was to determine the level of stress in nursing interns during the COVID-19 pandemic, 2022. Quantitative, descriptive and cross-sectional study. The sample consisted of 31 inmates. For the data collection, a questionnaire was produced, which had 2 parts: in the first part, data related to the sociodemographic characteristics of the Nursing inmates were consigned, and the second was for questions related to the escalation of perceived stress (EEP – 10). Results: Regarding the sociodemographic characteristics, it was found that the highest percentage of Nursing interns are female, single, study and eventually work, and are between 20 and 25 years old. With regard to stress, a moderate level of stress is mostly manifested.

KEY WORDS: Stress level, nursing interns, pandemic, COVID-19.

INTRODUCCIÓN

La situación actual de pandemia por COVID-19 ha producido diversos cambios en la vida diaria incrementando los generadores de estrés como : incertidumbre, miedo al contagio y el confinamiento, siendo este último el desencadenante de episodios de estrés, angustia y ansiedad, aumentando la incidencia de los problemas en la salud mental de las personas, sobre todo en internos de la carrera de enfermería quienes tuvieron que reanudar sus actividades académicas y asistenciales en instituciones de salud de manera presencial y siendo personal de primera línea de atención a pacientes COVID – 19. Aunado a todo esto, la sobrecarga académica sumado al entorno que se está viviendo y los problemas cotidianos, han generado miedo, ansiedad y principalmente estrés. (1)

Antes de la pandemia por COVID-19, las profesiones sanitarias ya eran consideradas altamente estresantes. Numerosas investigaciones elaboradas sobre estrés en internos de enfermería han demostrado que este grupo, es especialmente vulnerable y presenta un elevado nivel de estrés. No obstante, los internos de enfermería cuentan con diferentes grados de vulnerabilidad, habiéndose detectado múltiples factores de riesgo como, por ejemplo: variables sociodemográficas o rasgos de personalidad y actividades, como: la atención a enfermedades graves (COVID - 19). Generalmente, los internos de ciencias de la salud en especial los de enfermería pueden funcionar con altos niveles de estrés y su manejo dependerá del grado de resiliencia, adaptación y presencia de factores protectores. (2)

En la actualidad la COVID-19, es una de las causas más relevantes de morbilidad y mortalidad a nivel mundial y una preocupación de salud pública, ya que ésta va acompañada de incertidumbre por miedo al contagio y mortalidad que este produce. Por otro lado, a lo largo de muchos años el estrés ha sido un problema latente en los estudiantes de enfermería, repercutiendo de manera negativa en su salud, tanto física como psicológicamente. Estas reacciones durante la pandemia por COVID-19 incrementaron la inestabilidad emocional al momento de realizar sus actividades académicas, esta situación afectó el avance académico de los internos de enfermería, quienes se vieron obligados a interrumpir su internado, lo cual resultó ser un generador

de estrés y angustia para este grupo de estudiantes, por la incertidumbre de no tener información clara con respecto a la continuidad de sus estudios. Y después, al retomar las actividades prácticas, los internos de enfermería estuvieron expuestos a experimentar situaciones de dolor, sufrimiento, sobrexposición viral y bacteriana, también corren el riesgo de infectarse e infectar a sus familiares, siendo todos estos factores generadores de estrés. (3)

En los internos del área de la salud, dentro de los que se destacan los internos de Enfermería, el estrés es una problemática común, consecuencia de las responsabilidades que se adquieren durante su formación profesional, actualmente los internos de enfermería están exponiéndose al virus, sumado a ello está la insuficiente dotación de equipos de protección personal (EPP), por lo cual han expresado temor o miedo al contagio. El ser discriminado, por los seres queridos, por temor al contagio y sentirse cansando o frustrado, aumenta sus niveles de estrés y lleva a afectar su salud emocional. (4).

La investigación se encuentra estructurada en IV capítulos:

CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA: comprende la definición y delimitación del problema de investigación, formulación del problema, objetivos y justificación del estudio.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO: abarca antecedentes de la investigación, bases teóricas, variables, definición conceptual de las variables y operacionalización de las mismas.

CAPÍTULO III. DISEÑO METODOLÓGICO: tipo de estudio, población y muestra, instrumento de recolección de datos, procesamiento y análisis de la información.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN: análisis y discusión, conclusiones, recomendaciones, citas bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Definición y delimitación del problema de investigación

A nivel mundial el estrés es considerado como un problema de salud pública, debido a que afecta a toda la población. Los nuevos acontecimientos provocados por la pandemia han generado situaciones altamente estresantes en la población universitaria, principalmente en estudiantes del área de salud, dentro de los cuales se encuentran los internos de enfermería,(5) que aparte de la pandemia, enfrentan situaciones estresantes durante el desarrollo de sus prácticas , algunos factores estresantes percibidos por los internos, en países árabes y asiáticos son: miedo irracional al contagio, por estar en contacto directo, el distanciamiento social que lleva al aislamiento, la desconfianza e incertidumbre y cambios en la modalidad de educación, provocan el incremento de estrés. (6)

En diciembre del año 2019, un nuevo virus perteneciente a la familia de los coronavirus fue aislado en pacientes provenientes de un mercado de pescados en la ciudad de Wuhan (China), nombrado SARS-CoV-2 por los especialistas. A mediados de enero del 2020, el COVID-19, fue confirmado en más de 87 millones de personas en todo el mundo y ocasionó la muerte de casi 2 millones de personas según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Por lo que el 11 marzo del 2020, la OMS calificó al COVID-19 como pandemia al extenderse por más de 25 países en el mundo de manera simultánea. Por lo que las universidades en todo el mundo suspendieron toda actividad presencial, además de talleres, conferencias, deportes, etc. (7)

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) actualmente, en la mayoría de los países han dejado de operar presencialmente por cierres temporales de las instituciones de educación superior (IES), a causa de la pandemia por COVID-19. Las estimaciones de la UNESCO muestran que el cierre temporal afecta aproximadamente a unos 23,4 millones de estudiantes de educación superior y a 1,4 millones de docentes en América Latina y el Caribe; esto representa, aproximadamente, más del 98% de la población de estudiantes y profesores de educación superior de la región. (8)

En Asia, investigaciones realizadas en China, Kwan, T. Menciona que, los impactos en la salud psicológica ocasionados por COVID – 19, en estudiantes universitarios, más del 80% habían presentado estrés moderado y alto. Además, el estrés en estudiantes del área de la salud principalmente en internos de enfermería se ha exacerbado por las experiencias durante la pandemia. (9) Otra pesquisa desarrollada en Egipto - África por Gergis E. El estrés percibido por estudiantes universitarios, indicó que los estudiantes de la salud presentaron el 88,9% de estrés moderado y severo a diferencia de otras carreras con 83,5% durante la pandemia, recalando que los universitarios de la carrera salud presentaron más estrés que otras profesiones. (10)

En Europa, estudios realizados en España sobre estrés en universitarios del área de salud durante la pandemia, indicaron que el 70 % sufre un nivel alto de estrés, ya que, atraviesan una variedad de situaciones altamente estresantes, de las cuales sobresalen las exigencias que provocan las tareas académicas, la excesiva cantidad de horas diarias destinadas a las prácticas hospitalarias, el miedo al contagio. (11) Además, dentro del ámbito universitario, donde se forman los futuros profesionales de la salud, las tareas académicas y las consecutivas prácticas clínicas suponen un doble esfuerzo. Los factores estresantes que representan estas prácticas ponen al interno de enfermería en situación de mayor vulnerabilidad. (12)

En América, estudios realizados en Estados Unidos, muestra que la población universitaria del área de salud se ve afectada psicológicamente durante la pandemia, ya que revelan que un 75% afirma haber experimentado ansiedad, depresión y estrés como resultado de la crisis sanitaria. Sus resultados indican que, las principales preocupaciones son, el aislamiento social, las cuestiones financieras, la conectividad a internet, la crisis generada por la pandemia y el miedo al contagio, estas razones son altamente generadoras de estrés, y se reflejan en las elevadas tasas de abandono de los estudios superiores, en promedio, la mitad de los estudiantes entre 25 y 29 años que estaban matriculados decidieron no continuar sus estudios. (13)

Latinoamérica no es ajena a esta realidad, Fernández G. menciona que, en Brasil, la inclusión de los estudiantes de enfermería a la práctica hospitalaria durante pandemia incrementó el nivel de estrés, encontrando que, si bien los factores de estrés estaban presentes, se intensificaron cuando fueron introducidos a la práctica asistencial y más aún cuando comenzaban a realizar sus prácticas preprofesionales durante la pandemia. En México otro estudio, demuestra que las mujeres son las que presentan un mayor estrés. Así mismo en Chile, se pudo apreciar, de acuerdo con los estudios que el estresor principal en los estudiantes de enfermería durante la pandemia, apuntaba hacia las evaluaciones y miedo al contagio. (14)

En Colombia, se menciona que el nivel de estrés aumentó en los internos de enfermería de durante la pandemia COVID-19, reportando que el 88,7% presentaron estrés, reflejándose en síntomas como: cansancio, ansiedad y cambios en la alimentación. De la misma manera, informa que, el 60,9% de internos en Cuba, presentaron estrés siendo la principal causa la sobrecarga académica. En Puerto Rico el estrés en internos de enfermería, asociados principalmente a estresores académicos durante la pandemia fueron: acumulación de tareas (83,2%), orientación deficiente por parte de sus universidades (70,1%) e inflexibilidad docente (67,1%), los que repercuten en la adquisición de las competencias profesionales. (15)

Así mismo, estudios realizados en Perú encontraron niveles altos de estrés en universitarios (83,8%, severo en ciencias de la salud, haciendo énfasis en los internos de enfermería) durante la pandemia como consecuencia de la sobrecarga académica y el miedo al contagio, teniendo repercusiones somáticas, psicológicas, académicas y sociales, difíciles de sobrellevar. Frente a esto, emplearon diversos mecanismos negativos para superar el estrés como; como la evasión del problema, la idealización de las situaciones, el ausentismo hospitalario, poca comunicación, cambios de comportamientos, desinterés, cansancio precoz, indiferencia hacia el dolor del paciente, incumplimiento de sus actividades, equivocaciones frecuentes, poniendo riesgo al paciente. (16)

Los internos de enfermería, deben adquirir capacidades y competencias en su formación académica que ayudaran a consolidar el proceso de formación Profesional, desarrollando en el estudiante niveles adecuados de competencia para la eficiente prestación de servicios de enfermería en las áreas: Atención Asistencial, Docencia, Gestión, Administración e Investigación de los servicios de salud para la práctica de la profesión, difíciles de lograr durante la pandemia esto genera factores estresantes para los internos de enfermería, que durante esta pandemia siguen realizando sus actividades educativas. (17)

Del mismo modo, las instituciones de salud suelen ser lugares altamente estresantes para los internos del área de la salud y se observa de manera más acentuada en la carrera de enfermería, donde el interno se enfrenta a diversas situaciones generadores de estrés, y si estos agentes no son superados puede desarrollarse en estrés patológico en sus diferentes niveles. Durante la pandemia los internos de enfermería están constantemente sometidos a estresores, por el hecho de estar en contacto directo con personas contagiadas, la constante exposición al virus, adquirir la enfermedad o morir a consecuencia del contagio, estos factores tienen un efecto negativo sobre su salud mental del interno.(18)

Las principales causas de estrés en los internos de enfermería durante la pandemia, son: las altas demandas de trabajo y la realización de las prácticas clínicas que asumen los estudiantes, las cuales aumentan de complejidad a medida que avanzan un nivel de formación y en función de los objetivos curriculares que deben alcanzar, según lo informa el estudio realizado por De Dios, por otra parte Chávez P. señalan en su estudio, que más de la mitad 54,8% refirieron un nivel de estrés moderado y 16,7% altos. La presencia de estos síntomas puede afectar severamente la autoestima del estudiante por desgaste emocional. Asimismo, 78,6% registraron nivel medio de estrategias de afrontamiento frente al estrés, 14,3% señala un nivel alto de afrontamiento. (19)

En los internos de enfermería, el estrés es una problemática que está aumentando como consecuencia de la pandemia por COVID - 19 y el aumento de las responsabilidades que se adquieren durante el proceso de internado, el sistema educativo con sus presiones, demandas y disfunciones, pueden llegar a tener efectos negativos sobre la salud mental, el bienestar y el rendimiento académico. Enfermería es considerada como una profesión estresante, por lo que ha sido objeto de investigaciones desde el periodo de formación de futuros profesionales, en las que se ha encontrado que el estrés aumento con la pandemia provocando ansiedad, pérdida de autoestima y que además interfiere con el aprendizaje y el funcionamiento de los alumnos, desencadenando una posible deserción. (20)

Los internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, no son ajenos a esta realidad y ante el desconocimiento del comportamiento del virus, su manejo y tratamiento, se generan situaciones estresantes, por lo que se creyó necesario y conveniente realizar el estudio a fin de identificar el nivel de estrés de los internos de enfermería generado durante la pandemia COVID - 19, quienes estuvieron desarrollando su internado, estando en contacto directo con enfermos graves y muy graves. Por lo expresado anteriormente se plantea la pregunta de investigación.

1.2. Formulación del problema de investigación

¿Cuál es el nivel de estrés percibido en internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca durante la pandemia COVID – 19, 2022?

1.3. Objetivos

Objetivo General

1. Determinar el nivel de estrés percibido en internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca durante la pandemia COVID – 19, 2022.

Objetivos específicos

1. Identificar el nivel de estrés percibido en internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca durante la pandemia COVID - 19, 2022.

1.4. Justificación de estudio.

La pandemia por COVID-19 tuvo una difusión vertiginosa a nivel mundial, los profesionales, y los estudiantes de la salud no se encontraban preparados para afrontar la alta tasa de morbilidad ocasionada por la agresividad del virus, generando consecuencias biológicas, físicas y psicológicas. Los internos de enfermería como futuros profesionales experimentan situaciones estresantes y por primera vez una pandemia, lo que provoca temor al COVID-19, así como a otras enfermedades presentes en un ambiente nosocomial, todo ello aunado a su inexperiencia, estilos de vida, entornos no saludables; convirtiéndose en factores que incrementan el nivel de estrés.

Los internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca reanudaron actividades asistenciales en el mes de septiembre del 2020 tras casi 6 meses de la suspensión de este, en instituciones de salud como estrategia nacional determinada por el gobierno peruano, razón por la cual fueron afectados debido a que el sistema de salud no se encontraba preparado para el manejo de una coyuntura sanitaria de tal nivel, ya que no proporciona medidas de bioseguridad adecuadas para este grupo, por ende, con esta investigación se pretendió identificar el nivel de estrés al que estuvieron sometidos los internos de enfermería durante la pandemia.

La presente investigación tuvo como fin de, tener datos reales sobre el estrés en el contexto de la pandemia en este grupo de estudio, por lo que servirá como herramienta para profundizar en el abordaje del estrés en el ejercicio de la profesión de enfermería, en una emergencia de salud pública internacional como la que estamos viviendo es importante investigar el impacto psicológico que está produciendo la pandemia en poblaciones concretas, para poder desarrollar estrategias en aras de reducir el impacto psicológico que se producen durante la crisis.

La relevancia social tiene que ver con la necesidad de identificar el nivel de estrés que altera la salud mental de los internos de enfermería durante la pandemia por COVID - 19, los resultados de este estudio servirán para socializar en las unidades académicas a fin generar aptitudes que conduzcan a formar estudiantes con competencias para afrontar emergencias de la tal envergadura, sin que ocasione daños personales tanto físicos como psicológicos, y el cuidado de enfermería siga siendo de calidad y humanizado, También servirá como fuente de consulta para otras investigaciones.

El trabajo de investigación fue factible de realizar, porque se contó con el apoyo, colaboración y participación de los internos de enfermería, y es viable porque cuenta con los recursos bibliográficos, y humanos para su desarrollo. Como beneficiario indirecto estará el repositorio de la escuela académico profesional de enfermería, que se convertirá en un ente de referencia para futuras investigaciones. Con respecto a la ejecución, esta investigación no alterara ni causara ningún daño al individuo comunidad o ambiente y fue financiada en su totalidad por el investigador.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del estudio

Internacional

Sheroun D. et al. India en el año 2020 en su estudio. Evaluación del Estrés Percibido y el Afrontamiento, Estrategias Entre Estudiantes De Enfermería Seleccionados de Universidades en Pune, Durante la Pandemia Covid-19, Cierre de Emergencia. Objetivo, evaluar el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento. Estudio de tipo transversal. La muestra fue de 427, Resultados, la edad de los participantes oscilaba entre 21-25 años, el nivel moderado de estrés predominó con 82,67% seguido de nivel alto con 13,35%, y el afrontamiento, fue de 74,38%, los varones presentaban más estrés en comparación a las mujeres. Concluyen que los niveles de estrés aumentaron hasta llegar a un nivel moderado durante la pandemia. (21)

Muvdi Y. et al. Barranquilla en el año 2020 en su investigación, Estrés Percibido en Estudiantes de Enfermería Durante el Confinamiento Obligatorio por Covid-19, realizado en Colombia. Estudio analítico, la muestra estuvo conformado por 398 estudiantes de Enfermería, se emplearon dos instrumentos, una encuesta sociodemográfica y la escala denominada Estrés percibido-10. El promedio de estrés fue un nivel de estrés leve, siendo más bajo en personas de mayor edad (≥ 35 años), las mujeres presentaban disminución del estrés percibido y las personas que habitan en el área rural presentan niveles de estrés más elevados. Conclusión, Se evidenció que los hombres con menos edad presentan mayor nivel de estrés. (22)

Chicaiza J. et al. Ibarra en el año 2020 En su tesis. Estrés en internos rotativos de enfermería en tiempo de pandemia 2021, realizado en Ecuador, El objetivo fue determinar el nivel de estrés de los internos, investigación con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y transversal. Muestra, 86 internos rotativos de enfermería, para la recolección de los datos se utilizó el cuestionario KEZKAK para determinar los factores estresantes y la Escala de Estrés Percibido-10 para

medir el nivel de estrés. Los resultados mostraron que el nivel de estrés de la muestra fue alto debido al temor del contagio por COVID - 19, concluyendo que el nivel de estrés que presentaron los internos de enfermería influyó en el desempeño laboral y académico de los mismos (23)

Pizarro J. et al. El Oro en el año 2021 en la investigación, Impacto psicológico en los estudiantes de enfermería del internado rotativo durante la pandemia covid-19. Objetivo, determinar el impacto psicológico que acarrea la pandemia sobre los internos. Estudio de tipo descriptivo. La muestra fue de 146 internos Rotativo de la carrera de Enfermería de la Universidad Técnica de Machala, El instrumento consta de 23 preguntas. Resultados, se muestran que, 72%, corresponde a las edades de 19 a 25 años, mientras que el 28,1% corresponden entre las edades mayores de 26 años, el 76,7%, pertenecen al sexo femenino el resto pertenecen al sexo masculino Conclusión, 72,6% de la muestra presentaron estrés en algún momento de su internado durante la pandemia. (24)

Nacional

Cuestas J. Lima en el año 2020 En la tesis titulada. Estrés Percibido Durante la Pandemia Covid-19, en un Grupo de Estudiantes de Enfermería de una Universidad en Lima Norte. Se trabajó con 69 estudiantes de enfermería. Resultados: La edad mínima fue 20 años y la máxima 45 años. En relación con el sexo, 95,5% son femenino y 4,3% masculino. En cuanto al estrés percibido, predominó el nivel medio con 63,8%, seguido del nivel bajo con 33,3% y 2,9% alto. Según dimensión distrés general, predominó el nivel medio con 56,5% seguido del nivel alto en un 26,1% y bajo 17,4%. Según capacidad de afrontamiento, predominó el nivel medio con 71%, nivel bajo con 24,6% y 4,3% alto. Conclusión, predominó el nivel medio, seguido del nivel bajo y alto (25)

Sullca G. Lima en el año 2020. En su tesis, estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la escuela académico profesional de enfermería de la universidad Norbert Wiener 2020. Objetivo, determinar el nivel de estrés. Estudio de tipo descriptivo. Muestra constituida por 62 estudiantes, se utilizó el test SISCO que

mide el nivel de estrés Resultados, el 67,7% presentaron un nivel de estrés severo, 22,6% nivel de estrés moderado 9,7% estrés leve. La estrategia de afrontamiento utilizada con mayor frecuencia fue analizar lo positivo y negativo de las soluciones (26)

Vargas R. Trujillo en el año 2021. En su tesis. Estrés y Nivel de Afrontamiento de las Internas(os) de Enfermería Ante la Pandemia por COVID -19. Estudio de tipo cuantitativa, descriptivo correlacional y de corte transversal. Objetivo, determinar la relación entre el nivel de estrés y el nivel de afrontamiento de las internas(os) ante la pandemia, la muestra estuvo constituida por 69 internas(os), se aplicó una escala de valoración del nivel de estrés y medición de nivel de afrontamiento. Resultados muestran que 62.3% de internos tiene un nivel de estrés medio y 37.7% un nivel de estrés alto, además, el 63.8% de internos tiene un nivel de afrontamiento medio y un 36.2% un nivel de afrontamiento bajo. Conclusión, la relación entre el estrés y la capacidad de afrontamiento es inversamente proporcional (27)

Rengifo R. et al. Tarapoto en el año 2021 en su tesis. Estrés Percibido Durante la Pandemia de la COVID - 19 en Internos de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre. Objetivo, determinar el nivel de estrés durante la pandemia. Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal, la muestra estuvo constituido por 86 internos de enfermería. Resultados: El 83,5%. son de sexo femenino El 79% tienen un nivel de distrés medio, 12,1% tienen nivel alto y 8.9% bajo. El 74,6% tienen un nivel medio de capacidad de afrontamiento, el 21,4% presentan un nivel bajo y 4,0% tienen nivel alto. Concluyendo que el 79% presentan un nivel medio de estrés, el 18,3% presentan un nivel bajo y solo un 2,7% presentan un nivel alto de estrés. (28)

Guillen K. et al. Ica en el año 2022 en el estudio, Estrés en Estudiantes de Enfermería Durante las Prácticas Clínicas en Tiempos de Pandemia por Covid-19. Objetivo, determinar el nivel de estrés. Se mostró que los estudiantes de

enfermería desarrollaron estrés severo durante las prácticas clínicas debido al miedo al contagio de la enfermedad y de sus familiares, falta de competencias, impotencia e incertidumbre. Se concluye que, los generadores de estrés incluyen la competencia profesional, interacción con el paciente, confrontación con sufrimiento y relación profesional, influyendo en el trato humanizado, preocupación por tener bajo rendimiento durante la práctica y limitación para ofrecer cuidados de calidad. (29)

Local

Asenjo A. et al Chota en el año 2020 En el estudio. Nivel de Estrés Académico en Estudiantes de Enfermería Durante la Pandemia de COVID-19 realizado en la Universidad Nacional Autónoma de Chota-Perú. Objetivo, determinar el nivel de estrés. Muestra estuvo constituida por 122 estudiantes, Resultados mostraron que el nivel de estrés académico 50. 81% fue severo, en mujeres 51,7% y varones 48,6%. En la dimensión síntomas fue severo en mujeres 42,5% y leve en varones 48,6% Los estresores más frecuentes fueron: sobrecarga de tareas y trabajos 66,4%, tiempo limitado para trabajos 64,8%, nivel de exigencia de profesores 58,2%, exámenes 58,2%, y profesores muy teóricos 53,3%. Conclusión, el nivel global de estrés académico fue severo. (30)

2.2. Bases teóricas

2.2.1 Estrés

Según la Asociación Americana de Psicología. El estrés se describe como una sensación de agobio, preocupación y agotamiento. El estrés puede afectar a personas de cualquier edad, género y puede dar lugar a problemas de salud tanto física como psicológica. Por definición, el estrés es cualquier experiencia emocional molesta que venga acompañada de cambios bioquímicos, fisiológicos y conductuales predecibles. Un poco de estrés da el empuje y la energía que se necesitan para sobrellevar ciertas situaciones, como tomar un examen o cumplir con algún plazo en el trabajo. Sin embargo, una cantidad excesiva de estrés puede tener consecuencias sobre la salud y afectar el sistema inmunitario, cardiovascular, neuroendocrino y nervioso central. (31)

Sánchez M. Refiere que, el estrés ocurre cuando existe una alteración en el equilibrio del organismo causada por la acción de un agente externo o interno, y el organismo reacciona de forma extraordinaria para restaurar el equilibrio. Esta respuesta de estrés está constituida por un mecanismo tripartito al que Selye H. denomina Síndrome General de Adaptación que incluye tres etapas: reacción de alarma, etapa de resistencia y etapa de agotamiento. Además, menciona que, el Dr. Julián Melgoza, lo define como: La reacción que tiene el organismo ante cualquier demanda, es un estado de fuerte tensión psicológica, es la preparación para el ataque o huida, además tiene dos componentes: los agentes estresantes o estresores y las respuestas al estrés. (32)

Barrio J. menciona, que el estrés se origina a partir de estímulos tanto físicos como sociales que someten a la persona a demandas que no pueden satisfacer de forma adecuada al tiempo que perciben las necesidades de satisfacerla. Se produce entonces un desajuste entre demandas ambientales y recursos disponibles. De acuerdo con Lazarus y Folkman, el estrés es una relación particular entre el individuo y el entorno por éste como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar; se relaciona también estrechamente con las estrategias de afrontamiento que se tienen y las emociones experimentadas tras la valoración del evento que se produce. (33)

2.2.1.2. Fisiopatología del estrés

Se divide en tres etapas

Reacción de alarma

El organismo amenazado, se altera fisiológicamente por la activación del hipotálamo, la hipófisis, y por las glándulas suprarrenales. El cerebro, al detectar la amenaza, estimula al hipotálamo, que produce “factores liberadores”, los cuales constituyen sustancias específicas que actúan como mensajeros para zonas corporales también específicas. Una de estas sustancias es la hormona denominada hormona adrenocorticotropa que funciona como un mensajero fisiológico que viaja por el torrente sanguíneo hasta la corteza de la glándula suprarrenal, que, bajo el influjo de tal mensaje, produce la cortisona u otras

hormonas llamadas corticoides. A su vez, otro mensaje que viaja por la vía nerviosa desde el hipotálamo hasta la médula suprarrenal activa la secreción de adrenalina, estas hormonas son las responsables de las reacciones. (34)

Estado de Resistencia

Cuando un individuo es sometido en forma prolongada a la amenaza de agentes lesivos físicos, químicos, biológicos o sociales, el organismo, si bien prosigue su adaptación a dichas demandas de manera progresiva, puede ocurrir que disminuyan sus capacidades de respuesta, debido a la fatiga que se produce en las glándulas del estrés. Durante esta fase, suele ocurrir un equilibrio dinámico u homeostasis entre el medio ambiente interno y externo del individuo. (34)

Fase de agotamiento

La disminución progresiva de la capacidad de adaptación del organismo frente a una situación de estrés prolongado, conduce a un estado de gran deterioro, con pérdida importante de las capacidades fisiológicas, con ello sobreviene la fase de agotamiento, en la cual, el sujeto suele sucumbir ante las demandas, puesto que sus capacidades de adaptación e interrelación con el medio están reducidas al mínimo. (34)

2.2.1.3. Tipos de estrés

Según Peña E. Considera que, el estrés es perjudicial para la salud y la vida de las personas; sin embargo, no siempre las respuestas tienen a traer consecuencias negativas y muchas veces se convierte en un componente necesario. A lo largo de la vida es inevitable experimentar estrés, todas las personas lo experimentan en cierto grado ante la presencia de estímulos y acontecimientos, incluso en ocasiones tiende a ser beneficioso para el individuo. Por consiguiente se debe diferenciar entre los dos tipos de estrés. (35)

Eustres: se denomina de esta manera al estrés dentro de los parámetros de la normalidad, es decir la que permite que el individuo utilice sus recursos y afronte la situación estresante de manera exitosa. Es la cantidad de estrés que permite al individuo mantenerse en un estado de alerta, y permite ser eficiente. (35)

Distrés: Es un estado de tensión psíquica (malestar, disgusto, tristeza,) que atraviesa un individuo, que aparece ante la presencia de alta intensidad de estímulos, los cuales sobrepasan los recursos de afrontamiento del individuo, por lo que significa un riesgo para el bienestar y la salud de las personas. Esto es producido por una sobrecarga que el sujeto no puede manejar.

De tal manera que el distrés mide:

- Afección inesperada.
- Incapacidad de controlar cosas.
- Nerviosismo o estrés.
- Acumulación de dificultades.
- No puede afrontar.
- Enfadado. (35)

De lo anterior, se asume que el estrés tiende a ser positivo cuando el interno puede afrontarlo de manera eficiente, funcionando como un motivador e impulsador de la conducta. Sin embargo, cuando sobrepasa las capacidades del individuo tiende a ser muy perjudicial para el bienestar y salud de la persona.

Capacidad de afrontamiento

El afrontamiento es el proceso cognitivo y conductual constantemente cambiante que un individuo desarrolla para manejar las demandas específicas externas o internas que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera. Además, el afrontamiento se relaciona estrechamente con la evaluación cognitiva de las situaciones estresantes.

- Manejo de problemas.
- Manejo de las cosas.
- Control de las dificultades.
- Control de las cosas. (35)

2.2.1.4. Niveles de estrés

Estrés Leve. En este, el estrés no es un problema ya que no afecta en la vida y salud mental del individuo. Se genera un leve desequilibrio causando respuestas indeseables ante el estrés manifestados en síntomas como, eventuales cefaleas, dolor en la espalda, lumbalgias; el afectado se vuelve poco operativo, tiene dificultad para levantarse por la mañana o cansancio durante el día.

Estrés Moderado. Este es un rango moderado donde los agentes estresantes son más intensos y la capacidad de afrontamiento solo puede atenuar algunos de estos factores. Se manifiesta por insomnio, déficit atencional y de concentración; distanciamiento, irritabilidad, aburrimiento, individuo emocionalmente exhausto, con sentimientos de frustración, incompetencia, culpa y autovaloración relativa.

Estrés Alto. El estrés alto o severo, se produce cuando los agentes estresores internos o externos sobrepasan la capacidad de afrontamiento del individuo y claramente se convierte en un problema y es necesario de una acción correctiva. Una vez detectado, es necesario realizar las acciones respectivas para controlar y reducirlo sin que afecte la vida profesional, familiar y su salud, ya que sino no es controlado el individuo comenzara con el abuso de alcohol y/o psicofármacos. La persona que lo padece debe buscar ayuda profesional inmediatamente, puesto que puede llevar al aislamiento, crisis existencial, psicosis con angustia y/o depresión con ideas de suicidio. (35)

2.2.1.5. Síntomas y repercusiones del estrés

Físicos

1. Dolores de cabeza frecuentes, mandíbula apretada, dolor
2. Crujir, rechinar de dientes
3. Tartamudeo.
4. Temblores, manos, labios temblorosos

5. Dolor de cuello y espalda, espasmos musculares
6. Mareos, debilidad, vértigo
7. Sonidos que zumban, que estallan
8. Ruborizaciones frecuentes, sudor
9. Pies o manos con sudor o fríos
10. Boca seca, problemas para deglutir
11. Frecuentes resfriados, infecciones y molestias de herpes
12. Erupciones, picaduras, carne de gallina
13. Ataques de alergia inexplicados o frecuentes
14. Dolor de estómago, de pecho; náusea
15. Evacuación excesiva, flatulencias
16. Constipación, diarrea
17. Dificultad de respirar, suspiros
18. Dolores de pecho, palpitaciones
19. Frecuente micción

Psicológicos

1. Ataques repentinos de pánico
2. Pobre deseo o desempeño sexual
3. Ansiedad excesiva, preocupación, culpa, nerviosismo
4. Depresión, cambios súbitos en el humor
5. Cólera acrecentada, hostilidad, frustración
6. Apetito incrementado o disminuido
7. Insomnio, pesadillas o sueños inquietantes
8. Dificultad de concentración, pensamientos apresurados
9. Olvido, desorganización, confusión
10. Dificultad en tomar decisiones
11. Problemas para aprender nueva información
12. Sentirse sobrecargado o abrumado
13. Expresiones con voz llorosa, pensamientos suicidas
14. Sentimiento de soledad o desvaloración
15. Poco interés en apariencia y puntualidad

1. Hábitos nerviosos, jugueteo, sonar los pies
2. Incrementada frustración, irritabilidad y nerviosismo
3. Sobre reacción a pequeñas molestias
4. Número incrementado de pequeños accidentes
5. Comportamiento obsesivo o compulsivo
6. Eficiencia o productividad laboral reducida
7. Pretextos para encubrir un trabajo mal hecho
8. Habla rápida o mascullada
9. Posturas defensivas o de sospecha excesivas
10. Problemas de comunicación o de compartir
11. Alejamiento social y distanciamiento
12. Cansancio constante, debilidad, fatiga
13. Uso de drogas o medicamentos sin receta médica
14. Aumento o disminución de peso sin llevar dieta
15. Aumento en el consumo de cigarrillos, drogas o alcohol
16. Tendencia a las apuestas o compras impulsivas (36)

2.2.1.6. Causas de estrés en estudiantes de la salud

1. Competitividad grupal.
2. Realización de un examen.
3. Sobrecargas de tareas.
4. Exposición de trabajos en clase.
5. Exceso de responsabilidad.
6. Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios, etc.)
7. Subir al despacho del profesor en horas de tutorías.
8. Ambiente físico desagradable.
9. Sobrecarga académica
10. Masificación de las aulas.
11. Tiempo limitado para hacer el trabajo.
12. Problemas o conflictos con los tutores.
13. Problemas o conflictos con tus compañeros (37)

2.2.1.7. Consecuencias, peligros o repercusión del estrés

Fisiológicas, dentro de ellas se encuentran las respuestas neuroendocrinas y las asociadas al sistema nervioso autónomo (Aumento de la presión sanguínea, de la tasa cardíaca, de la actividad estomacal e intestinal, dolor de cabeza, etc.). El efecto de esta respuesta sobre la salud puede ser fatal, deteriora el sistema inmunológico lo que podría causarnos enfermedad.

Emocionales, comprenden las sensaciones subjetivas de malestar emocional (Temor, el miedo, ansiedad, la excitación, la cólera, la depresión, pérdida de la autoestima, incompetencia). Los problemas de salud mental son generados o exacerbados ante la exposición de eventos estresantes.

Cognitivas, existen tres tipos de respuestas cognitivas de estrés principales: la preocupación, la pérdida de control y la negación (Puede aparecer disminución de la concentración, de la atención, pérdida de memoria, entre otros). (38)

2.2.1.8. Internado de enfermería

Según Cachay C, a nivel nacional en las Escuelas de Enfermería se realiza el internado en el último año de estudios, después de haber aprobado todos los cursos requeridos o solicitados por la malla curricular, el internado tanto hospitalario como comunitario tiene como objetivo brindar a los estudiantes oportunidades para la integración, profundización, aplicación y retroalimentación de todos los conocimientos adquiridos durante los últimos 4 años, asumiendo responsabilidades y exhibiendo competencias como enfermero general en los diferentes servicios de salud; así mismo, favorecer una mejor adaptación en la transición entre la vida estudiantil y la profesional. (39)

Asimismo, Maury D. Menciona que el internado es la última fase de la enseñanza universitaria del pregrado, periodo en el que se profundiza y consolida todos los logros que formó el educando en sus diferentes áreas y en el que asume roles del profesional de enfermería descritas en el perfil educacional, a través de un sistema de tutoría. A la vez, el internado se comprende como una vivencia donde

se aplican los conocimientos, destrezas y habilidades que se alcanza durante los 4 años de formación. (40)

2.2.1.9. Estrés en internos de enfermería

El estrés en los internos se puede definir como las nocivas reacciones físicas y emocionales que ocurren cuando las exigencias del estudio no igualan las capacidades, los recursos o las necesidades del interno. El estrés curricular es necesario, pero demasiado estrés es nocivo como poco estrés. Estudiantes con capacidades suficientes pueden fracasar por exigencias innecesarias, estudiantes con alta capacidad y con bajo nivel de exigencia también pueden fracasar, el desafío nos vigoriza psicológicamente y físicamente y nos motiva a aprender habilidades nuevas y llegar a dominar nuestros trabajos. (41)

El desafío es un ingrediente importante para el crecimiento y desarrollo del estudiante y que durante la pandemia estos desafíos aumentaron convirtiéndose en estresores significativos, que afectaron directamente a los internos de enfermería los cuales fueron, la impotencia e incertidumbre, el contacto con el sufrimiento y los factores ambientales que involucra la sobrecarga de actividades y académicas, además del cuidado brindado a los pacientes por parte de los mismos perjudicando la salud mental de los internos. (41)

Según Canasa I. Los factores generadores de estrés en los internos de enfermería durante el internado, se han especificado en siete dimensiones.

1. Falta de conocimiento. La adquisición de conocimientos es fundamental para los internos, los cuales también desarrollan aptitudes y destrezas para así tener un excelente desarrollo profesional a futuro. Al analizar estos aspectos, intervienen fundamentalmente la calidad de información proporcionada por la casa de estudios, habilidades y destrezas propias del estudiante y la adaptación de para coincidir con el perfil profesional. La completa y adecuada recolección de conocimientos permite a los futuros profesionales actuar de manera prudente y correcta al ejercer su labor, resolviendo los casos presentados con toda confianza y teniendo en cuenta todas las bases científicas y teóricas que avalen su ejecución. (42)

2. Vacilación o inseguridad. La vacilación o inseguridad es totalmente lo opuesto al empoderamiento y seguridad que el profesional de enfermería debe tener. El empoderamiento es aquella la capacidad que hace escoger una acción entre otras antes de lo previsto para solucionar situaciones latentes que pueden desencadenar en cualquier momento; en cualquier aspecto; ya sea en el nivel personal (familia, amigos, relación sentimental, etc.), como también en lo profesional o laboral; haciendo uso de todas sus capacidades lógicas y razonables. Mientras que la seguridad es la convicción que se tiene de algo. (42)

3. Relación con el docente y entorno. La interacción puede considerarse como uno de los aspectos más importantes para obtener resultados óptimos. En investigaciones sobre el aprendizaje de los internos en sus prácticas clínicas menciona que el entorno clínico no solo abarca al lugar de trabajo, sino al clima laboral que hay en él y en la interacción social que existe. El nosocomio, es un factor estresante para el interno, porque en algunos casos, es su primer contacto con la profesión y con ese ambiente. Este profesional es el que asume el rol de enseñar la parte práctica a los estudiantes y tiene como principal objetivo la unión de la parte teoría y la práctica despejando todas las dudas, interrogantes o debates de los estudiantes, sin dejar un vacío en la enseñanza. (42)

4. Relación entre compañeros. Como ser humano, para ser parte de la sociedad o integrar un círculo social en especial, va haber una interrelación entre sus participantes, los cuales analizarán y compartirán su comportamiento, conocimiento, valores y aptitudes. Dependiendo de eso se obtendrá la aceptación, y por consiguiente su lugar en la sociedad. Durante su estadía o vivencias de las prácticas clínicas los internos generan estrés por diferentes factores como la relación e interacción con los compañeros servicio, en la toma de decisiones, siendo parte de su formación. (42)

5. Implicación emocional en la atención. El rol de enfermería engloba todos los aspectos de las necesidades del ser humano, desde las biológicas hasta lo espiritual, o comúnmente denominado tratar holísticamente al paciente. Por tanto, al mantener el contacto directo con el paciente y cuidarlo, puede que el

bienestar emocional del interno se vea afectado, por no tener experiencias previas o no saber cómo separar el ámbito profesional de lo personal. La interacción que debe existir entre enfermero - paciente es meramente terapéutica, mas no de amistad, familiar, o romántica para evitar el sufrimiento emocional y acumulación de tensión o estrés. (42)

6. Relación paciente – enfermero. La relación del interno con el enfermo tiene como base los principios éticos; las cuales se encuentran la no maleficencia y hacer el bien en todo momento (beneficencia). No obstante, no están totalmente seguros a los daños físicos o emocionales que puedan recibir de los pacientes ante cualquier situación; perjudicando así la interacción terapéutica entre estudiante y enfermo. Si el estudiante no logra una forma de controlar a los pacientes ante la situación habitual, critica o inestable que está afrontando, por ejemplo, los que no pueden comunicarse, que tengan un carácter muy difícil, las personas negativas, agresivos, confusos, pueden generarle situaciones estresantes y conflictiva en el desarrollo de su profesión. (42)

7. Sobrecarga académica. La sobrecarga académica significa, sobrepasar la capacidad que tiene el estudiante de realizar sus actividades eficientemente. El futuro profesional enfrenta en muchos casos un exceso de trabajo, al que debe acostumbrarse pues constituyen actividades que tendrá que desarrollar como profesional, tales están relacionados con las responsabilidades generales en el servicio asignado, cuidados al paciente asignado, elaboración de documentos, puesto que si no haya solución puede convertirse en agente estresores. Además del trabajo que es realizada en el hospital, el estudiante debe manejar las tareas complementarias en el área teórica durante el desarrollo de la asignatura. (42)

2.2.2. Covid-19

2.2.2.1 Definición

La COVID-19 es la enfermedad causada por el nuevo coronavirus conocido como SARS-CoV-2. La OMS tuvo noticia por primera vez de la existencia de este nuevo virus el 31 de diciembre de 2019, al ser informada de un grupo de casos de, neumonía vírica, que se habían declarado en la ciudad Wuhan (República Popular China). (43)

2.2.2.2. Fisiopatología

El virus ingresa generalmente por la vía respiratoria y llega al alveolo pulmonar. La replicación viral genera secreción de citocinas y quimiocinas por las células endoteliales e inmunes, generando incremento de permeabilidad vascular e infiltración inflamatoria. Esto provoca la aparición de los primeros síntomas. Cuando no se logra contener la infección, se produce consolidación alveolar que compromete el intercambio gaseoso e incremento sustancial de mediadores inflamatorios, dando lugar a la liberación masiva de citocinas al torrente sanguíneo, conocida como tormenta de citocinas. La activación del endotelio vascular por la respuesta sistémica y la infección viral activa la cascada de coagulación provocando la formación de micro trombos en capilares de diversos órganos que aunado a la vasodilatación genera falla orgánica múltiple. (44)

2.2.2.3. Cuadro Clínico

Las manifestaciones clínicas son variadas y dependen además de la gravedad de cada caso. La mayoría de los pacientes (alrededor del 80 %) desarrollan un cuadro leve o moderado (afectación del estado general, tos o mialgias), mientras que un 15 % de casos puede presentar una forma más grave, con el predominio de los síntomas de neumonía y el riesgo de distrés respiratorio, y un 5 % padecer un cuadro muy severo con complicaciones a distintos niveles y evolución fatal.

El periodo de incubación es de alrededor de cinco días, y los síntomas suelen aparecer entre el segundo y el decimocuarto día tras el contagio, en relación con el momento de máxima replicación viral. Los síntomas más frecuentes al inicio de la enfermedad son fiebre, tos seca, astenia, y también mialgias, artralgias, escalofríos, cefalea, anosmia y alteración del gusto. Entre el final de la primera semana e inicio de la segunda, puede predominar la disnea como manifestación de la neumonía vírica y, posteriormente, en el contexto del desarrollo de un estado inflamatorio exacerbado, puede aparecer distrés respiratorio, manifestaciones tromboticas vasculares, eventos cardiacos, y la evolución a fallo multiorgánico y fallecimiento. (45)

2.2.2.4. Factores de Riesgo

Hasta marzo de 2020, no se reportaron muertes directamente por COVID en niños <9 años, sin embargo, ya existen emergentes de muertes de niños, la tasa de letalidad es aproximadamente del 50% en casos críticos. La presencia de enfermedad coexistente es más común en pacientes con enfermedad grave, que incluye: Enfermedad cardiovascular, diabetes, enfermedad respiratoria crónica, hipertensión y cáncer. En Europa, de los que murieron, el 0,8% no tenía enfermedad asociada, el 25,1% tenía una sola enfermedad, el 25,6% tenía dos enfermedades, el 48,5% tenía tres o más enfermedades, la población pediátrica desarrolla formas muy leves, con riesgo muy bajo de fallecer. (46)

2.2.2.4. Diagnostico

Detección viral

El mejor método para el diagnóstico de COVID-19 sigue siendo la prueba de RT-PCR realizada con hisopado nasofaríngeo. Una sola muestra nasofaríngea basta para hacer el diagnóstico y tarda de 4-6 h en promedio, para generar el resultado. En la mayoría de los infectados sintomáticos, la positividad de la prueba ocurre desde el primer día de los síntomas, alcanzando su máximo dentro de la primera semana y, a partir de la tercera semana, inicia su descenso hasta volverse indetectable. En pacientes hospitalizados graves, puede persistir positiva más de tres semanas después del inicio de la enfermedad. Esta

positividad disminuye más lentamente en el esputo y aún puede ser positiva después de que los hisopados nasofaríngeos sean negativos. (47)

Serología

El test de detección de anticuerpos totales por ELISA (IgM e IgG), es una técnica cuantitativa útil en la detección de pacientes con enfermedad leve a moderada, que pueden presentar retraso en la positividad de la RT-PCR (> 2 semanas), identificando además aquellas personas con probable inmunización. Sus concentraciones en sangre comienzan a aumentar significativamente después de la segunda semana del inicio de los síntomas; más frecuentemente entre la tercera y cuarta semana del inicio de la enfermedad. Posteriormente, la IgM disminuye y alcanza niveles más bajos en la semana 5 y casi desaparece en la semana 7, mientras que la IgG persiste más allá de las 7 semanas. Estos test tienen una especificidad superior a 95% y tardan en promedio 2-5 h en mostrar resultados. (47)

Test diagnóstico rápido

Detección del virus. Los test de diagnóstico rápido reflejan la presencia o ausencia (cualitativa) de antígenos propios del SARS-CoV-2. Se cree que pueden tener una buena correlación con la RT-PCR; tardando entre 15-20 min en mostrar resultados (positivo o negativo). Se han desarrollado y comercializado ampliamente, pero son de calidad variable, ya que poseen una baja sensibilidad (aunque un valor predictor positivo alto) lo que podría llevar a que un porcentaje importante de sujetos infectados no logren ser pesquisados. Estos antígenos se detectan sólo si el virus se encuentra replicándose de forma activa, lo que otorga utilidad en la detección temprana o aguda de esta infección. (47)

Imagenología

La imagenología es un complemento necesario para entender los cambios expresados en la etapa II. Un estudio comparó la frecuencia de hallazgos anormales en la radiografía de tórax versus la tomografía computada (TC) de

tórax, variando de 59,1 a 86,2%, respectivamente, haciendo preferible la TC como estudio imagenológico de elección. (47)

2.2.2.5. Tratamiento Farmacológico

Actualmente no hay evidencia clínica que permita recomendar un tratamiento específico de la infección en pacientes causada por SARS-CoV-2. Sin embargo, con los conocimientos actuales se pueden hacer ciertas recomendaciones para el manejo sintomático como son la hidroxiclороquina y cloroquina son fármacos inmunomoduladores con estructura química muy similar, que han demostrado tener mecanismos antivirales, reduciendo la unión entre las células huésped y las proteínas de superficie del coronavirus. (48)

Remdesivir es un análogo de nucleótido que interfiere con la polimerización del ARN del virus. se evidenció que tenía actividad in vitro contra varios coronavirus. Se ha descrito que el uso conjunto de hidroxiclороquina 400 mg/día de 5 a 14 días con azitromicina 500 mg cada 24 horas por 5 días se asoció con una caída rápida de la carga viral nasofaríngea, disminuyó los días de estancia hospitalaria y favoreció la eliminación más rápida del virus. (48)

2.2.2.6. Prevención

La OMS, recomienda evitar el contacto cercano con personas que sufren infecciones respiratorias agudas. Estas medidas incluyen:

- Evitar frecuentar espacios cerrados con aglomeración de personas.
- El lavado de manos es clave para la prevención. Se recomienda hacerlo con frecuencia, principalmente, tras el contacto directo con personas enfermas
- Evitar tocarse con las manos sin lavar, los ojos, la nariz y la boca.
- Evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- Si está enfermo, quedarse en casa.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable y luego eliminarlo
- Los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente, limpiar y desinfectar usando un producto común de limpieza de uso doméstico. (49)

2.2.3. Teoría que explican el estrés.

Modelo de adaptación por Sor Callista Roy

Roy describe a las personas como seres holísticos, con partes que funcionan como unidad con algún propósito, no en una relación causa-efecto. Los sistemas humanos incluyen a las personas como individuos, grupos, familias, comunidades, organizaciones, y a la sociedad como un todo. Los seres humanos se adaptan a través de procesos de aprendizaje adquiridos mucho tiempo atrás, por esta razón, se debe considerar a la persona como un ser único, digno, autónomo y libre, que forma parte de un contexto del cual no se puede separar. Este concepto está directamente relacionado con el de adaptación, de tal forma que la percepción que tiene de las situaciones a las cuales se enfrenta son individuales y diferentes para cada uno. (50)

Al hablar de modos adaptativos nos referimos a la forma o método para adaptarse o afrontar el ambiente cambiante. El resultado final más conveniente es un estado en el cual los modos adaptativos facilitan la consecución de las metas personales, incluyendo supervivencia, crecimiento, reproducción y dominio. Por tanto, según Roy la adaptación ocurre en la medida en el individuo mantiene su integridad biopsicosocial a través de sus modos o formas de adaptación. Si los mecanismos de enfrentamiento son eficaces para resolver la tensión, se obtiene un estado dinámico de equilibrio que facilita la consecución de las metas del individuo. (51)

Las características de los modos adaptativos y su relación con la adaptación al estrés: Desempeño de roles, es uno de los modos sociales y atiende a los roles que asume la persona en la sociedad, representan la forma en que los individuos cumplen con sus obligaciones, por ejemplo, este modo adaptativo hace referencia a la utilización efectiva de los mecanismos de defensa y de solución de problemas, a la percepción de sí mismo en relación a las conductas de rol esperadas, a la respuesta emocional, el genio, el humor, entre otros.

Auto concepto, es un modo psicosocial cuyos componentes son el yo físico, que implica sensaciones e imagen corporal y el, yo personal, constituido por la coherencia con uno mismo, con los ideales y expectativas, hace referencia a la integridad psicológica del hombre, a su autoestima, su nivel emocional, las actitudes hacia uno mismo, la apariencia física general, la expresión de la rabia, la integración social, etc. (51)

Interdependencia, al igual que el desempeño de roles es un modo adaptativo de carácter social e implica las relaciones con las personas significativas y sistemas de apoyo, a través de la interdependencia nuestras vidas cobran significado y propósito, en otras palabras, este modo adaptativo hace referencia a la búsqueda de afecto, ayuda y atención, a la capacidad de tomar iniciativas, a las respuestas emocionales en general, conductas autónomas, conductas de soledad (enfermedades psicosomáticas, comer o fumar en exceso).

Fisiológico, está relacionado con la necesidad básica de integridad fisiológica. A su vez puede dividirse en ejercicio y reposo, nutrición, eliminación, líquidos y electrolitos, oxígeno y circulación, regulación de la temperatura, regulación de los sentidos, regulación del sistema endocrino. (51)

Esta teoría contribuyó a la investigación al entrelazar, los estresores a los cuales se enfrentan, que son individuales y diferentes para cada individuo y los mecanismos de afrontamiento que sirven para resolver la tensión, esta relación sirvió para determinar la existencia de estrés en los internos. Además permite explicar la problemática planteada en este estudio debido a que, frente a la actual pandemia que se está viviendo a nivel mundial toda la población, en especial los profesionales de la salud, han tenido que optar por nuevos estilos de vida procurando mantenerse sanos y evitar un contagio por COVID-19, (50)

Teniendo en cuenta, que para llegar a un nivel adaptativo ideal para sobrellevar de la mejor manera este gran cambio en los estilos de vida que se dio frente a la crisis sanitaria, debieron responder a estímulos internos y externos los cuales se presentaron desde el primer día en que el virus se presentó en nuestro país.

Provocando estrés en la población y conductas irracionales las cuales con el tiempo fueron disminuyendo debido a que cada persona optaba por nuevos métodos en cuanto a su cuidado y seguían los lineamientos dispuestos por el Ministerio de Salud y a la vez que fue volviendo a la normalidad. (51)

2.3. Variables

- Nivel de Estrés percibido en internos de enfermería

2.4. Operacionalización de las variables

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	subdimensiones	Indicadores	Ítem	Criterios de Medición	Puntaje final	Instrumento
Nivel de Estrés percibido de los internos de enfermería:	Es una alteración en el equilibrio del organismo causada por la acción de un agente externo o interno, y el organismo reacciona de forma extraordinaria para restaurar el equilibrio. (32)	Nivel de estrés bajo Nivel de estrés moderado	Distrés General	- Afectado inesperadamente	Preguntas: 1, 2, 3, 6, 9, 10	Nunca (0)	Bajo: 0 a 13 puntos	Escala de estrés percibido (EEP-10) Guzmán, J. año 2020
				- Incapaz de controlar cosas		De vez en cuando (2)		
				- Nervioso o estresado		A menudo (3)	Moderado: 14 a 27 Puntos (56)	
				- No podía afrontar		Muy a menudo (4)		
				- Enfadado		(56)		
				- Dificultades se acumulan. (56)				
		Nivel de estrés alto	Capacidad de Afrontamiento	- Manejar problemas	Preguntas: 4, 5, 7, 8	Nunca (4)	Alto: 28 a 40 puntos	
				- Las cosas van bien		Casi nunca (3)		
				- Control de dificultades		De vez en cuando (2)		
				- Todo bajo control. (56)		A menudo (1)		
						Muy a menudo (0)		
						(56)		

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de estudio

El presente estudio fue de tipo descriptivo, cuantitativo y de corte transversal.

Cuantitativo: porque se usó la medición numérica y el análisis estadístico para establecer el nivel de estrés percibido de los internos de Enfermería. (53)

Descriptivo: por que permitió describir las características del estrés percibido alrededor del cual se centra el estudio, tal cual como se presente sin manipular las variables. (54)

De Corte Transversal: ya que la información recogida de los internos de Enfermería fue en un determinado de tiempo y espacio, hasta completar con el estudio de la muestra. (55)

3.2. Población y muestra de estudio

3.2.1. Población de estudio

El presente estudio se realizó con 31 internos de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, quienes conformaron la población total.

3.2.2. Muestra

Se trabajó con los 31 Internos de Enfermería por ser una población pequeña.

3.3. Criterios de selección

3.3.1. Criterios de inclusión

- Internos de enfermería matriculados durante el primer semestre del año 2021, de la Universidad Nacional de Cajamarca.
- Internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, que se encontraron realizando sus prácticas de internado durante la pandemia por covid-19.
- Internos de enfermería que aceptaron participar en la investigación de manera

voluntaria y firmaron el consentimiento informado

3.3.2. Criterios de exclusión

- Internos de enfermería que no pertenezcan a la Universidad Nacional de Cajamarca.

3.4. Unidad de análisis

Cada Interno de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, que se encontraron desarrollando sus prácticas de internado en el Hospital Regional Docente de Cajamarca, 2022.

Técnica

En esta investigación, se aplicó la técnica de la encuesta, se envió el cuestionario seleccionado a inicios del mes de marzo de manera virtual a cada uno de los internos de enfermería participantes en el estudio. La aplicación de dicho cuestionario tuvo una duración de 15 minutos.

Instrumentos y procedimiento para la recolección de información

Se utilizó un cuestionario (Anexo 1) que tuvo dos partes: en la primera parte se consignaron datos relacionados a características sociodemográficas tales como edad, sexo, ocupación y estado civil, que sirvieron para caracterizar a la población en estudio. La segunda parte contiene preguntas relacionadas a la escala de estrés percibido (EEP – 10), cuestionario tomado de la investigación titulada. Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos realizado por Guzmán, J. en el año 2020, obteniendo una alta confiabilidad con un alfa de Cronbach de 0.86. (56)

Dicho instrumento estuvo conformado por 10 preguntas divididas en dos dimensiones, distrés general con los ítems 1,2,3,6,9,10 con 5 opciones de respuesta tipo Likert, que varían de: nunca 0 puntos, casi nunca 1 punto, de vez en cuando 2 puntos, a menudo 3 puntos y muy a menudo 4 puntos. Y capacidad de afrontamiento con los ítems 4,5,7,8 con 5 opciones de respuesta tipo Likert, pero con valores invertidos: nunca 4 puntos, casi nunca 3 puntos, de vez en cuando

2 puntos, a menudo 1 punto y muy a menudo 0 puntos. Para obtener la puntuación total se sumaron los 10 ítems. El rango varía entre 0-13 (bajo estrés percibido), 14-28 (moderado estrés percibido) y 28-40 (alto estrés percibido). (57)

Recolección de datos

Para la recolección de información se solicitó el permiso correspondiente a la directora de la Escuela Académico Profesional de Enfermería y antes de la aplicación del instrumento a cada interno de enfermería se hizo conocer el objetivo de la investigación y que su participación es voluntaria y se informó que los datos obtenidos serán confidenciales obteniendo así el consentimiento informado (Anexo 2)

Procesamiento y análisis de datos

Se inició con revisión manual de cada uno de los cuestionarios, a fin de identificar inconsistencias, posteriormente se codificó cada uno de los cuestionarios, luego fueron transcritas al programa SPSS versión 27 para obtener una base de datos consistentes. El análisis se realizó en base a la literatura revisada, fuentes primarias y secundarias actualizadas, también se tuvo en cuenta investigaciones anteriores en base a la literatura revisada, antecedentes de la investigación y propias vivencias: Para la discusión se realizó con el método descriptivo analítico y deductivo. Los resultados fueron presentados en tablas simples, indicando su frecuencia, porcentaje y medias.

3.5. Consideraciones éticas

Durante el desarrollo de la investigación se procuró fomentar el bienestar e integridad del interno en todo momento, para ello se aplicaron los siguientes aspectos éticos.

Principio de autonomía: se empleó durante la investigación en el momento que los estudiantes tomaron la decisión de participar libremente en el estudio, habiendo recibido una información clara y precisa sobre la finalidad del estudio y la forma de llenado del instrumento. Por ello los participantes que aceptaron ser parte de esta investigación firmaron el formato de consentimiento informado, libremente, sin ninguna coacción.

Principio de no maleficencia: en el cuestionario se hizo mención que los datos obtenidos en el estudio serán confidenciales y que a su vez no se darán un mal uso a las respuestas obtenidas ni se perjudicará la integridad de su persona.

Principio de justicia: durante la aplicación del instrumento se trató a todos los estudiantes con respeto e igualdad, a su vez el cuestionario utilizado no distinguió ni discriminó a ningún estudiante ya sea por su sexo, raza, religión, cultura, etc.

Valor científico: la investigación proporcionará información relevante, validada y confiable. (58)

CAPÍTULO IV

4.1. Resultados y discusión

Tabla 1: Características sociodemográficas de los internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, durante pandemia COVID - 19, 2022.

Características Sociodemográficas	N.º	%
Sexo		
Femenino	26	83,87
Masculino	5	16,13
Estado civil		
Soltero	30	96,77
Conviviente	1	3,23
Ocupación		
Solo estudio	9	29,03
Estudio y trabajo eventual	20	64,52
Estudio y trabajo estable	2	6,45
Edad		
De 20 a 25 años	25	80,64
De 26 a 30 años	6	19,36
Total	31	100

Fuente: Cuestionario elaborada por Tesista. Cajamarca 2022

En la Tabla 1 se observa, las características sociodemográficas de los internos de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca. Con respecto al sexo el 83,87% son mujeres y 16,13% son varones, lo que nos indica que la población femenina sigue imperando. También se puede aseverar que existe un porcentaje considerable de varones que optan por la carrera de Enfermería. Datos que pueden corroborarse con los resultados encontrados por Rengifo, F. En el año 2021, en relación con el sexo 89,7% son de sexo femenino y el 10,3% son masculinos (28). En la actualidad, aún, la profesión de Enfermería está conformada en su mayoría por mujeres sin embargo existe una tendencia importante de ingreso de hombres a dicha carrera, pudiendo referirse a una masculinización de la enfermería, en cierta medida relacionada con las buenas proyecciones laborales, el amplio campo de trabajo, buenos sueldos y el carácter científico humanista de la profesión. (59)

Según edad el 80,65% de internos de Enfermería tuvieron entre 20 a 25 años y 19,35% entre 26 a 30 años. Esto se debe a que la edad promedio para culminar los estudios y comenzar el internado es a partir de 21 años, pero se observa un porcentaje alarmante de estudiantes que comenzaron su internado a partir de los 26 años, ya sea porque se retiraron de la carrera, reprobaron cursos o por el cierre de universidades a causa de la pandemia lo cual retraso el internado esto se contrasta con los datos obtenidos por Pizarro, J. con respecto a la edad en el grupo de estudiantes del internado rotativo de la carrera de enfermería, el 72%, corresponde a las edades de 19 a 25 años, 28,1% corresponden a edades mayores de 26 años en el año 2021. (24)

Según ocupación 29,03% solo estudia, 64,52% estudia y trabaja eventualmente, este grupo al tener doble responsabilidad también se constituye en grupo vulnerable de presentar estrés, podría agravarse por la eventualidad de un trabajo. y 6,45% estudia y tiene trabajo estable, los estudiantes que tienen un trabajo estable y a pesar de la doble responsabilidad, la parte económica estaría asegurado y podrían presentar menos estrés.

En estado civil 96,77% son solteros y 3,23% convivientes, este último grupo se constituye en riesgo inminente de presentar estrés en más alto nivel, por las responsabilidades que tengan que cumplir como estudiante, sostener una familia más aun durante la coyuntura sanitaria del momento. Este último grupo de 26-30 años, es probable que sea el grupo que trabajan, tengan carga familiar, económica, social, entre otras, por consiguiente, pueden presentar estrés de mayor nivel, aunado a la situación sanitaria por la pandemia del Covid-19. Nuestros resultados contrastan con los obtenidos por Vargas, R. Donde el 5,8% de la población en estudio son convivientes y 91,5% Solteros (as) (27).

Tabla 2. Nivel de estrés percibido en internos de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, durante pandemia COVID - 19, 2022.

NIVEL DE ESTRÉS	N.º	%
Alto	2	6,5
Moderado	21	67,7
Bajo	8	25,8
TOTAL	31	100

Fuente: Guzmán, J. Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos, 2020

En la tabla 2 se muestra el nivel de estrés percibido de los internos de Enfermería, durante la pandemia COVID - 19, encontrando que el mayor porcentaje (67,7%) presentaron un nivel de estrés moderado, seguido de un 25,8% que tuvieron un nivel bajo de estrés y sólo 6,5% nivel alto.

De los datos se infiere que, dos terceras partes de los internos de enfermería presentaron un nivel moderado de estrés, siendo los enunciados más expresados por los internos en relación al distrés “son incapaces de controlar las cosas importantes en su vida”, “se enfadan con facilidad cuando les ocurre cosas que están fuera de su control”, se sienten nerviosos, irritables” y en relación a la capacidad de afrontamiento, manifiestan que “no pueden manejar sus problemas” y “controlar sus dificultades”.

Estas características contrastan con lo que menciona Sullca, G. en su estudio, cuyos síntomas fueron: insomnio, nerviosismo, déficit de atención y concentración, distanciamiento, irritabilidad, estar emocionalmente exhausto, con sentimientos de frustración e incapacidad para controlar los problemas(26), todo esto puede estar relacionado con la crisis sanitaria que se está viviendo, la misma que llevó a la interrupción y luego a la reanudación del internado, en los diferentes hospitales y centros de salud, lo cual es un requisito indispensable para poder

culminar la formación académica, aunado a una mayor responsabilidad en la atención de los usuarios y de ellos mismos, ante el riesgo inminente de contagio.

Cuestas en el año 2020 corrobora los resultados de esta investigación, ya que en su estudio predominó el nivel de estrés moderado con 71%, nivel bajo 24,6% y alto 4,3%, mencionando que casi el 95% refiere que el estrés se debe a factores estresantes como dificultad para manejar y controlar los problemas generados por la emergencia sanitaria además del aislamiento social y cambios en la modalidad de enseñanza a los que estuvieron expuestos los internos que luego lo manifestaron a través de los síntomas como: dificultad para concentrarse, cansancio, somnolencia, nerviosismo, irritabilidad mal humor, falta de energía entre otros. (25).

Así mismo Sheroun D. et al, data en su estudio, encontró que 82,67% de internos de Enfermería presentaron niveles moderados de estrés y solo 13,35% niveles altos. Su estudio fue realizado en fase inicial del brote de COVID-19, pero los datos de este estudio, fueron obtenidos después de dos años de inicio de la pandemia, por lo que se deduce que el estrés en internos de enfermería durante la pandemia por COVID-19, ya se encontraba en un nivel moderado, además reitera que los efectos negativos del estrés, en los internos se deben a los cambios drásticos impuestos ante la pandemia como: aislamiento social y desarrollo de actividades académicas durante la pandemia COVID- 19 (21).

De la misma manera se encuentran semejanzas con el estudio de Rengifo quien encontró 73,7% de participantes presentaron nivel moderado de estrés, 15,6% bajo y 10,7% alto, además refiere del mismo modo que el estrés moderado estuvo presente antes y durante la pandemia ya que considera que las carreras de salud son altamente estresantes, también menciona que la pandemia ha producido preocupación en el interno, debido a la sobrecarga de actividades académicas que puede afectar su desempeño, este factor es referido como una sobre exigencia que lleva al desgaste de las reservas de energía, que produce un desequilibrio psicológico y fisiológico que afecta en la actividad académica del estudiante. (28)

Así mismo los resultados de la investigación son similares a las de Vargas, quien data que 62,3% de internos alcanzó un nivel de estrés moderado y 37,7% nivel alto, además manifiesta que la pandemia por el Covid-19 ha llegado a ser uno de los principales estresores que ha enfrentado la humanidad en el último siglo, ya que se ha convertido en un conjunto complejo de situaciones que tienen un alto potencial de amenaza y de pérdidas humanas, y por esta razón, se necesita de grandes esfuerzos para el control, afrontamiento y adaptación al estrés. (27)

Al respecto Navines en el 2016, manifiesta que ante el miedo, frustración y ansiedad, el cerebro al detectar la amenaza estimula al hipotálamo, que produce factores liberadores y una de estas sustancias es la hormona denominada adrenocorticotropa que funciona como un mensajero fisiológico produciendo un incremento de cortisol que a su vez viaja por la vía nerviosa desde el hipotálamo hasta la médula suprarrenal, que activa la producción de adrenalina, esta hormona es la responsable de las reacciones físicas y emocionales que es la primera fase denominada reacción de alarma. (34)

Según Peña E. Considera que, el estrés es perjudicial para la salud y la vida de las personas; sin embargo, no siempre las respuestas tienden a traer consecuencias negativas y muchas veces se convierten en un componente necesario que da el impulso para alcanzar objetivos y que a lo largo de la vida es inevitable experimentar estrés, todas las personas lo experimentan en cierto grado ante la presencia de estímulos y acontecimientos. (35) Es cuando el estrés comienza a manifestar síntomas, que no pueden ser controlados o disminuidos por la capacidad de afrontamiento que posee el individuo, se genera la segunda fase llamada Estado de Resistencia. (34)

Este estado se produce cuando el individuo es sometido de forma prolongada ante agentes lesivos tanto físicos, químicos, biológicos o sociales. El organismo, tratara de adaptarse a dichos estresores de manera progresiva pero cuando estos lo sobrepasaron se llega a la última fase que se denomina: Fase de agotamiento donde la disminución progresiva de la capacidad de adaptación o afrontamiento del organismo frente a una situación de estrés prolongado, conduce a un estado de

gran deterioro, produciendo así el estrés, puesto que sus capacidades de adaptación e interrelación con el medio estresor están reducidas al mínimo. (34)

Cabe resaltar que existen investigaciones que difieren de los resultados obtenidos en el presente estudio, tales son los resultados obtenidos por Sullca G. donde el nivel predominante es el estrés severo con 67,7% y 22,6% con nivel de estrés moderado. (26). El nivel de estrés alto, se produce cuando los agentes estresores sobrepasan la capacidad de afrontamiento siendo los principales estresores la incertidumbre, contacto con el sufrimiento y el cuidado brindado a los pacientes por parte de los internos, a todo esto, se suma la sobre carga de tareas encargados, que tienen que realizar obligatoriamente como parte de la malla académica y por consiguiente tener el tiempo limitado lo que se convierte en un generador de estrés provocando síntomas similares como: insomnio, nerviosismo, déficit de atención, irritabilidad, estar emocionalmente exhausto, con sentimientos de frustración e incapacidad para controlar los problemas (41)

Del mismo modo difieren con los datos de Asenjo J. ya que en su investigación muestra que el nivel de estrés académico fue severo 50,81% y el 6.5% presentó estrés alto. (30). De la misma manera Chicaiza, J. Ecuador, 2020, en su estudio muestra que el 68% se encuentran en un nivel de estrés alto, seguido, 31% nivel de estrés moderado, frente al 67,7 que presentaron estrés moderado y 6.5% nivel alto, para el autor todo encuentra relacionado a su totalidad a la pandemia que actualmente se vive a nivel mundial, siendo los generadores de estrés predominantes el sentirse afectado como si algo grave fuera a ocurrir inesperadamente, impotencia e incertidumbre, el contacto con el sufrimiento y factores ambientales que involucran la sobrecarga académica, perjudicando la salud mental de los internos y afectando el cuidado brindado a los pacientes.. (23)

De igual manera en la disertación Rengifo F. el nivel de estrés que prevaleció en internos de enfermería fue el severo y este se ha intensificado durante la pandemia y por la naturaleza de su formación, porque deben enfrentarse a las actividades académicas y a la percepción del riesgo de contagio simultáneamente. Además de que se están formando como profesionales deben interiorizar que pertenecen a una profesión de servicio, de responsabilidad social y de valores éticos, para salvaguardar la salud y la vida. Además, señala que las causas principales de estrés fueron, acumulación de tareas, y sobrecarga académica y los estresores se intensifican en condiciones de aislamiento social, porque se suprimen las actividades sociales presenciales que fomentan la disminución de estrés. (30)

Este estudio muestra diferencias con el desarrollado por Mudvi, Y. En el 2021, ya que, indica que la mayoría de estudiantes de enfermería presentaron nivel de estrés percibido leve. esto quiere decir que la capacidad de afrontamiento pudo mantener y/o disminuir el estrés, manifestándose a través de acciones y pensamientos como: manejar sus problemas, sentir que las cosas van bien controlar sus dificultades y tener todos bajo control, todo esto se relaciona al nivel bajo de estrés. (22) El estrés leve permite que el individuo utilice sus recursos y afronte la situación estresante de manera exitosa, además una cantidad mínima de estrés permite al individuo mantenerse en un estado de alerta, lo que le permite ser productivo y eficiente. (35)

Para Pizarro J. 93.8% de su población presentó estrés durante la pandemia, refiere que esto se debe principalmente a la falta de equipo de protección personal en las diferentes instituciones para el uso exclusivo de los internos, que laboran en las diferentes áreas de salud durante de la pandemia ya sea en el área urbana o en la zona rural, esto propició el incremento de estrés manifestando pensamientos como, sentirse incapaz de controlar cosas nerviosismo o sentir que las dificultades se acumulan, temor al contagio o contagiarse a sus familias y amigos, ya que no se tenía un estudio completo del virus sumado a la falta de capacitación para enfrentar esta pandemia. (24)

Es así que Vargas G. Recalca que dependiendo de la etapa de formación académica, es diferente el grado de responsabilidad y toma de decisiones de los estudiantes de enfermería en un entorno clínico, debido al cambio inminente en las condiciones de atención, esto presentó una incertidumbre compleja en los nuevos roles de los estudiantes que cursan ciclos de internado aumentando así los niveles de estrés, además recalca que el estrés es un fenómeno que se interpreta en referencia a un conjunto de síntomas, entre los cuales se encuentra el nerviosismo, el enfado, el cansancio, el agobio, la inquietud, la irritabilidad y otras sensaciones parecidas.(27)

En la investigación realizada por Canasa I. a internos de la carrera de enfermería de la Universidad Privada del Norte sobre factores generadores de estrés, observó que, en su mayoría, la población señala a la sobrecarga académica como un factor importante generador de estrés. (42) Guillen, K. evidenció que los internos de enfermería desarrollaron estrés durante las prácticas clínicas y esto es resultado de la sobrecarga de tareas y trabajos, falta de competencias, impotencia e incertidumbre, las evaluaciones, tipo de trabajos que piden los docentes y miedo a contagiarse durante las prácticas clínicas. (29)

CONCLUSIONES

1. En cuanto al nivel de estrés el mayor porcentaje de Internos de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, durante la pandemia COVID 19 – 2022, presentaron un nivel de estrés moderado.

RECOMENDACIONES

1. A las autoridades de la Oficina de Bienestar Universitario de la Universidad Nacional de Cajamarca en especial a los responsables del servicio de Psicología enfocarse en trabajar en la salud mental, que englobe a los internos de enfermería, antes y después del internado para proporcionar apoyo en caso que se requiera, además de enseñar el manejo de técnicas y terapias de resolución del estrés, durante el contexto de pandemia.
2. Socializar los resultados de la presente investigación con la plana docente de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, con la finalidad de identificar tempranamente estrés académico entre los estudiantes de enfermería que pueda ayudar a potenciar estrategias de afrontamiento que garanticen el bienestar de los estudiantes y por ende un mejor desempeño.
3. A los Docentes del área de Salud Mental de la Escuela Académico Profesional de Enfermería, de la Universidad Nacional de Cajamarca incluyan métodos y técnicas sobre manejo de estrés, solución de problemas, así como actividades de autocuidado, con la finalidad de lograr que los internos tengan una buena capacidad de afrontamiento ante los estresores presentados durante el internado.
4. A los estudiantes de Enfermería la Escuela Académico Profesional de Enfermería de La Universidad Nacional de Cajamarca seguir motivándolos para que continúen realizando investigaciones relacionadas con la salud mental resaltando el estrés académico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rivera, k. Salud mental en estudiantes de Odontología durante la pandemia de COVID-19. Scielo. [Internet]. 2021 [citado 2 de mayo de 2021];1(31) 68-69. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S101943552021000100068
2. Monterrosa, A. Dávila, R. Mejía, A. Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. Portal Regional de la BVS Información y Conocimiento para la Salud. [Internet]. 2020 [citado 2 de octubre de 2021];2(23) 185-213. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/08/1117984/3890-estres-laboral-ansiedad-y-miedo-covid.pdf>
3. García, P. Aleyda, A. Hinojosa, L. Estrés laboral en enfermeras de un hospital público de la zona fronteriza de México, en el contexto de la pandemia COVID-19. Revista de Salud Pública. [Internet]. 2020 [citado 15 de diciembre de 2021];1(34); 65-73. Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/31332>
4. Aldazabal, Y. Estrés durante la Pandemia en Enfermeros que laboran primera línea en un Hospital COVID-19 en Lima. Revista de Investigación Científica Ágora. [Internet]. 2020 [citado 15 de diciembre de 2021]; 7 (2); 107-113. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.21679/arc.v7i2.178>
5. Ozamiz, N. Dosil, M. Picaza, M. Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. Scielo [Internet]. 2020[citado 15 de diciembre de 2021]; 4(36) Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/csp/2020.v36n4/e00054020/es/>
6. González, L. Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por covid-19. Espacio innovación más desarrollo. [Internet]. 2020 [citado 2 de agosto de 2021];9(25) Disponible en: <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/782>

7. World health Organization. La OMS declara que el nuevo brote de coronavirus es una emergencia de salud pública de importancia internacional. [Internet]. Washington-Estados Unidos. 2020 [citado 2 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/30-1-2020-oms-declara-que-nuevo-brotecoronavirus-es-emergencia-salud-publica-importancia>

8. Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y el Caribe, Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe. COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones. [Internet]. 2020. p. 16. [citado 2 de mayo de 2021]. Disponible en: <http://www.iesalc.unesco.org/wpcontent/uploads/2020/04/COVID-19060420-ES-2.pdf>

9. Sheroun, D. Wankhar, D. Devrani, A. A Study to Assess the Perceived Stress and Coping Strategies among B.Sc. Nursing Students of Selected Colleges in Pune during COVID-19 Pandemic Lockdown International Journal of Science and Healthcare Research [Internet]. 2020 [citado 15 de septiembre de 2021]; 5(2). Disponible en: https://ijshr.com/IJSHR_Vol.5_Issue.2_April2020/IJSHR0038.pdf

10. Seedhom, A. Kamel, G. Mohammed, S. Predictors of Perceived Stress among Medical and Nonmedical College Students, Minia, Egypt. US National Library of Medicine National Institutes of Health. [Internet]. 2017 [citado 5 de septiembre de 2021]; 11 (1):1-13. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6592112/>

11. Martín, I. Estrés académico en estudiantes universitarios. Apuntes de Psicología. [Internet]. 2007 [citado 2 de mayo de 2021]; 25(1): 87-99. Disponible en: https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf

12. Duarte, J. Varela, I. Braschi, L. Estrés en estudiantes de enfermería. Educación Médica Superior [Internet]. 2017 [citado 2 de mayo de 2021]; 31(1). Disponible en: <http://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1067/560>
13. Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y el Caribe, Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe. COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones. [Internet]. 2020. p. 9. [citado 2demayode2021]. Disponible en: <http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID-19-060420-ES-2.pdf>
14. Silva, D. Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. Revista Ciencia y Cuidado [Internet]. 2015 [citado 3 de mayo de 2021];12(1)119-120. Disponible en: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/332/346>
15. Organización Mundial de la Salud. Salud Mental y COVID-19. Cuidandola salud mental del personal sanitario durante la pandemia de COVID-19 [Internet]. 2020 [citado 3 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>
16. Vásquez, L, Díaz, O. Nivel de estrés académico en estudiantes deenfermería durante la pandemia de COVID-19. Revista Peruana de Investigación en Salud. [Internet]. 2021 [citado 3 de diciembre de 2021];5 (2) 59-66 Disponible en: <http://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867/937>
17. Ramírez, A. Mental health consequences of the COVID-19 pandemic associated with social isolation. Colombian Society of Anesthesiology and Reanimation [Internet]. 2020 [citado 15 agosto de 2021]; 48(4): 773-783. Disponible en: <https://www.revcolanest.com.co/index.php/rca/article/view/930>

18. Galvin, E. Suominen, C. Morgan, A. Mental health nursing students' experiences of stress during training: a thematic analysis of qualitative interviews. *International Journal of Science and Healthcare Research* [Internet]. 2015 [citado 15 agosto de 2021]; 22(10): 773-783. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jpm.12273>
19. Silva, D. Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado* [Internet]. 2015 [citado 3 de octubre de 2021];12(1)120-121. Disponible en: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/332/346>
20. Vargas, R. Vargas, A. Estrés y nivel de afrontamiento de las internas(os) de enfermería ante la pandemia por COVID -19 [Tesis]. Trujillo. Universidad Nacional de Trujillo:2021. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/17683/1975.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Sheroun D, Wankhar D, Devrani A. A Study to Assess the Perceived Stress and Coping Strategies among B.Sc. Nursing Students of Selected Colleges in Pune during COVID-19 Pandemic Lockdown. *International Journal of Science and Healthcare Research* [Internet]. 2019 [citado 15 agosto de 2021]; 5(2):280-288. Disponible en: https://ijshr.com/IJSHR_Vol.5_Issue.2April2020/IJSHR0038.pdf
22. Muvdi, Y. Malvaceda, E. Barreto, F. et al. Estrés percibido en estudiantes de enfermería durante el confinamiento obligatorio por Covid-19. *Revista Cuidarte* [Internet]. 2021 [citado 2 de mayo de 2021];12(2). Disponible en: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/1330>
23. Chicaiza, J. Mueses, A. Estrés en internos rotativos de enfermería en tiempo de pandemia 2021. [Tesis]. Ibarra: Universidad Técnica del Norte; 2021. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11306/2/06%20ENF%201184%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

24. Pizarro, J. Yunda, L. Chamba, M. Psychological impact on rotating boarding nursing students during the covid-19 pandemic, Ecuador. Polo del conocimiento [Internet]. 2021 [citado 5 de octubre de 2021];6(8):242-256. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2935/html>
25. Cuestas, J. Estrés percibido durante la pandemia Covid-19 en un grupo de estudiantes de enfermería de una universidad en Lima Norte, 2020 [Tesis]. Lima: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2020. Disponible en: https://repositorio.uich.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/561/Cuestas_J_tesis_enfermeria_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
26. Sullca, G. Estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener 2020” [Tesis]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener; 2020. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/handle/123456789/3790#:~:text=Objetivo%3A%20determinar%20el%20nivel%20de,la%20Universidad%20Norbert%20Wiener%202020.&text=Resultados%3A%20el%20nivel%20de%20estr%C3%A9s,67%2C7%25%20estr%C3%A9s%20moderado.Allowed=y>
27. Vargas, R. Vargas, A. Estrés y nivel de afrontamiento de las internas(os) de enfermería ante la pandemia por COVID -19 [Tesis]. Trujillo. Universidad Nacional de Trujillo: 2021. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/17683/1975.pdf?sequence=1&is>
28. Rengifo, R. Lozano, J. Estrés percibido durante la pandemia de la COVID - 19 en internos de la Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Martín Tarapoto. Periodo mayo - octubre 2021, [Tesis] Tarapoto. Universidad Nacional de San Martín Disponible en: <https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/4271/ENFERMER%c3%8dA%20%20Reyna%20Isabel%20Rengifo%20Cabanillas%20%26%20Juan%20David%20Lozano%20Garc%c3%ada.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

29. Guillen, I. Aguilar, C. Aguado, T. et al. Stress in nursing students during clinical practices in times of covid-19 pandemic. *Revistas Científica de enfermería de Lima* [Internet]. 2022 [citado 2 de enero de 2022];11(1): 78-85 Disponible en: <https://revista.cep.org.pe/index.php/RECIEN/article/view/117/115>
30. Asenjo. J, Linares, O. Díaz, Y. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Investigación en Salud* [Internet]. 2021 [citado 12 de mayo de 2021];5(2):59-60. Disponible en: <http://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867>
31. Asociación Americana de Psicología. *Comprendiendo el estrés crónico* [Internet]. Washington-Estados Unidos. 2013 [citado 10 de julio de 2021]. Disponible en: <https://www.apa.org/topics/stress/estrés-cronico>
32. Sánchez, J. Estrés laboral. *BINASSS* [Internet]. 2010 [citado 12 de mayo de 2021];8(2)55-63. Disponible en: <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Estr%C3%A9s%20laboral.pdf>
33. Barrio, J. García, M. Ruiz, I. et al. El estrés como respuesta. *Redalyc* [Internet]. 2016 [citado 13 de junio de 2021];1(1)37-48. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>
34. Navinés, R. Martín, R. Olivé, V. et al. Work-related stress: Implications for physical and mental health. *Science Direct* [Internet]. 2016 [citado 14 de junio de 2021];146(8)359-366. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0025775315006491>
35. Peña, E. Estrés laboral y estilos de afrontamiento en trabajadores administrativos de la Municipalidad de Lima Metropolitana, 2017. Repositorio de la Universidad César Vallejo [citado 31 de diciembre 2021]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3347/Pe%C3%B1a_PEF.pdf?sequence=1

36. Larzabal, A. Ramos M. Propiedades psicométricas de la escala de estrés percibido (pss-14) en estudiantes de bachillerato de la provincia de Tungurahua (Ecuador). Scielo [Internet]. 2019 [citado 16 de junio de 2021];17(2) 2077-2161. Disponible en: <http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sciarttext&pid=S207721612019000200003>
37. Zavala, J. (2008). Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos. Educación [Internet]. 2008 [citado 16 de junio de 2021]; 17(32):67-86. Disponible en: <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/1802>
38. Palacio, O. Palacio A, Varón Y, et al. Academic stress: causes and consequences. Multimed [Internet]. 2013 [citado 16 de junio de 2021]; 17(2). Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410>
39. Cachay, J. Cueva, T. Conflictos éticos que afrontan los internos de enfermería en un hospital del distrito de Chiclayo 2014 [Tesis]. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Disponible en: <http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12423/475>
40. Maury, D. Estresores en la práctica clínica de estudiantes de enfermería del quinto y sexto ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista. 2017 [Tesis]. Universidad Privada San Juan Bautista. Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2843470>
41. Carcagno, G. Inteligencia emocional y factores generadores de estrés durante las prácticas pre profesionales en los estudiantes de Enfermería del tercer quinto año, de una Universidad Privada, Perú 2020 [Tesis]. Universidad Perú Unión. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4950/GraceTesisLicenciatura2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

42. Canasa, I. Factores generadores de estrés en estudiantes de Enfermería en la práctica clínica en la Universidad Privada del Norte, Los Olivos 2019 [Tesis]. Lima: Universidad Privada del Norte. Disponible en: 2020. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11537/24976>
43. Organización Mundial de la Salud. Información básica sobre la COVID-19. [Internet]. 2020 [actualizado 10 de noviembre de 2020; citado 25 de junio de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>
44. Valdivia, G. et al. COVID-19: pathophysiology and therapeutic proposals in clinical research. Revista del Centro de Investigación de la Universidad La Salle [Internet]. 2020 [citado 17 de junio de 2021]; 14(53):133-158. Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302/410>
45. Labori, M. Epidemiology and characteristics of SARS-CoV-2 infection. Medicinapaliativa [Internet]. 2020 [citado 17 de junio de 2021]; 27(3): 157-163. Disponible en: <https://www.es/epidemiologia-y-caracteristicas-de-la-infeccion-por-sars-cov-2528>
46. Maguiña, C. Gastelo R, Tequen A. The new Coronavirus and Covid-19 pandemic. Revista Médica Herediana [Internet]. 2020 [citado 18 de junio de 2021]; 31 (2): 125-131. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1018130X2020000200125>
47. Abarca, B. Vargas, J. García, J. Caracterización patogénica, clínica y diagnóstica de la pandemia por SARS-CoV-2. Revista chilena de infectología [Internet]. 2020 [citado 2021 Jul 17]; 37(3): 265-275. Disponible en: <https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sciarttext&pid=S071610182020000300265>
48. Mercado, J. Taborda, J. Ochoa, E. Tratamiento para COVID-19. Revista Latinoamericana de Infectología Pediátrica [Internet]. 2020 [citado 18 de junio de 2021]; 33(1): 42-51. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/infectologia/lip-2020/lips201e.pdf>

49. Ávila de Tomás, J. Coronavirus covid-19; patogenia, prevención y tratamiento [Internet]. Edición 4. Leioa (PV): Salus Play; 6 de marzo de 2020 [citado 18 de junio de 2021]. Disponible en: <https://evidencia.com/wp-content/uploads/2020/03/CORONAVIRUS-COVID-19-4%C2%AA-Ed-18.03.2020.pdf>
50. Bonfill, A. Lleixa, F. Sáez V. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. Scielo [Internet]. 2010 [citado 2021 diciembre 06]; 19(4): 279-282. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sciarttext&pid=S113212962010000300010&lng=es>.
51. Espinoza, A. Pernas, I. González, R. Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. Revista Humanidades Medicas [Internet]. 2018 [citado 16 Julio 2021];18(3):1-20. Disponible en: http://humanidadesmedicas.sld.cu/index.php/hm/article/view/1264/html_68
52. Silva, N. calidad de vida de los integrantes de la asociación adulto mayor la Tulpuna. Cajamarca, 2016. [Tesis]: Universidad Nacional de Cajamarca. Disponible en: 2020. Disponible en: https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/922/T016_45061002_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
53. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la investigación. Sexta edición. México, 2014. [consultado el 20 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
54. Veiga de Cabo, J. Fuente, E. Zimmermann, M. Modelos de Estudios en Investigación Aplicada: Conceptos y Criterios para el Diseño. Scielo [Internet]. 2008 [citado 18 de junio de 2021]; 54(210): 81-88. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v54n210/aula.pdf>

55. Cvetkovic, A. Maguiña, J, Soto, A. Estudios transversales. Revista de hFacultad de Medicina Humana [Internet]. 2021 [citado 17 de junio de 2021]; 21(1): 179-185. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S230805312021000100179&script=sci_arttext
56. Guzmán, J. Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. Revistas UNAL. [Internet]. 2020 [citado 19 de junio de 2021]; 62(3):407-413. Disponible en: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revfacmed/article/view/43735/50115>
57. Campo, A. Escala de estrés percibido relacionado con la pandemia de COVID-19: una exploración del desempeño psicométrico en línea [Internet]. 2020[citado 18 de junio de 2021]; 36(2) Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S025492472018000200013&lng=es&nrm=is#tab03
58. Cabellos, A. Determinantes sociales de la salud y su relación con la decisión de la realización de la prueba de papanicolaou en el Perú 2020. Una revisión integrativa y documental 2020. [Tesis]. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca; 2021. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/4383>
59. Paredes, O. Hombres en la enfermería profesional. Scielo [Internet]. 2010 [citado 14 de febrero de 2023]. 18(1): Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S169561412010000100016&lng=es.

ANEXOS

ANEXO 01

ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO DURANTE LA PANDEMIA (EEP-10)

I. INTRODUCCIÓN:

Sr(a) o Srta.: Buenos días, soy egresado de la Universidad Nacional de Cajamarca, estoy realizando una investigación titulada: NIVEL DE ESTRÉS EN INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA DURANTE PANDEMIA COVID – 19, 2022. Con el objetivo de optar el título de licenciado en enfermería, por lo que solicito su colaboración respondiendo el cuestionario, el cual consta de dos partes; con un total de 10 preguntas con las cuales obtendremos el nivel de estrés que ha percibido en los últimos meses durante la pandemia. Esta investigación no conlleva ningún riesgo además todos los datos serán procesados con estricta confidencialidad.

II. INSTRUCCIONES:

Estos cuestionarios contienen preguntas sobre algunas características sociodemográficas y sobre sus sentimientos sensaciones y pensamientos presentados durante el desarrollo del internado. En cada pregunta debe marcar con una X en el casillero que corresponda una sola opción que exprese con qué frecuencia se sintió o pensó de cierta manera. Se le pide por favor que sus respuestas sean de total sinceridad. Si Ud. tuviera alguna duda, pregunte a la persona encargada.

III.- DATOS BIOLÓGICOS Y SOCIALES

1	¿Cuál es su edad?	De 20 a 25 años ()	De 26 a 30 años ()	De 31 a 35 años ()	De 36 a 40 años ()
2	¿Cuál es su sexo?	() Femenino	() Masculino		
3	¿Cuál es su estado civil?	() Soltero(a)	Conviviente ()	Casado(a) ()	Divorciado (a)
4	¿Cuál es su ocupación?	() Solo estudio	() Estudio y trabajo eventual	() Estudio y trabajo estable	

IV. Escala de estrés percibido

N.º	Durante los últimos meses	FRECUENCIA				
		Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
1	¿Con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	0	1	2	3	4
2	¿Con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida durante la pandemia?	0	1	2	3	4
3	¿Con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado durante la pandemia?	0	1	2	3	4
4	¿Con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales durante la pandemia?	4	3	2	1	0
5	¿Con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien durante la pandemia?	4	3	2	1	0
6	¿Con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer durante la pandemia?	0	1	2	3	4
7	¿Con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	4	3	2	1	0
8	¿Con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control durante la pandemia?	4	3	2	1	0
9	¿Con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control durante la pandemia?	0	1	2	3	4
10	¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas durante la pandemia?	0	1	2	3	4

ANEXO 02

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Sr(a) o Srta.: Por este medio, se le solicita su valiosa colaboración y apoyo, para llevar a cabo una investigación, en la que se determinarán el **“NIVEL DE ESTRÉS EN INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA DURANTE PANDEMIA COVID - 19, 2022.”**

El apoyo consiste en responder una encuesta. Su participación será de mucha utilidad para recopilar información que luego servirá para dar a conocer los resultados de esta investigación. Su participación es voluntaria y sin costo, en caso de presentar alguna incomodidad durante la prueba, puede solicitar no continuar más. Si surge alguna duda, puede solicitar que durante la investigación se le aclare cualquier información. La información que se le brinde se utilizara únicamente para fines de investigación por parte del estudiante.

Yo he leído y entendido el documento, por lo que deseo participar en el estudio.

Fecha: _____

Nombre del participante: _____

Firma o huella del participante: _____