

APOYO FAMILIAR Y MANEJO DEL ESTRÉS EN ENFERMEROS DE UN HOSPITAL PÚBLICO DEL PERÚ

Family support and stress management among nurses at a public hospital in Perú

Beatriz Pilar Carbajal Bautista^{1,b}; Isabel Natividad Uruze Velazco^{1,2,,a,c}

¹ Facultad de Enfermería. Universidad Nacional San Luis Gonzaga, Ica, Perú

² Hospital Santa María del Socorro, Ica, Perú

^a Licenciado en Enfermería. ^b Bachiller en Enfermería ^c Doctor en Ciencias de la Salud

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el apoyo familiar y el manejo del estrés en enfermeros de un hospital público del Perú. **Material y Métodos:** Estudio cuantitativo, correlacional y diseño no experimental. Muestreo probabilístico de 177 enfermeras/os. Se utilizó cuestionarios validados a nivel nacional adaptados a la realidad, reportando un coeficiente de Alfa de Cronbach 0,880 (apoyo familiar) y 0,851 (manejo del estrés), presentando 35 preguntas de opción múltiple. **Resultados:** Señalaron que el apoyo familiar y el manejo del estrés mostraron una correlación significativa, con un coeficiente de 0,733 y una sigma menor a 0,050. El nivel de apoyo familiar presentó valores intermedios, en dimensiones: El 68,40% en apoyo general, 66,70% apoyo afectivo y emocional, 70,10% apoyo instrumental y 61,00% en apoyo interactivo. En cuanto al manejo del estrés, este alcanzó un nivel medio con un 67,80%, distribuyéndose en un 66,70% a nivel fisiológico, 68,40% en el cognitivo-emocional y 68,90% en el conductual, lo cual reflejó una adecuada gestión de las demandas emocionales. **Conclusiones:** Que el respaldo familiar actúa como un amortiguador fundamental frente a las tensiones laborales, al ofrecer soporte en múltiples dimensiones de la vida emocional y práctica. Este sistema permite a los individuos responder de manera equilibrada y funcional ante desafíos complejos, contribuyendo a una mejor regulación interna y a la capacidad de mantenerse operativos y controlados en su desempeño cotidiano.

Palabras claves: Apoyo familiar, manejo, estrés en enfermeros.

SUMMARY

Objective: To determine the relationship between family support and stress management in nurses at a public hospital in Peru. **Materials and Methods:** A quantitative, correlational study with a non-experimental design. A probability sample of 177 nurses was used. Nationally validated questionnaires adapted to reality were used, reporting a Cronbach's alpha coefficient of 0.880 (family support) and 0.851 (stress management), and presenting 35 multiple-choice questions. **Results:** They indicated that family support and stress management showed a significant correlation, with a coefficient of 0.733 and a sigma less than 0.050. The level of family support presented intermediate values, in dimensions: 68.40% for general support, 66.70% for affective and emotional support, 70.10% for instrumental support, and 61.00% for interactive support. Regarding stress management, this reached an average level at 67.80%, distributed as follows: 66.70% at the physiological level, 68.40% at the cognitive-emotional level, and 68.90% at the behavioral level, reflecting adequate management of emotional demands. **Conclusions:** Family support acts as a fundamental buffer against work-related stress, offering support in multiple dimensions of emotional and practical life. This system allows individuals to respond in a balanced and functional manner to complex challenges, contributing to better internal regulation and the ability to remain operational and controlled in their daily performance.

Keywords: Family support, stress management in nurses.

INTRODUCCIÓN.

A nivel internacional, el estrés es considerado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como la respuesta fisiológica que prepara al organismo para la acción, además, esta condición al ser excesiva tiene el potencial de generar enfermedades que afectan el funcionamiento normal del propio organismo (1). De igual forma, la OMS expresa que el estrés es una problemática de la salud generalizada, afectando a más de 88 millones de individuos tanto en Latinoamérica como en el Caribe, igualmente, frente a ello la organización North American Nursing Diagnosis Association manifiesta la necesidad de identificar la respuesta de las personas a los estresores en vista que estos hallazgos permiten tener intervenciones oportunas, al igual que los cuidados idóneos (2).

Bajo este contexto, los estudios a nivel internacional afirman que la presencia del estrés en estos profesionales llega a repercutir sobre el desempeño esperado en el ámbito laboral e incluso causa afectación en su desenvolvimiento con su entorno, es así que un estudio en Ecuador afirmó que el 47,7% de enfermeros presentó rango moderado de estrés, por lo cual para el 46,2% de los usuarios el cuidado humanizado ofrecido por el personal fue de rango medio (3).

Por su parte, la Global Organizations for Stress revela a través de sus investigaciones que el índice de estrés se ha acrecentado en el 75,0% de la población de Estados Unidos, en el 91,0% en Australia y en el 60,0% en China, mientras que, en el Perú, acorde al Instituto de Integración el 60,0% de la población presenta estrés (4).

A nivel nacional, una investigación efectuada por la OMS en un hospital de Perú mediante una encuesta virtual reveló cifras impactantes por lo mismo que el 58,4% de personal de salud afirmó haber experimentado malestar emocional (5), estos hallazgos demuestran que estos profesionales están constantemente bajo estrés intenso, así como angustia mental, conduciendo a repercusiones en la vida social, familiar, así como personal (6).

De igual forma, el MINSA profundiza en la importancia de los enfermeros dentro del equipo de salud, no obstante, revela la necesidad de que en el sector salud se desarrollen estrategias no solo para la mejora las atenciones que se otorgan a los pacientes (7), sino también para mantener el equilibrio tanto psicológico como físico en el personal y prevenir cualquier amenaza o riesgo que perjudique su actividad profesional o desempeño (8). En este contexto el apoyo familiar es fundamental para el bienestar y desarrollo óptimo, en circunstancias en que los profesionales de enfermería están sometidos a constante estrés laboral, le ayudaran a menguar estados angustiantes.

A nivel regional, se evidencia una carencia de estudios que aborden la medida en la que el apoyo familiar llega a influenciar sobre el manejo de estrés en los profesionales de la salud, sin embargo, la investigación de Aroni expuso que alrededor del 40,0% de la totalidad de enfermeros llegó a manifestar un nivel medio en cuanto a la presencia del estrés laboral, condición que provino de la alta exigencia de las funciones que este personal lleva a cabo, afectando su óptimo desenvolvimiento laboral (9).

A nivel institucional, se ha identificado que los enfermeros que laboran en el Hospital Regional de Ica, Perú, tienden a ser sometidos constantemente a situaciones que generan estrés dentro del ámbito laboral, producto de las funciones que desempeñan y la alta demanda y exigencia de las mismas, donde la falta de manejo de los estresores y carente apoyo recibido por su entorno cercano, llegan a afectar su productividad, bienestar e incluso las relaciones interpersonales.

En esta perspectiva, según revisión bibliográfica un estudio realizado en Tselebis et al., en el 2020, Grecia concluyeron que, el apoyo recibido por parte de las familias ha sido indispensable para que la persona pueda controlar los problemas dentro del apartado laboral, principalmente en cuanto a consecuencias nocivas (10). Abarca et al., en

el 2021, Arequipa, Perú determinaron la relación entre la dinámica familiar y el estrés laboral en el personal de enfermería. Ante ello, se ha concluido que, existió una relación significativa, alcanzando una sigma inferior a 0.050 en este caso (11).

El estudio es de importancia la indagación porque radicó en su capacidad de evidenciar la medida en la que el apoyo familiar llegó a repercutir o influenciar respecto al manejo del estrés en el personal de enfermería, de modo que, los hallazgos alcanzados sirvan para que el investigador plantee diversas sugerencias que puedan ser empleadas por estos profesionales en miras de reducir las situaciones de estrés o contar con adecuado afrontamiento sin producir afectación sobre sus relaciones interpersonales con su entorno directo. Señalándose como objetivo determinar la relación entre el apoyo familiar y el manejo del estrés en enfermeros de un hospital público del Perú.

MATERIAL Y MÉTODOS.

Estudio cuantitativo, correlacional y diseño no experimental. La población fue conformada por 327 enfermeros que laboran en el Hospital Regional de Ica, Perú. El estudio consistió, determinar la relación entre el apoyo familiar y el manejo del estrés en enfermeros, identificar el nivel de apoyo familiar y el manejo de estrés en enfermeros e identificar la relación entre las dimensiones del apoyo familiar y el manejo del estrés en enfermeros de un Hospital público del Perú. La muestra fue probabilística, conformada por 177 enfermeros, el cual se determinó aplicando la fórmula estadística para población finita con un intervalo de confianza (IC) 95% y una precisión de +/- 5 unidades porcentuales y que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Se incluyeron enfermeros que firmaron el consentimiento informado y enfermeros del Hospital Regional de Ica y se excluyeron enfermeros sin disposición de colaborar en la investigación y enfermeros que no firmaron el consentimiento informado, ejecutándose año 2024. La variable principal del estudio fue el

apoyo familiar que representa a los cuidados y soporte que ofrece el entorno familiar a los miembros que la conforman en este caso los enfermeros. Considerándose en sus dimensiones: apoyo afectivo, emocional, instrumental y apoyo interactivo. En cuanto a la segunda variable manejo del estrés corresponde al conjunto de acciones que desarrollan las personas en miras de afrontar eficientemente las condiciones, situaciones o factores que tienden a provocarles estrés y afectar su desempeño de los enfermeros, se analizó la dimensión nivel fisiológico, cognitivo-emocional y conductual. Aplicándose paralelamente ambas encuestas, mediante una escala ordinal Likert del 1 al 5: Totalmente en desacuerdo (1 punto), en desacuerdo (2 puntos), ni de acuerdo ni en desacuerdo (3 puntos), de acuerdo (4 puntos) y totalmente de acuerdo (5 puntos). En el mes de agosto se aplicó la prueba piloto al 10% de la muestra reportando un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0,880 (apoyo familiar) y 0,851 (manejo del estrés), considerada como aceptable en ambos instrumentos, con un total de 35 preguntas :20 preguntas (apoyo familiar) y 15 preguntas (manejo del estrés). En el mes de octubre y noviembre se aplicó la encuesta a los profesionales de enfermería seleccionados de los diferentes servicios, integrada a un cuestionario que se conformó de tres partes: primera parte: características sociodemográficas de los profesionales de enfermería, referente a edad, zona de procedencia, estado civil y años de servicio. Segunda parte: corresponde apoyo familiar (variable 1), utilizándose un instrumento de Aroní y Zabala validado año 2023 con una confiabilidad de alfa de Cronbach mayor a 0,70 (12) Posee 20 preguntas dividido en 4 dimensiones: Apoyo afectivo, apoyo emocional, apoyo instrumental y apoyo interactivo, con 5 preguntas cada uno. Tercera parte: Referente al manejo del estrés (variable 2) de los profesionales de enfermería, se utilizó el instrumento de Urrutia, validado en Lima-Perú en el año 2022 con una confiabilidad de Alfa de Cronbach mayor a 0,70 (13). Posee 15 preguntas dividido en 3 dimensiones: Nivel fisiológico, nivel cognitivo-emocional y nivel conductual, con 5 preguntas cada uno.

Presentando respuestas cerradas con opciones múltiples tipo escala ordinal Likert con una escala del 1 al 5 en ambos instrumentos. Para conocer el apoyo familiar y manejo del estrés en profesionales de enfermería, se analizó en 3 niveles: Alto, medio y bajo. Siendo sus puntajes determinados por estadística descriptiva. Para el apoyo familiar el puntaje fue el siguiente: Nivel bajo (20-46), nivel medio (47-72) y nivel alto (73-100); para el manejo del estrés fue el siguiente: Nivel bajo (15-35), nivel medio (36-55) y nivel alto (56-75); asimismo, para las dimensiones el puntaje fue: Nivel bajo (5-11), nivel medio (12-17) y nivel alto (18-25).

En cuanto al análisis a la técnica de procesamiento, análisis e interpretación de datos se realizó la tabulación y codificación correspondiente empleándose el programa estadístico SPSS en su versión 25 de licencia libre, realizándose la estadística descriptiva, la cual reflejó las características de los fenómenos de análisis por medio de frecuencias y porcentajes presentados con las tablas y gráficos, mientras que con la estadística inferencial se estimó la prueba de normalidad, se aplicó el procesamiento estadístico de Kolmogórov-Smirnov y Shapiro-Wilk para la prueba de normalidad y para la correlación de las dos variables se empleó la estadística no paramétrica de Rho Spearman y significancia, donde al alcanzar un $S < 0.05$ se logró validar a la hipótesis.

El estudio aplicó ética relacionada a los principios bioéticos de privacidad, no beneficencia, confiabilidad, beneficencia, confidencialidad y el consentimiento informado el cual fue firmado por todos los participantes.

RESULTADOS.

Se aprecia que la mayoría de enfermeros del Hospital Regional de Ica se encuentra en el rango de edad de 31 a 40 años, representando el 37,3% del total, seguido de aquellos mayores de 41 años con un 24,9%. La zona de procedencia se concentra predominantemente en áreas urbanas, alcanzando un 95,5%, lo cual sugiere una baja representación de

personal proveniente de zonas rurales. En cuanto al estado civil, el 28,8% está casado, mientras que el 23,7% se encuentra en condición de soltero. Respecto a los años de servicio, se destaca el grupo de aquellos con menos de 5 años de experiencia, con un 41,8%, y aquellos con entre 5 a 10 años, representando el 44,1% (Tabla 1).

En cuanto al nivel predominante del Apoyo familiar fue de nivel medio con 68,40%, el nivel bajo alcanzado 30,50%, y el nivel alto del 1,10% (Tabla 2).

En la dimensión apoyo afectivo, fue mayoritariamente de nivel medio con 66,70%, el nivel bajo con 25,40% y el nivel alto 7,90%. En el apoyo emocional, el nivel predominante fue medio con 66,7%, el nivel bajo reporto 27,1% y el nivel alto 6,2%. Con respecto al nivel predominante en la dimensión apoyo instrumental fue de nivel medio con 70,1%, el nivel bajo fue del 23,7% y el nivel alto 6,2%. Respecto a la dimensión apoyo interactivo el nivel predominante fue medio 61,0%, el nivel bajo fue 27,7%, y el nivel alto 11,3% (Tabla 3).

El nivel predominante en la variable manejo del estrés fue medio 67,8%, nivel bajo alcanzado 29,9%, y el nivel alto 2,3% (Tabla 4).

En las dimensiones del manejo de estrés: dimensión fisiológica reporto nivel medio 66,7%, el nivel bajo alcanzado 26,0% y el nivel alto fue 7,3%. Siendo el nivel medio predominante en la dimensión cognitivo-emocional con 68,4%, el nivel bajo alcanzado 24,9% y el nivel alto 6,8%. En la dimensión conductual el nivel predominante fue medio con 68,9%, el nivel bajo alcanzado fue 25,4% y el nivel fue 5,6% (Tabla 5).

El valor de correlación que se pudo demostrar fue de 0,733, siendo positivo y considerable, alcanzando una relación significativa en donde el valor de sigma fue inferior a 0,050 (Tabla 6). Al haber alcanzado una sigma inferior a 0,050, se ha confirmado la existencia de una relación significativa entre los elementos comparados, en donde el valor de relación del manejo del

estrés con las dimensiones del apoyo familiar, fueron las siguientes: 0,584 con el apoyo afectivo, 0,699 con el apoyo emocional, 0,680 con el apoyo instrumental y 0,680 con el apoyo interactivo, siendo todos estos unos valores de relación considerables (Tabla 7).

Tabla 1. Datos generales de los enfermeros de un hospital público del Perú.

Datos Generales		N°	%
Edad	Menor a 25 años	16	9,0%
	26 a 30 años	51	28,8%
	31 a 40 años	66	37,3%
	Mayor a 41 años	44	24,9%
Total		177	100,0%
Zona de procedencia	Zona rural	8	4,5%
	Zona urbana	169	95,5%
Total		177	100,0%
Estado civil	Soltero (a)	42	23,7%
	Casado (a)	51	28,8%
	Conviviente	39	22,0%
	Otro	45	25,4%
Total		177	100,0%
Años de servicio	Menor a 5 años	74	41,8%
	5 a 10 años	79	44,6%
	Mayor a 10 años	24	13,6%
Total		177	100,0%

Fuente: Instrumento de datos

Tabla 2. Apoyo familiar en enfermeros de un hospital público del Perú

Apoyo familiar	N°	%
Nivel bajo	54	30,5%
Nivel medio	121	68,4%
Nivel alto	2	1,1%
Total	177	100,0%

Fuente: Instrumento de datos

Tabla 3. Dimensiones del apoyo familiar en enfermeros de un hospital público del Perú

Apoyo afectivo	N°	%
Nivel bajo	45	25,4%
Nivel medio	118	66,7%
Nivel alto	14	7,9%
Total	177	100,0%
Apoyo emocional	N°	%
Nivel bajo	48	27,1%
Nivel medio	118	66,7%
Nivel alto	11	6,2%
Total	177	100,0%
Apoyo instrumental	N°	%
Nivel bajo	42	23,7%
Nivel medio	124	70,1%
Nivel alto	11	6,2%
Total	177	100,0%
Apoyo interactivo	N°	%
Nivel bajo	54	30,5%
Nivel medio	121	68,4%
Nivel alto	2	1,1%
Total	177	100,0%

Fuente: Instrumento de datos

Tabla 4. Manejo del estrés en enfermeros de un hospital público del Perú

Manejo del estrés	N°	%
Nivel bajo	53	29,9%
Nivel medio	120	67,8%
Nivel alto	4	2,3%
Total	177	100,0%

Fuente: Instrumento de datos

Tabla 5. Dimensiones del manejo del estrés en enfermeros de un hospital público del Perú

Manejo fisiológico	N°	%
Nivel bajo	46	26,0%
Nivel medio	118	66,7%
Nivel alto	13	7,3%
Total	177	100,0%
Manejo cognitivo emocional	N°	%
Nivel bajo	44	24,9%
Nivel medio	121	68,4%
Nivel alto	12	6,8%
Total	177	100,0%
Manejo conductual	N°	%
Nivel bajo	45	25,4%
Nivel medio	122	68,9%
Nivel alto	10	5,6%
Total	177	100,0%

Fuente: Instrumento de datos

Tabla 6. Relacion entre el apoyo familiar y el manejo del estrés en enfermeros de un hospital público del Perú

		Manejo del estrés
Apoyo familiar	Correlación Rho de Spearman	0,733
	Sigma	0,000
	N	177

Fuente: Base de datos

Tabla 7. Relacion entre las dimensiones del apoyo familiar y el manejo del estrés en enfermeros de un hospital público del Perú

		Manejo del estrés
Apoyo afectivo	Correlación Rho de Spearman	0,584
	Sigma	0,000
	N	177
Apoyo emocional	Correlación Rho de Spearman	0,699
	Sigma	0,000
	N	177
Apoyo instrumental	Correlación Rho de Spearman	0,680
	Sigma	0,000
	N	177
Apoyo interactivo	Correlación Rho de Spearman	0,680
	Sigma	0,000
	N	177

Fuente: Base de datos

DISCUSIÓN.

En cuanto a los hallazgos del estudio relacionado al objetivo general reporto una correlación equivalente a $Rho=0,733$ existió demostrativa relación entre el apoyo familiar y el manejo del estrés en enfermeros del Hospital Regional de Ica, donde ello fue validado por medio de un valor de sigma <0.05 . Siendo así que el papel familiar en la vida del personal de enfermería resulta crucial para que estos no sólo logren sentirse apoyados por su familia, sino sentir que nunca está sólo y que puede hacer frente a tensiones laborales, siendo el estrés laboral uno de los frecuentes, de modo que el apoyo familiar es crucial para que los enfermeros logren mejorar las condiciones estresantes que enfrentan.

De forma semejante, el estudio efectuado por Abrijo y Delgado, quienes han señalado que, el afrontamiento se asocia directamente con el estrés en los internos de enfermería, dado a que estos tienden a enfrentar situaciones de estrés por medio de respuestas físicas, además señalo que, el 48,0% mostró nivel alto respecto al afrontamiento, donde el 50,0% se orientó a la estrategia enfocada en la emoción, mientras que, el estrés fue de rango alto en el 77,0% prevaleciendo las reacciones fisiológicas(14). Este tipo de enfoque contrapone los desafíos que se han identificado, dado que vienen a ser las estrategias de afrontamiento las que ayudan a que enfermería afronte los escenarios de estrés y no su núcleo familiar. Por su parte, Tselebis et al., indicaron que el apoyo familiar ha sido indispensable para que el personal de enfermería pueda controlar los problemas dentro del apartado laboral, principalmente en cuanto a consecuencias nocivas(10).

Desde un punto de vista metodológico, el apoyo recibido por enfermería por parte de su familia resulta crucial, dado que son aquellas atenciones que influyen no sólo en el estado de ánimo de los enfermeros, sino que inciden positivamente en su capacidad para sentirse motivados y en la capacidad de poder enfrentar cualquier situación o inconveniente en su ambiente laboral, siendo el estrés uno de ellos, de modo que, por medio de este apoyo

pueden manejar cualquier condición estresante.

En referencia con el tema, Aroni y Zavala, ha manifestado que, el apoyo familiar comprende aquellos cuidados y soporte que el entorno familiar proporciona a los miembros que forman parte de este núcleo (12). Asimismo, Urrutia, ha mencionado que, estrés laboral representa el tipo de estrés que se adquiere en al ambiente laboral y que inciden en la salud mental, así como física de las personas (13). Además, según la Teoría Familiar Sistémica desarrollada por Bowen quien fundamentó que es la familia la unidad emocional que ofrece la creación de buenas interacciones entre los integrantes del núcleo familiar, a fin de establecer una buena relación entre todas las partes (15).

Referente al objetivo específico 1, el estudio se manifiesta que el 1,1% de los enfermeros encuestados alcanzaron un nivel alto en cuanto al apoyo familiar que brindan en el Hospital Regional de Ica, lo cual llega a reflejar el grado de apoyo y empatía que les brindan frente a las diversas situaciones estresantes que tienden a enfrentar diariamente los enfermeros en sus ambientes y/o áreas laborales, siendo este apoyo familiar recibido un recurso crucial para hacer frente a adversidades, aunque aún 68,40% alcanzó una tendencia intermedia que podría ser compensada por medio de más comprensión e intervención de su entorno familiar.

De manera similar, la investigación desarrollada por Rojas, que menciona que, las estrategias de afrontamiento influyen positivamente en el estrés en un grupo de internos de enfermería, indicando además que, los resultados revelaron que el 48,0% evidenció nivel inadecuado respecto al afrontamiento, no obstante, el 30,0% mostró nivel regular sobre el afrontamiento y tan sólo el 22,0% reflejó nivel adecuado de afrontamiento, asimismo, se identificó que el 22,0% usó inadecuadamente la focalización sobre la solución de problemas, el 65,0% empleó de forma inadecuada la revalidación positiva y el 46,0% la búsqueda de apoyo social (2). Este tipo de enfoque contrapone los

desafíos que se han identificado, en el estudio, dado que, el apoyo familiar no viene a ser el favor que ayuda para que los enfermeros logren manejar su estrés, sino que, son los medios de afrontamiento, donde la familia no forma parte de ello. De otro modo, Ávila, ha revelado que, el personal de salud requiere de la implementación de medidas con mayor efectividad para prevenir el estrés producido en el ámbito laboral y a favor de mejorar tanto la salud como el bienestar propio(16).

Desde un punto de vista metodológico, la familia viene a ser el factor con mayor influencia sobre la vida y accionar de una persona, en el caso de enfermería el apoyo que puedan recibir de su familia es crucial, dado que es un sustento para que puedan sentirse seguros y en la condición se afrontar cualquier tipo de obstáculo durante sus funciones y en el ambiente laboral en que se desempeñan.

En concordancia con el tema, Aroni y Zavala, ha revelado que, el apoyo de la familia viene a representar aquellas atenciones y soporte que el ambiente familiar proporciona a los miembros que forman parte de este núcleo (12). Mientras que, Canales et al., han definido que, el manejo del estrés comprende el conjunto de estrategias que ayudan a sobrellevar las diversas dificultades que el entorno les genera (17). Además, según la Teoría Familiar Sistémica desarrollada por Bowen quien fundamentó que es la familia la unidad emocional que ofrece la creación de buenas interacciones entre los integrantes del núcleo familiar, a fin de establecer una buena relación entre todas las partes (15).

Concerniente al estudio del objetivo específico 2, se revela que el 2,30% de los enfermeros encuestados alcanzaron un nivel alto en cuanto al manejo del estrés en el Hospital Regional de Ica, lo cual llega a reflejar adecuado y manejable control frente a los diversos escenarios estresantes al que diariamente están expuestos durante el desarrollo de sus actividades, aunque en un porcentaje pequeño, no obstante aún el 67,80% de estos, han alcanzado una tendencia intermedia que podría suponer que

aún presentan dificultades o carecen de las herramientas adecuadas y necesarias para lograr manejar apropiadamente el estrés en su ambiente laboral.

De forma semejante, el estudio efectuado por Farfán, que ha manifestado que, el manejo de estrés resulta estar asociado directamente con la inteligencia emocional en un grupo de enfermeros, donde ello fue validado por medio de una sigma inferior a <0.05 , además mencionó que, con las dimensiones autocrítica, expresión emocional y el retraimiento social a través de un $p<0.05$ (5). Este tipo de enfoques llegan a coincidir en cuanto se refiere que son los aspectos propios de cada persona los que contribuyen a que el personal de enfermería logre manejar su estrés en su ambiente de trabajo. De otra forma, Vargas et al., ha revelado que, estrés laboral se asocia directamente con las estrategias de afrontamiento en enfermeras, dado que logró obtener un valor de significancia que resultó ser inferior a 0.05 (18).

Desde un punto de vista metodológico, el manejo del estrés por parte de enfermería resulta ser crucial dado que ello contribuye favorablemente a que puedan llevar no sólo una vida más saludable, sino que en su ambiente de trabajo puedan llevar una vida y desarrollo laboral equilibrado frente sus actividades y colegas. Además, también podrán controlar sus emociones de manera oportuna y favorable.

En referencia con el tema, Asimismo, Urrutia, ha señalado que, estrés laboral comprende aquel tipo de estrés que se adquiere en el ambiente laboral y que inciden en la salud mental, así como física de las personas (13). Mientras que, Ortiz, definió que, el manejo del estrés representa aquellas acciones desarrolladas por las personas para poder hacer frente a los factores estresantes que su ambiente externo les genera (19).

Referente al estudio del objetivo específico 3, se expone que, mediante una relación significativa entre los elementos comparados, en donde el valor de relación del manejo del estrés con las dimensiones del apoyo familiar,

fueron las siguientes: 0,584 con el apoyo afectivo, 0,699 con el apoyo emocional, 0,680 con el apoyo instrumental y 0,680 con el apoyo interactivo, siendo todos estos unos valores de relación considerables. Puesto que los diversos apoyos que brinda la familia ya sea desde al aspecto afectivo, emocional y el instrumental son atenciones cruciales e influyentes en la vida de los enfermeros, dado que, por su misma labor y por los diversos escenarios estresantes que enfrentan diariamente, es importante que sientan el apoyo familiar para manejar el estrés y demás incidentes de manera favorables.

De forma comparativa, el estudio efectuado por Saldarriaga, que ha manifestado que la funcionalidad familiar no se relaciona directamente con el estrés laboral en personal de salud, dado que el valor de significancia resultó ser superior a 0,05 (20). Este tipo de enfoque contrapone los desafíos que se han identificado, dado que, a diferencia del resultado encontrado en el estudio, esta investigación demuestra que la familia no ayuda a que el personal de enfermería pueda hacer frente a las condiciones estresantes. Por su parte, Aroni, ha expuesto que el personal de enfermería ha demostrado tener un nivel alto en cuanto al estrés laboral que adquiere en su ambiente de trabajo, el cual tiende a incidir sobre su desempeño laboral (9).

Desde un punto de vista metodológico, el apoyo emocional, afectivo y el instrumental son algunos de los apoyos que la familia puede ofrecer a los enfermeros, cuyos resultados tienden a resultar cruciales para que estos puedan sentir un soporte ante cualquier situación que pueda presentarse durante el desarrollo de sus funciones. Además, estos apoyos ayudan a que afronten debidamente situaciones que les causan estrés y que afectan su desempeño.

En referencia con el tema, Aroni y Zavala, ha manifestado que, el apoyo familiar comprende aquellos cuidados y soporte que el entorno familiar proporciona a los miembros que forman parte de este núcleo (12). Asimismo, Urrutia, ha mencionado que, estrés laboral representa el tipo de estrés que se adquiere en

al ambiente laboral y que inciden en la salud mental, así como física de las personas(13). Además, según la Teoría Familiar Sistémica desarrollada por Bowen quien fundamentó que es la familia la unidad emocional que ofrece la creación de buenas interacciones entre los integrantes del núcleo familiar, a fin de establecer una buena relación entre todas las partes(15).

LIMITACIONES.

Se encontró limitada referencia bibliográfica relacionada con las dos variables estudiadas, lo que restringió ampliar la consistencia /o similitud, o la contradicción con autores, en la discusión del estudio.

CONCLUSIONES.

Se concluye la relación entre apoyo familiar y manejo del estrés fue de 0,733, con una sigma menor a 0,050, indicando significancia. Un sistema de respaldo externo ayuda a regular las emociones en situaciones complejas, permitiendo afrontar desafíos laborales con mayor estabilidad y reduciendo tensiones acumuladas en la práctica profesional

CORRESPONDENCIA.

Beatriz Pilar Carbajal Bautista
Correo electrónico: beatrizpilarcb@gmail.com

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. **Javier I.** Relación entre el estrés laboral de los profesionales de enfermería, con la calidad de atención que se brinda a los pacientes que acuden al Hospital Félix Mayorca Soto de Tarma - noviembre 2021 – enero 2022 (Internet) (Informe posgrado). Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión; 2023 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/3873/1/T026_43068600_M.pdf
2. **Rojas D.** Estrategias de afrontamiento ante el estrés en internos de Enfermería de un Hospital del Callao - Perú 2020 (Internet) (Informe pregrado). Universidad

- César Vallejo; 2020 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91861/Rojas_GD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. **Ramírez E.** Estrés laboral y cuidado humanizado en personal de enfermería de un hospital de Guayaquil en Tiempos COVID-19, 2020 (Internet) (Informe posgrado). Universidad Cesar Vallejo; 2021 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56889/Ramírez_EEK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 4. **Linch E, Cabrejo J.** Level of emotional intelligence and work stress in hospital nurses I - La Libertad Essalud care network. *Revista Ciencia y Tecnología* (Internet). 2021 (citado el 5 de noviembre de 2024);17(4):243–50. Disponible en: <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/4086/4593>
 5. **Farfán N.** Inteligencia Emocional y Manejo de Estrés en enfermeras de una Ipress de Chiclayo 2021 (Internet) (Informe pregrado). Universidad Señor de Sipán; 2023 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11586/FarfánDíazNoeliadelRocillo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 6. **Inoñan R, Quispe H.** Estrés laboral y desempeño profesional en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos de un hospital de EsSalud de Iquitos, 2023 (Internet) (Informe posgrado). Universidad Peruana Unión; 2024 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/7389/Roxy_Trabajo_Especialidad_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 7. **Esquen D, Juárez S.** Estrés académico en las internas de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque, 2023 (Internet) (Informe pregrado). Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo; 2024 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/12766>
 8. **Medina A, Paredes Z.** Estrés laboral y calidad del cuidado de enfermería en un centro de salud mental comunitario. Nuevo Chimbote, 2023 (Internet) (Informe pregrado). Universidad Nacional del Santa; 2023 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: <https://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14278/4540/TesisMedina-Paredes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 9. **Aroní W.** Estrés laboral del enfermero(a) en la microred de salud Parcona-Ica, 2019 (Internet) (Informe de pregrado). Universidad Autónoma del Perú; 2020 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: http://www.repositorio.autonomaedica.edu.pe/bitstream/autonomaedica/603/3/ARON_I_MORALES_WUILBER_DAVID.pdf
 10. **Tselebis A, Lekka D, Sikarasa C, Tsomaka E, Tassopoulos A, Ilias I, et al.** Insomnia, Perceived Stress, and Family Support among Nursing Staff during the Pandemic Crisis. *Healthcare* (Basel) (Internet). Grecia. *Rev. Atención sanitaria*. 2020 (citado el 5 de noviembre de 2024);8(4): 434. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/healthcare8040434>
 11. **Abarca Y, Soto J, Espinoza T.** Estrés laboral y dinámica familiar en el personal de enfermería. *Revista Cubana de Medicina General Integral* (Internet). 2021 (citado el 5 de noviembre de 2024);37(3):1–12. Disponible en: <https://revmqi.sld.cu/index.php/mqi/article/>

[view/1435](#)

- 12. Aroní K, Zavala B.** Apoyo familiar y calidad de vida del adulto mayor en el AAHH Sol Naciente de Comas (Internet) (Informe pregrado). Universidad César Vallejo; 2023 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/125566/Aroni_SK-Zavala_SBB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 13. Urrutia R.** Inteligencia emocional y manejo del estrés en docentes de una institución educativa del distrito de Pueblo Nuevo, 2022 (Internet) (Informe posgrado). Universidad César Vallejo; 2022 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/100562/Urrutia_HRI-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- 14. Abriojo M, Delgado J.** Afrontamiento y estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional de Huacho 2023 (Internet) (Informe pregrado). Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2024 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: <http://repositorio.unifsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/8917/TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 15. Rivas S.** Artículo histórico sobre la terapia familiar y su evolución en la medicina familiar. Revista mexicana de medicina familia (Internet). 2022 (citado el 5 de noviembre de 2024) ;9(3):93–100. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2696-12962022000300093&script=sci_abstract
- 16. Ávila J.** Estrategias de prevención del estrés laboral en el personal de salud: revisión de alcance 2018-2022. Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS (Internet). 2023 (citado el 5 de noviembre de 2024);5(3):719–32. Disponible en: <https://www.editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/605/820>
- 17. Canales S, Pardo M, Solís C.** Afrontamiento del Estrés en enfermeras que trabajan en el servicio público de salud, en contexto del COVID-19 (Internet) (Informe pregrado). Universidad Gabriela Mistral; 2021 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: <https://repositorio.ugm.cl/handle/20.500.12743/2023>
- 18. Vargas K, Chipana P, Mamani Y.** Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en las enfermeras del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2021 (Internet) (Informe de pregrado). Universidad Autónoma de Ica; 2021 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1079>
- 19. Ortiz O.** Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el servicio de hospitalización de una Clínica privada Lima - 2023 (Internet) (Informe de pregrado). Universidad Norbert Wiener; 2023 [citado el 5 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/9044>
- 20. Saldarriaga L.** Funcionalidad familiar y estrés laboral del personal de salud. Hospital de Apoyo Otuzco en contexto COVID-19 (Internet) (Informe de pregrado). Universidad César Vallejo; 2021 (citado el 5 de noviembre de 2024). Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/9285>

Recibido: 29/12/2024

Aprobado para publicación: 30/04/2025