

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



**“SOBRECARGA LABORAL Y SALUD MENTAL DEL
PERSONAL DEL CENTRO DE SALUD TURPO,
ANDAHUAYLAS - APURÍMAC, 2022”**

**TESIS PARA OPTAR EL TITULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL
EN ENFERMERIA EN SALUD MENTAL**

AUTORES

**OLIVIA ZENaida BENITES VARGAS
VIRGINIA GÓMEZ MAMANI
JEANNETTE ALEXANDRA JIMÉNEZ ESCOBAR**

ASESORA: Dra. JUANA GLADYS MEDINA MANDUJANO

**LINEA DE INVESTIGACIÓN:
Enfermería en Salud Mental**

**Callao, 2023
PERÚ**

INFORMACIÓN BÁSICA

FACULTAD	: Facultad de Ciencias De La Salud
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN	: ENFERMERIA EN SALUD MENTAL
TITULO	: “Sobrecarga laboral y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac, 2022”
AUTORES	: Lic. Olivia Zenaida Benites Vargas. CÓDIGO DE ORCID: 009-0000-2394-0730 DNI: 71934363 Lic. Virginia Gómez Mamani CÓDIGO DE ORCID: 0009-0004-5805-3727 DNI: 31189476 Lic. Jeannette Alexandra Jiménez Escobar CÓDIGO DE ORCID: 009-0005-1174-6101 DNI: 45281106
ASESOR (ES)	: Dra. Juana Gladys Medina CÓDIGO DE ORCID: 0000-0003-1067-6023
LUGAR DE EJECUCIÓN	: Centro de Salud Turpo, Andahuaylas – Apurímac
UNIDAD DE ANÁLISIS	: Profesional de Enfermería
TIPO	: Cuantitativo
ENFOQUE	: Diseño no experimental
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	: Descriptivo – Correlacional
TEMA OCDE	: Ciencias de la Salud

HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACION

MIEMBROS DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN:

- **Mg. JOSE LUIS SALAZAR HUAROTE** **PRESIDENTE**
- **Dr. CESAR MIGUEL GUEVARA LLACZA** **SECRETARIO**
- **Dra. VILMA MARIA ARROYO GIL** **VOCAL**

ASESORA: Dra. JUANA GLADYS MEDINA MANDUJANO

Nº de Libro: 05

Nº de Folio: 220

Nº de Acta: 103-2023

Fecha de Aprobación de la tesis: 04 de julio 2023

RESOLUCIÓN DE DECANATO N°123-2023-D/FCS.- Callao; 09 de marzo del 2023

Document Information

Analyzed document	VIRGINIATESIS SOBRECARGA LABORAL Y SALUD MENTAL urkund.docx (D171758172)
Submitted	2023-07-04 19:29:00
Submitted by	
Submitter email	alexandrajimenezescobar7@gmail.com
Similarity	14%
Analysis address	fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com

Sources included in the report

SA	Universidad Nacional del Callao / ESTRES LABORAL Y CALIDAD DEL CUIDADO17 NOV ENVIAR.docx Document ESTRES LABORAL Y CALIDAD DEL CUIDADO17 NOV ENVIAR.docx (D150050841) Submitted by: erodasbuitron@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 11
SA	Universidad Nacional del Callao / TESIS FINAL-LOPEZ-SANCHEZ-2DA ESPECIALIDAD.docx Document TESIS FINAL-LOPEZ-SANCHEZ-2DA ESPECIALIDAD.docx (D163178945) Submitted by: wenpamel27@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 28
SA	Universidad Nacional del Callao / TESIS FINAL-LOPEZ-SANCHEZ-2DA ESPECIALIDAD.docx Document TESIS FINAL-LOPEZ-SANCHEZ-2DA ESPECIALIDAD.docx (D163355627) Submitted by: wenpamel27@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 22
SA	Universidad Nacional del Callao / tesis final.docx Document tesis final.docx (D171005859) Submitted by: katherinequinteros566@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 21
SA	Universidad Nacional del Callao / TESIS FINAL-LOPEZ-SANCHEZ-12.4.23.docx Document TESIS FINAL-LOPEZ-SANCHEZ-12.4.23.docx (D163793665) Submitted by: wenpamel27@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 17
SA	Universidad Nacional del Callao / Cespedes-Mallma-Quispe.docx Document Cespedes-Mallma-Quispe.docx (D148098375) Submitted by: naydamallmainca1064@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 9
SA	Universidad Nacional del Callao / ALTAMIZA-BALBIN-LIZARRAGA. TRABAJO FINAL.docx Document ALTAMIZA-BALBIN-LIZARRAGA. TRABAJO FINAL.docx (D163664188) Submitted by: elizabeth-bama@hotmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 2
SA	Universidad Nacional del Callao / ALTAMIZA-BALBIN-LIZARRAGA. TRABAJO FINAL.docx Document ALTAMIZA-BALBIN-LIZARRAGA. TRABAJO FINAL.docx (D163664147) Submitted by: rplizarragat@unac.edu.pe Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 1
SA	Universidad Nacional del Callao / TESIS YOSEFIN 15 NOVIEMBRE URKUM.docx Document TESIS YOSEFIN 15 NOVIEMBRE URKUM.docx (D150127349) Submitted by: yosefinortiz@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 1

DEDICATORIA

Agradezco a Dios por haberme otorgado una familia maravillosa, quienes han creído en mí siempre, dándome ejemplo de superación, humildad y sacrificio; enseñándome a valorar todo lo que tengo. A todos ellos dedico el presente trabajo, porque han fomentado en mí, el deseo de superación y de triunfo en la vida. Lo que ha contribuido a la consecución de este logro. Espero contar siempre con su valioso e incondicional apoyo.

OLIVIA ZENAIDA BENITES VARGAS

Mi tesis está principalmente dedicada al ser divino por otorgarme la fortaleza necesaria para lograr este objetivo.

A mis padres por su amor inquebrantable, compañía constante y apoyo incondicional. Su alegría al ver mi crecimiento y su aliento inquebrantable me motivan a seguir progresando y avanzando en la vida.

A mis hermanos por brindarme su inquebrantable aliento durante aquellas noches en que se me pidió que realizara mis investigaciones.

A mi hijo por ser el factor motivador detrás de mi perseverancia y determinación, él es la fuerza motriz que me impulsa hacia adelante en la vida.

Por último, para aquellos que tenían dudas sobre mis capacidades, su actitud desdeñosa sirvió como catalizador para mi determinación de tener éxito y me impulsó hacia adelante.

VIRGINIA GÓMEZ MAMANI

Principalmente a Dios que me ha dado la fortaleza para continuar cuando a punto de caer he estado, a mis papitos, a mi madre; que han sabido formar con buenos sentimientos, hábitos y valores; que me ayudaron en mi vida profesional y personal.

A mi padre que desde el cielo me ilumina para seguir adelante en mis proyectos.

A mi hermana que siempre a estado junto a mi brindándome su apoyo.

JEANNETTE ALEXANDRA JIMENEZ ESCOBAR

AGRADECIMIENTO

El principal agradecimiento a Dios quien me ha guiado y me ha dado la fortaleza para seguir adelante.

A la Universidad Nacional del Callao, me dio la bienvenida al mundo como tal, las oportunidades que me ha brindado son incomparables.

Agradezco mucho por la ayuda a mis maestros y a la universidad en general por todo lo anterior en conjunto con todos los copiosos conocimientos que me ha otorgado.

OLIVIA ZENAIDA BENITES VARGAS

A la Universidad Nacional del Callao, por darme la oportunidad de permitirme alcanzar mis objetivos.

A mi Dios padre por bendecirme todos los días, llenarme de fortaleza y sabiduría para vencer mis obstáculos y cumplir con mis metas.

A los docentes de la Tesis, por ser mi guía y consejeros en el presente trabajo.

VIRGINIA GÓMEZ MAMANI

Gracias a la Universidad Nacional del Callao por haberme permitido formarme y en ella gracias a todas las personas que fueron partícipes de este proceso ya que, de manera directa o indirecta, fueron ustedes los responsables de realizar su pequeño aporte, que el día de hoy se ve reflejado en la culminación.

Gracias a mi madre que es mi mayor promotora durante este proceso, gracias a Dios, que fue mi principal apoyo y motivadora para continuar cada día.

JEANNETTE ALEXANDRA JIMENEZ ESCOBAR

ÍNDICE DE CONTENIDO

CARATULA	i
PÁGINA DE RESPETO	ii
INFORMACIÓN BÁSICA	iii
HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACIÓN	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE DE CONTENIDO	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE GRAFICOS	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1. Descripción de la realidad problemática	14
1.2. Formulación del problema	16
1.3. Objetivos (general y específicos).	17
1.4. Justificación	17
1.5. Delimitantes de la investigación (teórico, temporal, espacial)	18
II. MARCO TEÓRICO	19
2.1. Antecedentes: Internacional y nacional.	19
2.2. Bases teóricas	24
2.3. Marco Conceptual	26
2.4. Definición de términos básicos:	35
III. HIPÓTESIS Y VARIABLES	37
3.1. Hipótesis (general y específicas, de ser el caso).	37
3.1.1. Operacionalización de variable	38

V.	METODOLOGÍA	40
4.1.	Diseño metodológico.	40
4.2.	Método de investigación.	40
4.3.	Población y muestra.	41
4.4.	Lugar de estudio y periodo desarrollado.	42
4.5.	Técnicas e instrumentos para la recolección de la información.	42
4.6.	Análisis y procesamiento de datos.	46
4.7.	Aspectos éticos en investigación.	47
V.	RESULTADOS	48
5.1.	Resultados descriptivos.	48
5.2.	Resultados inferenciales.	53
VI.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS	61
6.1.	Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados.	61
6.2.	Contrastación de los resultados con otros estudios similares.	68
6.3.	Responsabilidad ética de acuerdo a los reglamentos vigentes.	72
VI.	CONCLUSIONES	74
VII.	RECOMENDACIONES	75
VIII.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	76
	ANEXOS:	83
-	Matriz de consistencia.	84
-	Instrumentos validados	86
-	Consentimiento informado	90
-	Base de datos	91

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 5.1.1	Relación entre la sobrecarga laboral y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022	48
Tabla 5.1.2	Relación entre sobrecarga laboral física y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022	49
Tabla 5.1.3	Relación entre sobrecarga laboral psicológica y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022	50
Tabla 5.1.4	Relación entre la sobrecarga laboral comportamental y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022	51
Tabla 5.15	Relación entre la sobrecarga laboral de afrontamiento y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022	52
Tabla 6.	Prueba de normalidad	56
Tabla 7.	Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral y la salud mental.	61
Tabla 8.	Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral según dimensión física y la salud mental.	63
Tabla 9.	Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral según dimensión psicológica y la salud mental.	64
Tabla 10.	Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral según dimensión comportamental y la salud mental.	66
Tabla 11.	Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral según dimensión afrontamiento y la salud mental.	67

ÍNDICE DE GRAFICO

Gráfico 5.1.1	Relación entre la sobrecarga laboral y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022	48
Gráfico 5.1.2	Relación entre sobrecarga laboral física y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas – Apurímac 2022	49
Gráfico 5.1.3	Relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022.	51
Gráfico 5.1.4	Relación entre la sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022.	52
Gráfico 5.1.5	Relación entre la sobrecarga laboral del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022.	53
Gráfico 6.	Dispersión entre la sobrecarga laboral y la salud mental.	62
Gráfico 7.	Dispersión entre la sobrecarga laboral según dimensión física y la salud mental.	63
Gráfico 8.	Dispersión entre la sobrecarga laboral según dimensión psicológica y la salud mental.	65
Gráfico 9.	Dispersión entre la sobrecarga laboral según dimensión comportamental y la salud mental.	66
Gráfico 10.	Dispersión entre la sobrecarga laboral según dimensión afrontamiento y la salud mental.	68

RESUMEN

El propósito del estudio es el de determinar como la la sobrecarga laboral se relaciona con la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022. Material y método: se aplicó el método hipotético deductivo con un diseño no experimental desarrollado en un corte transversal, con la participación de 85 personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022. La encuesta fue utilizada como técnica en la recolección de datos a través del uso de dos cuestionarios. Resultados: se pudo evidenciar que en la sobrecarga laboral baja se presenta una salud mental regular con un 2.4% y optima en un 11.8%. en el caso de la sobrecarga laboral media, el 27.1% presenta una salud mental regular el 23.5% optima, y cuando la sobrecarga es alta el 25.9% presenta una salud mental deficiente. Se concluye que la sobrecarga de trabajo se relaciona de manera inversa con la salud mental, con un coeficiente de correlación de -0.776 significativa al 0.000.

Palabras claves: sobrecarga laboral, salud mental, personal de salud.

ABSTRACT

The purpose of the study is to determine how work overload is related to the mental health of the staff of the Turpo Health Center, Andahuaylas - Apurimac 2022. Material and method: the hypothetical deductive method was applied with a non-experimental design developed in a cross-section, with the participation of 85 staff from the Turpo Health Center, Andahuaylas - Apurimac 2022. The survey was used as a technique in data collection through the use of two questionnaires. Results: it was evidenced that in low work overload there is a regular mental health with 2.4% and optimal in 11.8%. In the case of average work overload, 27.1% have regular mental health, 23.5% optimal, and when overload is high, 25.9% have poor mental health. It is concluded that work overload is inversely related to mental health, with a correlation coefficient of -0.776 significant to 0.000 .

Key words: work overload, mental health, health personnel.

INTRODUCCIÓN

La salud mental es un tema de importancia para las personas en general y muy importante en un profesional de la salud, el cual es responsables de todos sus pacientes por lo que siempre debe estar en sus máximas capacidades tanto físicas como mentales; pero en la realidad en el contexto de la salud la sobrepoblación de pacientes incrementan la presión continua y diaria que tienen estos profesionales, lo que los afectan física y mentalmente, contrayendo problemas como el estrés, ansiedad, depresión entre otros que desestabilizan su salud mental.

Como es el caso de un estudio en España donde se menciona que los profesionales de enfermería que laboran en servicios hospitalarios, desarrollan su labor bajo condiciones de trabajo estresantes, tendientes a fomentar la aparición del riesgo psicosocial y con ello la presencia de alteraciones de la salud de tipo físico, mental y emocional. (1)

Asimismo, en otro estudio se mencionó que el profesional de enfermería tiene como objeto primordial la gestión del cuidado, es decir, la conservación de la vida durante el proceso asistencial, la exposición prolongada a situaciones de estrés puede generar en el personal de salud afectaciones a nivel físico y mental, impactando negativamente no solo la calidad de la prestación de los servicios de salud sino la integridad del talento humano. El estrés derivado de sus funciones el ambiente laboral, la relación con el entorno y su familia pone al profesional de enfermería en situación de vulnerabilidad de padecer trastornos mentales tales como: depresión, ansiedad, trastornos alimenticios obsesivo compulsivo, entre otros, irrumpiendo con su socialización y comunicación. (2)

Es por lo cual el objetivo del estudio es; determinar qué relación existe entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

Según la Organización Mundial de la Salud refiere que es preocupante la calidad en el servicio que brinda los profesionales de la salud lo que está relacionado con el desarrollo del sistema de salud, en referencia la OMS mencionó en un estudio aplicado en los estados Unidos en la Universidad de Pensilvania, con la participación de 168 instituciones de salud, que cuando hay un incremento del personal de enfermería disminuye en un 6% la muerte en los pacientes; en los servicios donde la capacidad del personal de enfermería es insuficiente en relación con la proporción de enfermeras por pacientes, el riesgo de aumento de la mortalidad de los pacientes es mayor. (3)

Un estudio realizado en España constató que 535 profesionales de enfermería trabajan en condiciones laborales desfavorables, que pueden perjudicar su salud física, mental y así perjudicar los servicios que prestan. Por lo tanto, es necesario corregir estos problemas y equilibrar la proporción de pacientes a enfermeras tanto como sea posible, para mejorar la situación de sobrecarga de trabajo. También se ha encontrado que es relevante involucrar a los profesionales de enfermería en la toma de decisiones para mejorar los servicios y una adecuada remuneración, lo que debe incluir también la seguridad de los profesionales de enfermería. (4)

A nivel internacional, según la Organización Mundial de la Salud, las personas mencionaron que la salud mental es un estado de bienestar en el cual las personas son conscientes de sus capacidades para afrontar tensiones normales durante su vida y así poder trabajar de manera productiva y fructífera ante su comunidad, teniendo en cuenta que el estrés laboral perjudica negativamente a la salud psicológica y física de los trabajadores. (5)

El informe The COVID-19 Health Care Workers Study (HEROES) muestra que entre 14,7% y 22% del personal de salud entrevistado en 2020, presentó síntomas que permitían sospechar un episodio depresivo, mientras que entre un 5% y 15% del personal dijo que pensó en suicidarse. El estudio también da cuenta que en algunos países solo recibieron atención psicológica y cerca de un tercio de quienes dijeron necesitarla (6).

En Perú, durante el primer año de pandemia del covid-19, se estima que el 52% del personal de salud tuvo síntomas depresivos, según estudio del Ministerio de Salud. A escala mundial 1 de cada 4 trabajadores de salud sufrió de depresión y ansiedad. Estas cifras confirman que son uno de los grupos ocupacionales más afectados por el virus. Sin embargo, todavía falta más información para conocer la situación real de la salud mental de médicos, enfermeras o técnicos en el ámbito nacional (7).

En el mismo contexto, se observó en un estudio nacional que el 35,3% de estas tasas se debe a la falta de apoyo, otro 35,3% se debe a problemas con otros compañeros y el 23,5% se debe a la falta de preparación (8).

Dentro del mismo contexto en la región de Apurímac en un estudio aplicado en Microred de Salud Ocobamba, se encontró que la carga laboral del profesional de enfermería en su mayoría fue regular en un 46%, lo cual se asoció directamente con la calidad de atención del paciente en la institución, lo que también afectó el nivel psicológico y la salud mental del personal (9).

Asimismo a nivel local en el Centro de Salud Turpo, Andahuaylas, Apurímac, los profesionales de enfermería se encuentran bajo constante presión por carga de trabajo laboral, por la gran afluencia de pacientes de los diferentes anexos de los establecimientos de salud en el ámbito de la Micro Red, se ha evidenciado también la falta de profesionales de la salud por diferentes motivos de trabajo ya sea remoto, por diferentes factores como la comorbilidad, maternidad y licencias sin goce de haber por temor

al contagio del Covid -19, lo cual se atendió a más pacientes de lo habitual exigiendo así un desgaste físico y mental, comprometiendo su salud y desarrollando desequilibrios psicológicos que afectan su desempeño laboral y las decisiones sobre los servicios que brindan, es por ello que se formuló las siguientes interrogantes.

1.2. Formulación del problema

Problema general

¿De qué manera la sobrecarga laboral se relaciona con la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022?

Problemas específicos

¿Cuál es la relación que existe entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo Andahuaylas - Apurímac 2022?

¿Cuál es la relación que existe entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022?

¿Cuál es la relación que existe entre la sobre carga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022?

¿Cuál es la relación que existe entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Objetivos específicos

- Establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.
- Identificar la relación que existe entre sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.
- Establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.
- Identificar la relación que existe entre sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

1.4. Justificación.

La justificación teórica de este estudio radica en su capacidad para analizar exhaustivamente la información encontrada en investigaciones relacionadas con las variables sobrecarga de trabajo y salud mental. Busca profundizar en la naturaleza de estas variables y ofrecer una explicación de su interconexión, basándose en teorías establecidas como el modelo de Callista Roy Adaptation model (RAM) o la Teoría de Smith y Carayon (22) titulada "Modelo de equilibrio" para la promoción de la seguridad y la salud en el trabajo.

Por otro lado, el estudio tiene justificación práctica ya que ofrece datos estadísticos sobre el comportamiento de las variables dentro del lugar de estudio. Además, establece una correlación entre las cargas de trabajo excesivas y el bienestar mental, con la intención de utilizar los hallazgos para desarrollar estrategias que mejoren las condiciones laborales de los empleados. También enfatiza la importancia de salvaguardar la integridad y la salud mental del personal, ya que esto es crucial para un desempeño óptimo dentro de la institución.

Asimismo, se justifica de manera **metodológica** debido a que proporciona instrumentos confiables y validados para recopilar datos dentro de un área geográfica específica. Como resultado, sirve como una valiosa contribución y sirve como modelo para futuros estudios.

1.5. Delimitantes de la investigación.

Teórica: El desarrollo de la tesis se abarca en las variables sobrecarga laboral y salud mental del personal de enfermería. Se aplicaron las teorías de "Modelo de equilibrio" para la promoción de la seguridad y la salud en el trabajo", de Smith y Carayon, y la teoría de adaptación de Calixta Roy.

Temporal: Se desarrolló durante los meses de Mayo a Julio 2022.

Espacial: Se ejecutó en el Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes:

Internacional

Chávez L, et al (Paraguay, 2021) presentaron el estudio de investigación Titulado “Salud mental del personal médico y enfermería del Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias y del Ambiente - INERAM durante la cuarentena por la pandemia COVID-19, 2020”. El objetivo fue determinar las características demográficas, laborales e impacto psicológico del personal de salud del Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias y del Ambiente - INERAM "Juan Max Boettner" ante la pandemia de la COVID-19, año 2020. Estudio de tipo descriptivo, de corte transversal, la muestra fue de 137 trabajadores. En los resultados determinaron que el síndrome de Burnout fue 24,1%; la carga horaria de 12 horas o más se asoció con el riesgo de desarrollar ansiedad, depresión y el síndrome de Burnout. Conclusión, la frecuencia de ansiedad, depresión y síndrome de Burnout fueron elevadas, lo que pone de manifiesto la vulnerabilidad del personal de salud y la necesidad de proveer apoyo psicológico al personal en este hospital. (10)

Urzúa A .et al. (Chile, 2020) presentaron su estudio titulado “Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia de COVID-19 en Chile”. El objetivo fue explorar la presencia de síntomas asociados a problemas de salud mental y factores de riesgo asociados en trabajadores de la salud. Aplicaron los cuestionarios PHQ-9 para depresión, GAD-7 para ansiedad, ISI-7 para insomnio e IES-R-22 para malestar psicológico, la muestra fue 125 trabajadores de la salud. En los resultados refieren, el 65% presentaron síntomas de depresión, el 74% ansiedad, 65% insomnio y finalmente el 57% presentaron angustia. Los médicos obtuvieron puntuaciones medianas más bajas en todas las escalas que las enfermeras y otros profesionales de la salud. Los profesionales que atienden a pacientes con infecciones respiratorias o con COVID-19 tuvieron medianas de puntuación más altas en las escalas que sus

contrapartes. En conclusión, la frecuencia de problemas de salud mental entre estos profesionales es alta, y se deben tomar medidas preventivas. (11)

Castro C y Chantong C (Ecuador, 2020) presentaron el estudio titulado “Carga laboral y su influencia en la calidad de vida del profesional de Enfermería en el Hospital General Martín Icaza, periodo octubre 2019-marzo 2020”. Donde le objetivo fue identificar como la carga de trabajo incide en la calidad de vida laboral. bajo un estudio descriptivo de enfoque mixto, con una muestra de 58 enfermeras y la aplicación de dos cuestionarios. Se encontró que en un 54% se presenta una calidad de vida laboral baja, lo que se asocia con una carga de trabajo alta en el 42%. Concluyéndose que la baja calidad de vida laboral es la carga de trabajo (12).

Saltos R et. al. (Ecuador, 2018) Presentaron el estudio titulado “Análisis de la carga laboral del personal de enfermería, según gravedad del paciente”. El objetivo de analizar la carga laboral del personal de enfermería según la gravedad del paciente. El estudio fue descriptivo y de corte transversal. utilizaron como herramienta el Score TISS 28. En los resultados mencionan un exceso de carga laboral en el personal de enfermería que brinda atención a los ingresados en esta unidad, aspectos que pueden conllevar a un detrimento de la calidad en la atención al paciente. Finalmente, en sus conclusiones, se pudo identificar la gravedad de los pacientes ingresados en la Unidad de Cuidados Intensivos de Adulto del Hospital Dr. Verdi Cevallos Balda y establecer la atención de enfermería que se requiere para lograr la estabilidad y recuperación de estos pacientes. A partir de los resultados de esta herramienta, pudieron determinar que existía exceso en la carga laboral según la relación enfermera/paciente, lo que atenta con la calidad de la atención a los pacientes en este servicio. (13)

Nacional

Zapana, A. (Andahuaylas, 2020) presentó su estudio titulado “Carga laboral y relaciones interpersonales en el personal del servicio de Obstetricia y Neonatología en un hospital”. Con el fin de identificar el nivel asociativo entre la carga laboral y las relaciones interpersonales del personal del servicio de Obstetricia y Neonatología de dicho Hospital. La metodología fue de enfoque cuantitativo, el diseño no experimental de nivel correlacional y de corte transversal, la muestra fue 105 personal de salud, para lo cual empleó el cuestionario. En sus resultados, refiere que el 81.9% presenta nivel medio de carga laboral, con respecto a la variable de relaciones interpersonales, nivel fue bueno del 91.4%. (14)

Sánchez, T. (Chincha, 2020) investigo sobre la “Sobrecarga laboral y bienestar psicológico de enfermería, en un hospital de Lima”. Con el propósito de determinar la asociación entre variables. Estudio descriptivo, cuantitativo, trabajo con 75 profesionales de enfermería, utilizó el cuestionario con variables de caracterización y un instrumento tipo escala. En los resultados demostró que el 40% presentaron sobrecarga laboral media, el 32% nivel bajo y el 28% nivel alto. Asimismo, el 45.3% presentó bienestar psicológico regular, 42.7% nivel óptimo y el 12% deficiente. En la dimensión auto aceptación, obtuvo nivel regular del 45.3%, al igual que las relaciones positivas con el 56%, control del entorno de 56%, autonomía del 41.3%, propósito de la vida con el 52% y crecimiento personal con el 49.33%. Concluyó que entre los elementos investigados al relación es directa (15).

Arteaga, H. (Trujillo, 2019) presentaron su estudio titulado “Relación entre carga laboral y el nivel de estrés en internos de medicina. Hospital Regional Docente de Trujillo 2019” con el objetivo de establecer la relación que existe entre el estrés y la carga laboral en los internos de medicina del Hospital Regional Docente de Trujillo el 2019. La investigación fue descriptivo, correlacional, transversal, cualitativo, conformado por 90

internos. Los resultados obtenidos demuestran que 100% de la población presento carga laboral y estrés, de los cuales 60% presento carga laboral moderada y 81,1% presento estrés severo, no evidenciándose carga laboral baja ni estrés leve. Además 44.4% de internos presento carga laboral media y estrés severo seguido de 36,7% que percibió carga laboral alta y estrés severo. En cuanto al sexo se observó un predominio de carga laboral y niveles de estrés en el sexo femenino con un 53,33% y en cuanto a la edad se observó mayor predominio de carga laboral y estrés ($\chi^2:4.36$ $p:0.037$) demostrando significancia. Concluyendo que si existe relación entre la carga laboral y los niveles de estrés. (16)

Cornejo y Tito (Arequipa, 2019) realizaron su estudio titulado “Sobrecarga laboral y estrés en la enfermera de la unidad de cuidados intensivos del Hospital III Regional Honorio Delgado, Arequipa - 2018” en Arequipa 2019 con el objetivo de medir el nivel asociativo entre las variables. Estudio descriptivo-correlacional, se aplicó como instrumento la escala del NAS (Nursing Activities Score) y la escala de EEP. (Escala de Estrés Percibido) La población motivo de estudio estuvo conformada por 17 enfermeras asistenciales de la UCI del hospital Regional Honorio Delgado. Resultados, la mayoría de personal de enfermería son del sexo femenino (94.1%) por las características históricamente asignadas a la profesión; en relación a las edades la mayoría de evaluados tiene una edad de entre 31 a 40 años (58.8%), encontrándose dentro del promedio de edad de la población económicamente activa; Un 52.9% de la población tiene 5 a menos años de servicio en la institución. Y el 100% de evaluados tiene segunda especialidad en cuidados intensivos para laborar en la UCI. Estadísticamente hay una relación significativa entre la sobrecarga laboral y el estrés percibido, dicha relación es directamente proporcional lo que nos indica que una mayor sobrecarga laboral se asocia con un mayor estrés percibido. (17)

Rivera, D. (Lima, 2018) presentó su estudio titulado “Sobrecarga laboral del personal de dos establecimientos de salud del distrito de San Juan de Lurigancho 2018” con el objetivo de comparar el nivel de sobrecarga laboral del personal dos establecimientos de salud del distrito de San Juan de Lurigancho 2018. La investigación fue de tipo básica, el alcance fue descriptivo comparativo y el diseño utilizado fue no experimental, de corte transversal. El instrumento fue el cuestionario. La población fue de conformada 114 personales de salud. Para recolectar los datos se utilizó el instrumento de sobrecarga laboral; se realizó la confiabilidad de Kr 20 por ser variable dicotómica y procesamiento de datos se realizó con el software SPSS (versión 23). En el análisis descriptivo se observó que, más del 50% presenta un carga de trabajo moderada y el 10.5% presenta nivel bajo, el 54.4% presenta un nivel medio. De acuerdo a las evidencias estadísticas, existen diferencias significativas en el nivel de sobrecarga laboral del Personal de los establecimientos José Carlos Mariátegui y Cruz de Motupe del distrito de San Juan de Lurigancho 2018; ya que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y U de Mann Whitney es de 799,500. (18)

2.2. Bases teóricas

Para la presente investigación se aplicó las teorías de:

2.2.1 “Modelo de equilibrio’ para la promoción de la seguridad y la salud en el trabajo”. Esta fue propuesta fue Smith y Carayon, donde plantean un modelo que involucra diversos elementos que contribuyen a la generación de estrés, que puede tener efectos tanto positivos como negativos en el profesional de enfermería. Estos elementos incluyen al individuo, las tareas, las herramientas y tecnologías, el entorno físico y la organización. Las interacciones entre estos factores pueden resultar en una carga de trabajo que puede manifestarse tanto a nivel físico como psicosocial. Las características de esta carga de trabajo pueden tener consecuencias fisiológicas y psicológicas, influenciadas por factores como

la capacidad física, el estado de salud y la motivación del individuo. Además, a nivel psicológico, la carga de trabajo puede verse influenciada por los rasgos de personalidad, las experiencias pasadas y el contexto social en el que se desenvuelve el profesional. (21)

El sistema de trabajo tiene la capacidad de generar resultados favorables, incluida una mayor motivación y el logro de resultados de alto calibre. Este sistema está compuesto por el entorno laboral, donde varios elementos del entorno físico interactúan con los factores estresantes relacionados con el trabajo. Los estudios han demostrado que la calidad del aire y la limpieza general juegan un papel importante en la aparición de condiciones tales como "enfermedad psicógena masiva" y otras respuestas inducidas por el estrés. Los niveles excesivos de ruido pueden conducir a una mayor excitación, fluctuaciones en la presión arterial, estados psicológicos adversos, que en conjunto impiden el desempeño de las tareas y exacerbaban la tensión emocional (22).

La tarea: Las tareas involucradas en este rol abarcan una variedad de actividades, que incluyen brindar atención a los pacientes, evaluar periódicamente su estado, cumplir con las prescripciones médicas, administrar medicamentos y realizar diversos procedimientos. Estas responsabilidades pueden imponer una carga física, mental y social significativa, lo que podría provocar trastornos emocionales y un riesgo elevado de desarrollar enfermedades, incluidos los trastornos cardiovasculares (23).

Las nuevas tecnologías: El uso de estas tecnologías puede generar una carga excesiva y contribuir a aumentar los niveles de estrés, lo que impacta negativamente en el bienestar de los profesionales. Además, también están asociados con las ansiedades derivadas de la competencia requerida para utilizarlos de manera efectiva. No obstante, contribuyen a mejorar la calidad del trabajo al ofrecer una retroalimentación única que no se puede obtener por medios alternativos (23).

La organización: El contexto en el que se realizan las tareas dentro de las organizaciones implica con frecuencia diversos factores que pueden impactar en los niveles de estrés y el bienestar general de los profesionales. Elementos como las horas de trabajo y la extensión de las horas extraordinarias han demostrado consistentemente efectos adversos en la salud física y mental. Además, la falta de claridad con respecto al rol de uno dentro de la organización también puede tener consecuencias emocionales perjudiciales (23).

Las personas: Los componentes individuales del profesional abarcan una variedad de factores, como su personalidad, bienestar general, talentos y capacidades, junto con sus experiencias pasadas, motivaciones y necesidades personales (23).

2.2.2 El Modelo de la Adaptación. Fue propuesta por Calixta Roy, que muestra que ciertas respuestas apoyan a la integridad de los individuos que en función a las metas que ayudan a la supervivencia, a la reproducción y el dominio, se focaliza a los procedimientos humanos y a los modelos que deben seguir. Brinda especial importancia a la salud de las familias, las personas, los grupos, y la sociedad en general. Los individuos de acuerdo a esta teórica, refiere que se pueden “amoldar circunstancias”; es decir que los seres humanos entienden a las personas como seres individuales y no como grupos; en los que se incluye a la familia, comunidades, instituciones y la sociedad en su conjunto. (20)

La salud es el estado y el procedimiento de ser y de transformarse el individuo en algo más completo y totalmente integrado, es decir existe adaptación al realizarse la interacción entre del sujeto con su medio ambiente. El medio que es cambiante lleva al sujeto a adaptarse. El personal de salud puede llevar a cabo algunas acciones como las de educar a los sujetos con el fin de conocer sus reacciones ante determinadas motivaciones que empiezan empleando técnicas que

podrían manejar las conexiones del cerebro por estimulación simpática como es el cambio de los signos vitales. (21)

2.3. Marco Conceptual

2.3.1 Sobrecarga laboral

Definición. Es el exceso de tareas o demanda de habilidades, destrezas y conocimientos.

En términos de calidad y cantidad se produce un estrés significativo, que puede asociarse a un desgaste psicológico, que a la vez aumenta los niveles de cansancio tanto físico como mental de los profesionales. La sobrecarga cuantitativa comprende un exceso en la cantidad de actividades que se deben realizar durante la jornada laboral, mientras que la cualitativa hace referencia al exceso de demandas en las competencias, habilidades y conocimientos del trabajador (24).

Igualmente es considerado como toda actividad laboral dentro de la empresa necesita de cierto esfuerzo físico el cual consiste en una activación del sistema músculo esquelético. Las contracciones musculares durante el trabajo precisan del soporte de los sistemas respiratorio y circulatorio para transportar el oxígeno, y las sustancias metabolizadas por los músculos. Por lo cual la respuesta de estos sistemas está correlacionada con la intensidad del trabajo. En palabras técnicas, el trabajo puede ser considerado como la carga y las respuestas fisiológicas como el correspondiente esfuerzo (25).

Por otro lado, la carga de trabajo de los profesionales de enfermería ha sido identificada como problema serio; que es el estrés de los trabajadores, que interfiere en la seguridad del paciente. Los efectos directos de la carga de trabajo en el cuidado de los pacientes pueden estar relacionados con la falta de tiempo para llevar a cabo importantes tareas de atención, efectos que incluyen las complicaciones, los malos resultados de paciente, y aumento de la mortalidad (26).

Asimismo, la carga de trabajo produce diversos efectos en los trabajadores, destacan como el estrés, la tensión física y psicológica, la sensación de amenaza y malestar, la baja motivación laboral y satisfacción laboral, los trastornos fisiológicos y psicosomáticos, el agotamiento físico y emocional, la tendencia a abandonar el empleo e incluso existe un mayor riesgo de enfermedades. La sobrecarga pone en riesgo que el trabajador no satisfaga sus necesidades y expectativas laborales. Desde el punto de vista psicológico, la sobrecarga cuantitativa está asociada a la insatisfacción laboral, la tensión y baja opinión de sí mismo, y la sobrecarga cualitativa está asociada con la depresión, la irritación la insatisfacción laboral y los trastornos psicosomáticos (27).

Consideramos las siguientes dimensiones para el estudio

2.3.1.1 Dimensión física

Es la cantidad de actividad física. Esta al ser realizada requiere un desgaste de energía, mientras mayor sea el esfuerzo solicitado, mayor será el agotamiento. La ejecución de todo trabajo muscular implica utilizar una determinada cantidad de fuerza; que según la forma en que sea aplicada para que los músculos se movilicen, el trabajo desarrollado puede ser considerado estático o dinámico (28).

Asimismo, son aquellas transformaciones o reformas físicas que realiza la persona, y que producen cansancio físico por la exigencia al cuerpo (29).

La dimensión cuenta con los siguientes indicadores (30):

- **Postura:** Es la posición en la cual el profesional de enfermería realiza sus acciones posturas como la bipedestación, o la que toma cuando atiende a un paciente, para su traslado u otras acciones.
- **Desplazamiento:** Es el movimiento realizado por un cuerpo que se desplaza o traslada de un lugar a otro.

- **Esfuerzo:** Es el desgaste de energía, que se genera como producto final del catabolismo de los micronutrientes.
- **Hábitos:** Hechos repetitivos de práctica diaria, que es parte del desarrollo del hombre, que de ninguna manera se puede prohibir, pueden ser negativo y positivos.
- **Sueño:** Periodo donde las personas otorgan la posibilidad de relajo de los músculos y el organismo, es el periodo de recuperación del cuerpo humano, donde ocurren algunas proyecciones del mundo inconsciente.
- **Dolor:** Sensación psicológica desagradable que se manifiesta producto de un di comfort o situación adversa, puede tener una connotación física, social y psicológica.
- **Descanso:** Está relacionado o asociado al reposo, período de suspensión de manera intencional de las actividades naturales de la persona.
- **Resistencia:** Es la suma de la resistencia y potencia, en el ámbito hospitalario, cuanto puede rendir la enfermera, es como determinar la producción de las personas.

2.3.1.2 Dimensión psicológica

Está en función a ciertos rasgos de la personalidad de cada individuo que al desatarse una circunstancia por la sobrecarga laboral va a ocasionar una dificultad en el aspecto conductual y emocional, con diferentes alteraciones como ansiedad, depresión, problemas de concentración y tendencia al aislamiento (31).

La dimensión cuenta con los siguientes indicadores (32).

- **Atención:** Es una condición deliberada de requerir servicio de otra persona, usualmente es para satisfacer las necesidades básicas de otra persona.
- **Presión:** Es la fuerza que se extiende desde afuera o internamente para forzar un movimiento, pueden ser tóxicas en la relación de mayor a menor o fuerza distinta.

- **Relajo:** Condición clínica donde se deja realizar alguna acción, es estar pausado, período de descanso corto, la producción se ve mermado, sin embargo, en la psicología es válido por su característica de descanso periódico.
- **Concentración:** Es una fijación sobre una determinada situación específica, de concentración de producto, sustancia o simplemente atención, requiere de la participación de una función motora fina, asociado a empoderamiento.
- **Desgaste:** Es una condición clínica donde ocurre un desbalance negativo, mayor utilización de energía en relación a la cantidad que se produce, también tiene relación con el rendimiento, es producto del sobre esfuerzo o sobre carga laboral, las tareas exigentes o demandantes están presente.
- **Intolerancia:** Pueden tener distintas connotaciones, es preciso entender como un fenómeno de rechazo, aversión, disgusto; muchas veces en el trabajo no se compatibilizan algunos caracteres como tal, existe la posibilidad de tener diferencias y ello influye negativamente en la producción.
- **Entorno:** Todo lo que rodea al hombre en el lugar donde se encuentra es el área circunscrita, puede tener un componente social, psicológica, ecológica, etc.

2.3.1.3 Dimensión comportamental

La carga laboral son situaciones que se generan en el quehacer diario, en la que se desarrolla el individuo, también están las peculiaridades de tipo social, migración y académico que producen una conducta de respuesta que pueden ser asertivos y reactivos como respuesta al proceso interactivo (33).

La dimensión cuenta con los siguientes indicadores (34):

- **Error diligente:** Es un error que se comete con facilidad, pero de una manera fortuita.
- **Experiencia:** Es una condición fundamental de pericia que se acumula a través del tiempo, que le genera a la persona gran capacidad de

desarrollo como perfeccionamiento, requiere la codificación del hombre los saberes y hechos previos.

- **Continua:** Mantener concatenado sin fraccionamiento como una sola unidad las acciones, donde participan varios elementos, tiene sentido y criterio común, es válido en las prestaciones de servicios.
- **Agresividad:** Clínicamente significa derroche innecesario de energía por no saber canalizar adecuadamente situaciones adversas, es parte de desconfianza, inseguridad, es común observar personas agresiva y frustrada.
- **Conflicto:** Pueden ser internos otras veces externas, no estar satisfecho con el logro de los objetivos, se genera conflicto por diferencia de intereses, situación que altera las relaciones interpersonales, es nocivo en una organización.
- **Aislamiento:** Cuando las personas socialmente se sienten al margen del resto del grupo, pueden afectarse psicológicamente, está asociado a depresión o baja autoestima, o algún rasgo de personalidad, requiere la intervención de profesionales que evalúan la conducta personal y social.
- **Desgano:** Cuando las personas se encuentran sin motivación interna ni externa están sin deseo de realizar algún trabajo, muchas veces se obligan y hacen mal las cosas, en una organización son tóxicos estas personas.

2.3.1.4 Dimensión de afrontamiento

La capacidad determinada para hacer frente a la adversidad, por un lado, luego la valoración subjetiva que hace el individuo en relación a su aspecto individual de tener cierta paciencia frente a los apremios, luego, por la aceleración o el nivel de tensión bajo la que se realiza, en alguna forma el estrés suele ser auto-inducido en la gente que tiene una carga mayor a la que pueda soportar (35).

La dimensión cuenta con los siguientes indicadores (36):

- **Adaptación:** El proceso humano de vivir, convivir, conocer, reconocer, tolerar a otra persona como es un proceso denominado adaptación, usualmente toma su tiempo.

- **Capacitación:** La persona versada tienen conocimiento, el conocimiento tiene poder para realizar alguna actividad humana, tiene que existir la capacitación ya sea formal o informal, las instituciones están obligadas a capacitar para el logro de sus metas.
- **Demanda:** La ley de la oferta y demanda aplica en este concepto, cuando hay mucha solicitud de productos, servicio y procesos cuando el personal es insuficiente aumenta la demanda de los usuarios.
- **Manejable:** Es un peruanismo, que se refiere a que existe personas concertadoras que se dedican a mediar y como tal hacen que el trabajo se sobrelleve con buen humor buen, estado de ánimo y así mejore las condiciones laborales.
- **Organización:** Es todo lo que tiene como eje central al hombre, tiene reglamentos que obedecen a las leyes sociales, le permite participar como parte de ello, respetan los derechos y exige el cumplimiento de los deberes, es parte fundamental de un desarrollo social que viene a ser la civilización.
- **Elogios:** El componente psicológico se alimenta de los reconocimientos y elogios, es básico cuando se quiere motivar a las personas.
- **Valores:** Son aprendidas como parte del conocimiento educacional hasta heredada de los padres y las personas que influyeron en su entorno, para que sean sostenibles tienen que practicar a menudo y respetar como una conducta de vida que se rige. Tiene relación con la ética.

2.3.2 Salud Mental

Es un estado completo de felicidad, calma, equilibrio y tiene la capacidad de hacer frente a la adversidad que se pueda presentar en el entorno sin dudarle física, social y psicológicamente; de manera que las personas puedan mostrar capacidades absolutas y ser productivas (37).

También se considera una buena condición clínica. En la práctica, se comprueba que son los mejores, que ejercen su mejor capacidad de producción y no escatiman esfuerzos. La condición básica es no darse por vencidos (38).

La salud mental es el verdadero desempeño de una actitud ágil, versátil, proactiva y solidaria en todo momento, la salud física a experimentado algunos problemas de salud de manera continua, generalmente te sentirás realizado y mirarás con confianza el futuro, son metas y especificidades (39).

Para las enfermeras de servicios de emergencias y desastres, es difícil entender la salud mental, dada que la respuesta a cada caso es diferente y esto dependerá en gran medida de la personalidad, el temperamento y el comportamiento que guíen sus acciones, así como de sus habilidades y destrezas. Después de la formación, generalmente responderán de la mejor manera, construirán un espacio útil con menos presión y brindarán un cuidado humano en todo momento (40).

Muchas enfermeras tienen problemas de salud mental. Son confrontativas, conflictivas, agregan problemas menores, siempre negativas y tienen características de personalidad. Estos comportamientos suelen ser relativos. Sin embargo, en otras ocasiones con el tiempo son sostenibles y requiere apoyo profesional (41).

2.3.2.1 Crecimiento personal

Se define como la dedicación del individuo por realizar su potencial individual; por ello, se estaría desarrollando y convirtiendo continuamente, en lugar de lograr un estado fijo en el que se resuelvan sus problemas; en tal sentido, se desprenden tres indicadores: (i) sensación de desarrollo continuo, la persona tiene un sentimiento de desarrollo, lo contrario significaría que la persona tiene una sensación de estancamiento personal; (ii) se ve a sí mismo en progreso, es decir el individuo se ve a sí mismo creciendo y expandiéndose ; y (iii) apertura a nuevas experiencias, implica que el sujeto proporciona su potencial, para ver un avance en sí mismo y con el tiempo, de manera que muestran más entendimiento y empuje(42).

2.3.2.2 Autonomía

Siendo la capacidad de preservar la individualidad e independencia en distintas realidades para enfrentar la presión social. Así mismo, la autonomía es una necesidad básica, de manera que, sentirse autónomo y, además de tener el control de la propia vida es una parte esencial del bienestar humano. El ser humano que vive plenamente también se describe como una persona que se evalúa internamente y no busca la aprobación de los demás según estándares personales de vida (43).

De manera que, de lo anterior se desprenden tres indicadores: (i) capacidad de resistir presiones sociales, implica que el sujeto es independiente, capaz de resistir las presiones sociales para pensar y actuar de cierta manera, mientras que, una situación contraria implica que el sujeto se preocupa por las expectativas y evaluaciones de los demás; (ii) independencia y determinación, significa que la persona posee la capacidad de regular su comportamiento desde adentro, en tanto que, una persona sin estas dos características se basa en los juicios de los demás para tomar decisiones importantes; y, (iii) autoevaluación con sus propios criterios, es decir el sujeto se evalúa a sí mismo según estándares personales y cuando no posee esta cualidad significa que la persona se ajusta a las obligaciones sociales para deliberar y actuar de ciertas formas(44).

2.3.2.3 Propósito en la vida

El cual se conceptualiza como la determinación de las metas y/o propósitos en el establecimiento de los objetivos como una orientación en la vida. Alguien que funciona positivamente tiene metas, intenciones y un sentido de dirección positiva, todo lo cual contribuye a la sensación de un sentido propio. Además, el propósito en la vida es una parte primordial del bienestar psicológico, de tal manera que, si las personas saben qué les dan sentido y propósito a sus vidas y actúan en consecuencia de la mejor manera, su nivel de felicidad aumenta y además los individuos que tienen

una dirección bien definida del transcurso de su vida se relaciona a una disminución de la probabilidad de muerte, según estudios realizados en adultos mayores (45).

De manera que, a partir de lo anterior se han establecido tres indicadores: (i) objetivos en la vida, implica que el sujeto tiene metas planteadas a lo largo su vida, en tanto que lo contrario involucra que la persona carece de sentido de la vida y tiene pocas metas planteadas; (ii) sensación de llevar un rumbo, se refiere a que el individuo posee un sentido de dirección, mientras que lo contrario significa que carece de sentido de la orientación; y, (iii) sensación de que el pasado y el presente tienen sentido, lo cual indica que el sujeto siente que la vida presente y pasada tienen significado, tiene creencias que le dan un propósito , tiene metas y objetivos para vivir (46).

2.3.2. Autoaceptación

La cual consiste en poseer una percepción precisa de las acciones propias, motivos y sentimientos. Tener actitudes positivas hacia uno mismo surge como una característica central del funcionamiento psicológico positivo (47).

De manera que, se han establecido tres indicadores: (i) actitud positiva hacia uno mismo, implica que cuando una persona posee un alto nivel de autoaceptación, posee una actitud positiva hacia sí mismo; (ii) aceptación de aspectos positivos y negativos, la cual implica que el sujeto reconoce y acepta múltiples aspectos de sí mismo, incluidas las buenas y malas cualidades; y, (iii) valoración positiva de su pasado, lo cual sugiere que el individuo se siente positivo sobre su vida pasada (48).

2.4. Definición de términos básicos:

Ansiedad: Preocupación y miedo intensos, excesivos y continuos ante situaciones cotidianas. Es posible que se produzca taquicardia, respiración agitada, sudoración y sensación de cansancio.

Carga física: En un aspecto del riesgo de trabajo que se origina por no cumplir con efectos de la ergonomía en la manipulación de cargas pesadas y movimientos en general donde la mala practica solo afecta el físico del trabajador y por ende su salud y capacidad.

Carga La carga de trabajo es una asociación de complejidades y exigencias psicológicas y emocionales además de físicas que el trabajador experimenta en el desarrollo de su tiempo laboral. Tradicionalmente, este “esfuerzo” se identificaba casi y exclusivamente con una actividad física o muscular

Carga mental. Es un carga que se enfoca en el equilibrio mental en la emociones donde se llega a un punto que ello se sobrecarga, afectando sus niveles cognitivos con tareas de alta complejidad.

Debilidad. Es agotamiento, extenuación, flaqueza, decaimiento, desfallecimiento, por lo que muestra a un ser humano sin fuerza, débil, dominado y sin energía

Depresión: Se puede describir como el hecho de sentirse triste, melancólico, infeliz, abatido o derrumbado. La mayoría de nosotros se siente de esta manera de vez en cuando durante períodos cortos.

Empatía: La capacidad de las personas para establecer una conexión profunda entre sí y abordar de manera efectiva las necesidades de los demás es un aspecto fundamental de la naturaleza humana. Esta habilidad abarca el acto de compartir emociones y pensamientos de una manera que produce una profunda sensación de realización y satisfacción en la otra persona.

Estrés: La respuesta del cerebro y el ser físico de un individuo a una demanda o desafío es lo que define su reacción de estrés. En momentos de estrés, el cuerpo libera una serie de sustancias químicas llamadas hormonas. Estas hormonas funcionan para aumentar el estado de alerta y preparación para la acción. Tienen la capacidad de elevar la presión arterial, la frecuencia cardíaca y los niveles de azúcar en la sangre. Esta reacción en particular se conoce comúnmente como la respuesta de "lucha o huida".

Indiferente. Que no muestra una actitud positiva ni negativa hacia determinada cosa o persona, o que no la muestra hacia nada ni nadie

Salud mental: La salud mental es el bienestar general de la manera en que piensas, regulas tus sentimientos y te comportas.

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

Hipótesis General

Existe relación significativa entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Hipótesis Específicas

Existe relación entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Existe relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Existe relación entre la sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Existe relación entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

3.1.1. Operacionalización de variable

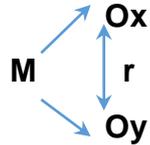
Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Método	Técnicas
SOBRECARGA LABORAL	Es el exceso de tareas o demanda de habilidades, destrezas y conocimientos, donde tanto en términos de calidad y cantidad se produce un estrés, que puede asociarse a un desgaste psicológico, que a la vez aumenta los niveles de cansancio tanto físico como mental de los profesionales (24)	Para operacionalizar las variables se utilizan 4 dimensiones; física, psicológica, comportamental, afrontamiento, cada uno con sus indicadores y sus ítems de respuesta que consideren alternativas.	Física	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Postura ➤ Desplazamiento ➤ Esfuerzo ➤ Hábitos ➤ Sueño ➤ Dolor ➤ Descanso ➤ Resiliencia 	1-12	Hipotético-Deductivo	Cuestionario
			Psicológica	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Atención ➤ Presión ➤ Relajo ➤ Concentración ➤ Desgaste ➤ Intolerancia ➤ Entorno 	13-20		
			Comportamental	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Error ➤ Diligente ➤ Experiencia ➤ Continua ➤ Agresividad ➤ Conflicto ➤ Aislamiento ➤ Desgano 	21-28		
			Afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Adaptación ➤ Capacitación ➤ Demanda ➤ Manejable ➤ Organización ➤ Elogios ➤ Valores 	29-37		

SALUD MENTAL	Es un estado completo de felicidad, calma y equilibrio, y tiene la capacidad de hacer frente a la adversidad que se pueda presentar en el entorno físico, social y psicológicamente, de manera que las personas puedan mostrar capacidades absolutas y ser productivas (37).	Para operacionalizar las variables se utilizan 4 dimensiones; crecimiento personal, autonomía, propósitos en la vida y autoaceptación cada uno con sus indicadores y sus ítems de respuesta que consideren alternativas.	Crecimiento personal	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sensación de desarrollo continuo ➤ Se ve a sí mismo en progreso ➤ Abierto a nuevas experiencias 	1-3	Hipotético-Deductivo	Cuestionario
			Autonomía	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Capaz de resistir presiones sociales ➤ Es independiente y tiene determinación ➤ Se autoevalúa con sus propios criterios 	4-6		
			Propósito en la vida	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetivos en la vida ➤ Sensación de llevar un rumbo ➤ Sensación de que el pasado y el presente tienen sentido 	7-9		
			Autoaceptación	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Actitud positiva hacia uno mismo ➤ Acepta aspectos positivos y negativos ➤ Valora positivamente su pasado 	10-12		

IV. METODOLOGÍA

4.1 Diseño metodológico

El **diseño** de investigación fue el no **experimental y de corte transversal**, el cual se define, como aquel estudio donde no se manipula o se altera las variables de forma intencionada, sucediendo esto en un momento y contexto determinado. Representado de la siguiente manera:



Dónde:

M = Muestra.

O_x = Sobrecarga laboral

O_y = Salud mental

r = relación entre las variables

Asimismo, el estudio es de tipo básico en consecuencia, su objetivo principal es adquirir nuevos conocimientos basados en el conocimiento existente mediante la investigación de fenómenos en diversos entornos (49).

El nivel es descriptivo correlacional, este tipo de estudios se desarrollan con el fin de describir las variables de estudio en sus características principales que los definen y con ello poder medir el nivel asociativo entre los elementos investigados (49). En el caso del enfoque fue el cuantitativo, que se basa en la medición ordinal a través de los estadísticos para la obtención de resultados sobre la medición de las variables para comprender y establecer los patrones del comportamiento de lo que se investiga (50).

4.2 Método de Investigación

Se utilizó el Hipotético-Deductivo o de contrastación de hipótesis, se trata de establecer la verdad o falsedad de las hipótesis (que no podemos comprobar directamente por su carácter de enunciados generales o leyes, que incluyen términos teóricos), a partir de la verdad o falsedad de las consecuencias observacionales, unos enunciados que se refieren a

objetos y propiedades observables, que se obtienen deduciéndolos de las hipótesis y cuya verdad o falsedad estamos en condiciones de establecer directamente. La esencia del método hipotético-deductivo consiste en saber cómo la verdad o falsedad del enunciado básico dice acerca de la verdad o la falsedad de la hipótesis que ponemos a prueba. Por supuesto, el proceso puede ser mucho más largo e incluir hipótesis intermedias o específicas (49)

4.3 Población y Muestra

4.3.1 Población

La población es un conjunto que presenta ciertas características similares, y se desarrollan en contexto o una misma realidad, las que cumplen con los criterios del investigador (49). Por lo tanto, la población de la presente investigación se constituyó de 109 personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

$$N = 109$$

4.3.2 Muestra de Estudio

Para definir el tamaño de la muestra a trabajar en la investigación, se aplicó la siguiente fórmula correspondiente a poblaciones finitas:

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

Donde:

- N : Población (109)
- Z : Nivel de confianza (95%: 1.96)
- P : Probabilidad de éxito (0.5)
- Q : Probabilidad de fracaso (0.5)
- E : Error estándar (0.05)

Reemplazando:

$$n = \frac{109 \times 1.96^2 (0.5 \times 0.5)}{(109 - 1) \times 0.05^2 + 1.96^2 (0.5 \times 0.5)}$$

$$n = 85$$

4.4 Lugar de estudio y período desarrollado

Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac, siendo el periodo los meses de Junio y Julio del año 2022.

4.5 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

4.5.1 Técnicas

Se utilizó la encuesta, la cual es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz. En el ámbito sanitario son muy numerosas las investigaciones realizadas utilizando esta técnica. Asimismo, es una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características (49).

4.5.2 Instrumentos

Se empleó como instrumento de recolección de datos el cuestionario; el cual es un conjunto de preguntas diseñadas para generar los datos necesarios para alcanzar los objetivos necesarios del trabajo de investigación (49). Los instrumentos que se utilizaron en la investigación son dos cuestionarios:

Cuestionario de la sobrecarga laboral.

El cuestionario sobre carga laboral fue utilizado por Sotelo I. del año 2018 donde fue aplicado en la Universidad Inca Garcilaso de la Vega (Lima)

En cuanto al cuestionario el nivel de conocimiento, estuvo constituido por 37 preguntas con respuestas Likert.

Cuestionario de salud mental. El cuestionario salud mental fue utilizado por Guzmán P. del año 2021 donde fue aplicado en la Universidad Cesar vallejo (Chiclayo)

En cuanto al cuestionario de salud mental estuvo compuesta por 12 preguntas con alternativas múltiples, los cuales constaron de las siguientes partes:

Parte I: Incluyó la presentación del cuestionario, donde se detallaba el nombre de los investigadores, el objetivo de la investigación y las características del instrumento.

Parte II: Comprendió las instrucciones a seguir por el entrevistador.

Parte III: Incluyó los datos generales de las personas entrevistadas.

Parte IV: Contenía el conjunto de ítems a responder relacionados con el problema de estudio.

A cada respuesta se le asignó un puntaje de la siguiente forma:

Nunca: 1 punto

Casi nunca: 2 puntos

Algunas veces: 3 puntos

Casi siempre: 4 puntos

Siempre: 5 puntos

Obteniéndose así los siguientes puntajes:

Puntaje	Nivel de sobrecarga laboral	Salud Mental
Máximo	185 puntos.	60 puntos.
Mínimo	37 puntos	12 puntos

Para la categorización de las variables el nivel de sobrecarga laboral y la salud mental, se utilizaron la escala adaptada al número de preguntas del instrumento. Con lo que los resultados quedaron establecidos de la siguiente manera:

Nivel de sobrecarga laboral	Salud Mental
Baja : 37 – 85	Deficiente : 12 – 27
Media: 86 - 135	Regular : 28 - 43
Alta : 136 - 185	Optima : 44 - 60

4.5.3. Validez y Confiabilidad

Validez

En el caso del cuestionario de la sobrecarga laboral en el estudio de Sotelo (29) se procedió con la evaluación del juicio de expertos por tres especialistas, con un nivel de concordancia del 0.98.

En el caso del cuestionario de la salud mental en el estudio de Guzmán (42) se procedió con la evaluación del juicio de expertos por tres especialistas, con un nivel de concordancia del 0.97

Confiabilidad

En el caso del cuestionario de la sobrecarga laboral en el estudio de Sotelo (29) midió el nivel de confiabilidad con el coeficiente de Alfa de Cronbach en el cual se obtuvo un 0.876 que indica una confiabilidad alta.

En el caso del cuestionario de la salud mental en el estudio de Guzmán (42) midió el nivel de confiabilidad con el coeficiente de Alfa de Cronbach en el cual se obtuvo un 0.891 que indica una confiabilidad alta.

Prueba piloto

Igualmente se aplicó una prueba piloto de 20 personales de salud, la cual tuvo el objetivo de poner a prueba la confiabilidad y fiabilidad de los instrumentos de estudio, que permitió realizar más ajustes a los ítems, con el fin de dar más garantía y rigor a los instrumentos. Para ello se aplicaron los siguientes pasos:

1. **Selección de sujetos.** En nuestro caso se escogió a 20 personales de salud que representa el 23.52% de la muestra de estudio.
2. **Aplicación del método.** La cual comenzó con una pequeña charla a los 20 personales de salud, dando a conocer los objetivos de la prueba luego

se continuó con la repartición de los instrumentos y la explicación de cómo resolverlos. Una vez que los participantes lo resolvieron se recogió la prueba para la verificación de las respuestas y la codificación de las mismas, para realizar la base de datos piloto.

3. **Plan de recursos:** Al ser una cantidad pequeña los investigadores fueron quienes procedieron con la encuesta, siendo necesario solo las impresiones de los instrumentos y los bolígrafos con lo que fue llenado cada cuestionario. Gastos que estaban dentro del presupuesto considerando algunos alimentos tanto para la muestra piloto como para los investigadores.
4. **Planificación operativa.** Los recursos económicos fueron propios y considerados en el presupuesto, con lo cual se pudo comprar todo el material a utilizar, para ello se contó con el apoyo de la institución a investigar ya que la prueba se realizó en su local, en un área específica que no interrumpió las funciones de la institución.
5. **Equipo de trabajo.** Los investigadores y los 20 individuos fueron los únicos que participaron en la prueba piloto.
6. **Resultados.** Se obtuvo a través de la prueba estadística de alfa de Cronbach el cual califica por ítems y en general con una escala de 0 a 1 siendo un resultado más cercano al 1 con mayor confiabilidad. En donde para el cuestionario de la variable sobrecarga laboral se obtuvo un coeficiente de alfa de Cronbach de 0.876 y para el cuestionario de la salud mental se obtuvo un coeficiente de 0.891, ambos representando una confiabilidad alta.
7. **Discusión.** Los resultados fueron previsores de la efectividad de los instrumentos para medir las variables en cuestión.
8. **Conclusiones.** Los resultados que se obtuvieron nos mostraron que tan confiables son los instrumentos, y solo fueron un preámbulo de la medición de las variables, pero no datos exactos ya que solo se enfoca en medir que tan confiables son cada pregunta de los instrumentos. Por lo que se concluyó que los instrumentos son altamente confiables.

4.6 Análisis y procesamiento de datos

El tratamiento estadístico de la información se realizó siguiendo el proceso siguiente:

Seriación: Se asignó un número de serie, correlativo a cada cuestionario, lo que permitió tener un mejor tratamiento y control de los mismos.

Codificación: Se elaboró un libro de códigos, donde se asigna un código a cada ítem de respuesta, con ello se logró un mayor control del trabajo de tabulación.

Tabulación: Mediante la aplicación de la técnica matemática de conteo, se realizó la tabulación extrayendo la información, ordenándola en cuadros simples y de doble entrada con indicadores de frecuencia y porcentaje.

Gráfica: Una vez tabulada la encuesta, se procedió a graficar los resultados en gráficas de barra y otros. Todo lo que sirvió para llevar los resultados al análisis e interpretación de los mismos.

Una vez obtenidos los datos, se procedió a analizar cada uno de ellos, atendiendo a los objetivos y variables de investigación; de manera tal que podamos contrastar hipótesis con variables y objetivos, y así demostrar la validez o invalidez de estas. Al final se formularon las conclusiones y recomendaciones para mejorar la problemática investigada. Se dispuso del análisis descriptivo obtenido por medio del análisis estadístico gracias al programa SPSS 25, que con un tipo de análisis deductivo se obtuvo los datos resultantes de la encuesta desarrollada en el cuestionario y fueron presentadas en tablas y gráficos de frecuencia en las dimensiones y variables agrupadas con la finalidad de determinar los objetivos del estudio. En su parte inferencial se realizó la contratación de las hipótesis tanto generales como específicas, mediante la prueba no paramétrica de Rho Spearman.

4.7. Aspectos Éticos en Investigación.

Principio de beneficencia: Al final de esta investigación los resultados que se obtengan ayudaran a extender los saberes sobre las variables de estudio favoreciendo en la integridad y salud mental del personal.

Principio de autonomía: Este principio se respetó con la firma del consentimiento informado que indica su participación voluntaria en el estudio de la muestra.

Principio de no maleficencia: La finalidad de este estudio fue no causar ningún mal o daño al personal de salud y tampoco que los instrumentos fueron una amenaza para la integridad de la institución.

Principio de justicia: En cada etapa del estudio se trató a los participantes, valiendo sus derechos y el respeto que merecen por igual sin distinción alguna.

V. RESULTADOS

5.1 RESULTADOS DESCRIPTIVOS

Tabla 5.1.1

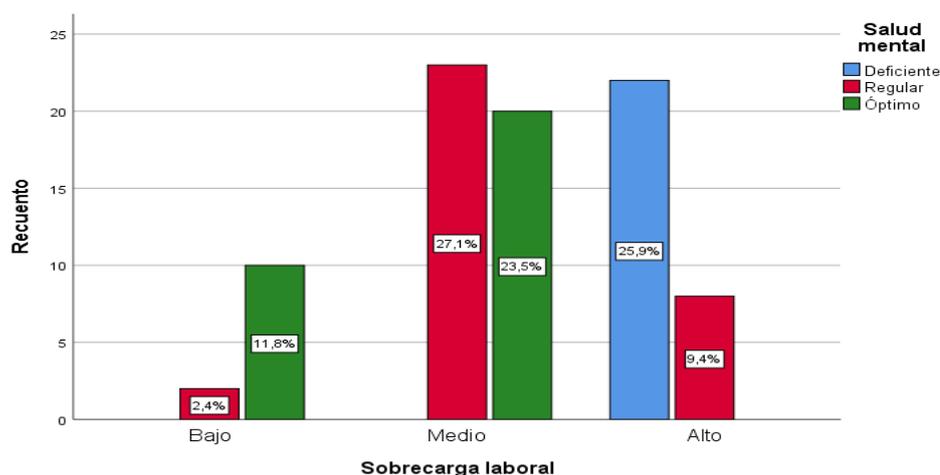
Relación entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

			Salud mental			
			Deficiente	Regular	Óptimo	Total
Sobrecarga laboral	Bajo	Recuento	0	2	10	12
		% del total	0,0%	2,4%	11,8%	14,1%
	Medio	Recuento	0	23	20	43
		% del total	0,0%	27,1%	23,5%	50,6%
	Alto	Recuento	22	8	0	30
		% del total	25,9%	9,4%	0,0%	35,3%
Total	Recuento	22	33	30	85	
	% del total	25,9%	38,8%	35,3%	100,0%	

Fuente: Encuesta de elaboración propia.

Gráfico 5.1.1

Relación entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.



Al correlacionar la sobrecarga laboral con la salud mental, se encontró que en la sobrecarga laboral baja se presenta una salud mental regular con un 2.4% y optima en un 11.8%. en el caso de la sobrecarga laboral media, el 27.1% presenta una salud mental regular el 23.5% optima, y cuando la sobrecarga es alta el 25.9% presenta una salud mental deficiente.

Tabla 5.1.2

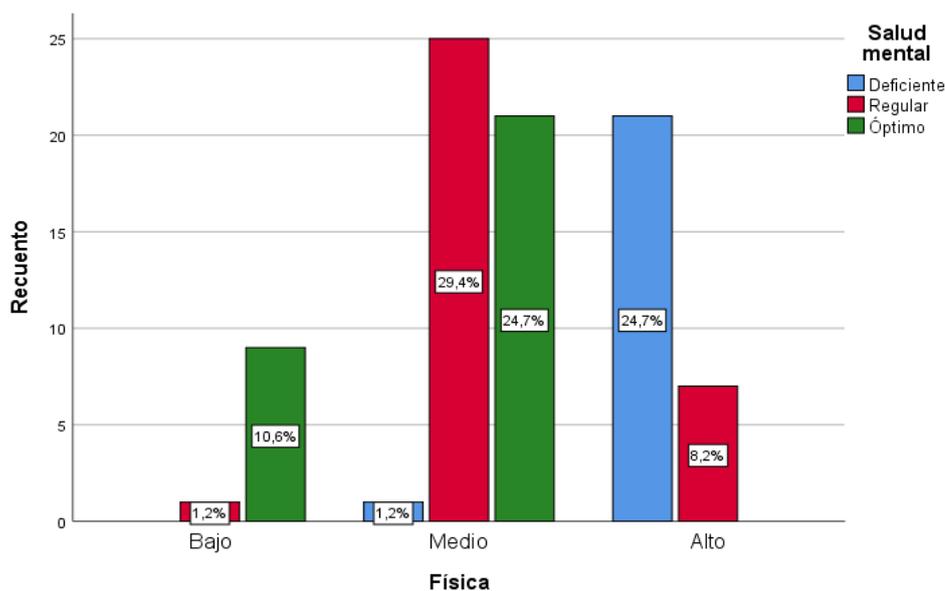
Relación entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

			Salud mental			
			Deficiente	Regular	Óptimo	Total
Física	Bajo	Recuento	0	1	9	10
		% del total	0,0%	1,2%	10,6%	11,8%
	Medio	Recuento	1	25	21	47
		% del total	1,2%	29,4%	24,7%	55,3%
	Alto	Recuento	21	7	0	28
		% del total	24,7%	8,2%	0,0%	32,9%
Total		Recuento	22	33	30	85
		% del total	25,9%	38,8%	35,3%	100,0%

Fuente: Encuesta de elaboración propia.

Gráfico 5.1.2

Relación entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.



Al correlacionar la sobrecarga física con la salud mental, se encontró que en la sobrecarga física baja se presenta una salud mental regular con un 1.2% y optima en un 11.8%. en el caso de la sobrecarga media, el 29.4% presenta una salud mental regular el 24.7% optima, y cuando la sobrecarga es alta el 24.7% presenta una salud mental deficiente.

Tabla 5.1.3

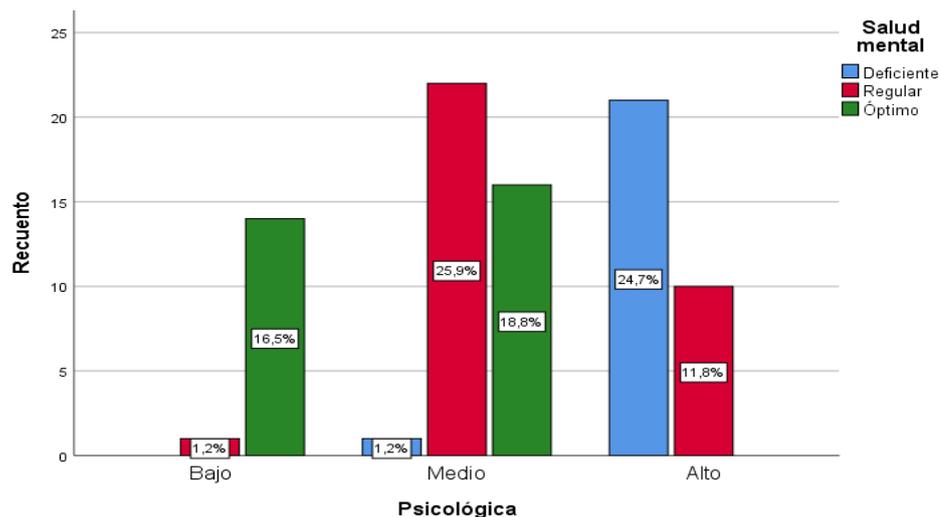
Relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

			Salud mental			
			Deficiente	Regular	Óptimo	Total
Psicológica	Bajo	Recuento	0	1	14	15
		% del total	0,0%	1,2%	16,5%	17,6%
	Medio	Recuento	1	22	16	39
		% del total	1,2%	25,9%	18,8%	45,9%
	Alto	Recuento	21	10	0	31
		% del total	24,7%	11,8%	0,0%	36,5%
Total		Recuento	22	33	30	85
		% del total	25,9%	38,8%	35,3%	100,0%

Fuente: Encuesta de elaboración propia.

Gráfico 5.1.3

Relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.



Al correlacionar la sobrecarga psicológica con la salud mental, se encontró que en la sobrecarga psicológica baja se presenta una salud mental regular con un 1.2% y optima en un 16.5%. en el caso de la sobrecarga media, el 25.9% presenta una salud mental regular el 18.8% optima, y cuando la sobrecarga es alta el 24.7% presenta una salud mental deficiente y el 11.8% regular.

Tabla 5.1.4

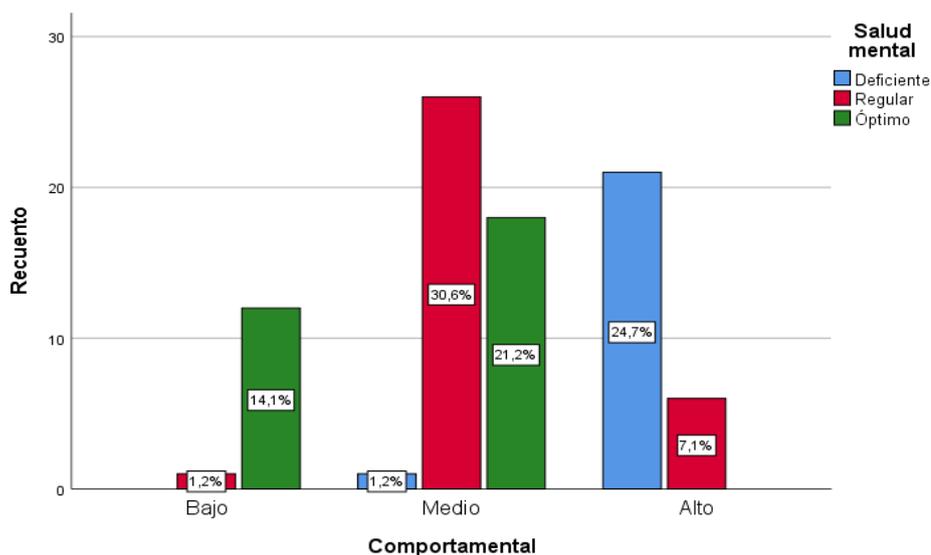
Relación entre la sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

			Salud mental			
			Deficiente	Regular	Óptimo	Total
Comportamental	Bajo	Recuento	0	1	12	13
		% del total	0,0%	1,2%	14,1%	15,3%
	Medio	Recuento	1	26	18	45
		% del total	1,2%	30,6%	21,2%	52,9%
	Alto	Recuento	21	6	0	27
		% del total	24,7%	7,1%	0,0%	31,8%
Total	Recuento	22	33	30	85	
	% del total	25,9%	38,8%	35,3%	100,0%	

Fuente: Encuesta de elaboración propia.

Gráfico 5.1.4

Relación entre la sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.



Al correlacionar la sobrecarga comportamental con la salud mental, se encontró que en la sobrecarga comportamental baja se presenta una salud mental regular con un 1.2% y optima en un 14.1%. en el caso de la sobrecarga media, el 30.6% presenta una salud mental regular el 21.2% optima, y cuando la sobrecarga es alta el 24.7% presenta una salud mental deficiente y el 7.1% regular.

Tabla 5.1.5

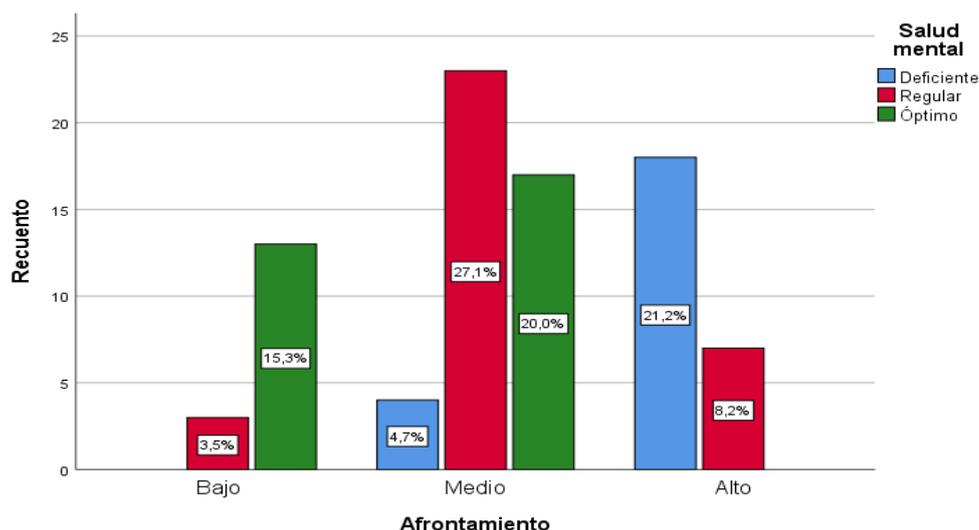
Relación entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

			Salud mental			
			Deficiente	Regular	Óptimo	Total
Afrontamiento	Bajo	Recuento	0	3	13	16
		% del total	0,0%	3,5%	15,3%	18,8%
	Medio	Recuento	4	23	17	44
		% del total	4,7%	27,1%	20,0%	51,8%
	Alto	Recuento	18	7	0	25
		% del total	21,2%	8,2%	0,0%	29,4%
Total	Recuento	22	33	30	85	
	% del total	25,9%	38,8%	35,3%	100,0%	

Fuente: Encuesta de elaboración propia.

Gráfico 5.1.5

Relación entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.



Al correlacionar la sobrecarga afrontamiento con la salud mental, se encontró que en la sobrecarga afrontamiento baja se presenta una salud mental regular con un 3.5% y optima en un 15.3%. en el caso de la sobrecarga media, el 27.1% presenta una salud mental regular el 20.0% optima, y cuando la sobrecarga es alta el 21.2% presenta una salud mental deficiente y el 8.2% regular.

5.2 ANALISIS ESTADISTICO INFERENCIAL

5.2.1 Prueba de Normalidad

H0: Los datos tienen distribución normal

$p > 0,05$

H1: Los datos no tienen distribución normal

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Tabla 6

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Sobrecarga laboral	,270	85	,000	,789	85	,000
Física	,301	85	,000	,777	85	,000
Psicológica	,239	85	,000	,797	85	,000
Comportamental	,279	85	,000	,792	85	,000
Afrontamiento	,267	85	,000	,801	85	,000
Salud mental	,230	85	,000	,801	85	,000
Crecimiento personal	,238	85	,000	,808	85	,000
Autonomía	,227	85	,000	,805	85	,000
Propósito en la vida	,213	85	,000	,808	85	,000
Autoaceptación	,263	85	,000	,804	85	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Habiendo obtenido la prueba de distribución normal en este caso de Kolmogorov-Smirnov por ser una muestra mayor de 85 individuos. según la condición: $p < 0,05$: estamos aceptando que no tiene distribución normal, no paramétrica, las dos variables de estudio: sobrecarga laboral y salud mental. Por lo tanto, usaremos la prueba Rho de Spearman.

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
FISICA (agrupado)	,422	85	,000	,677	85	,000
PSICOLOGICA (agrupado)	,336	85	,000	,753	85	,000
COMPORTAMENTAL (agrupado)	,288	85	,000	,832	85	,000
AFRONTAMIENTO (agrupado)	,355	85	,000	,764	85	,000
SOBRE_CARGA_LABORAL (agrupado)	,480	85	,000	,514	85	,000
CRECIMIENTO_PERSONA L (agrupado)	,176	85	,000	,905	85	,000
AUTONOMIA (agrupado)	,222	85	,000	,876	85	,000
PROPOSITO_EN_LA_VIDA (agrupado)	,180	85	,000	,902	85	,000
AUTOACEPTACION (agrupado)	,198	85	,000	,878	85	,000
SALUD_MENTAL (agrupado)	,218	85	,000	,905	85	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

5.2.2 Análisis de correlación

a. Correlación de la **FISICA**, con la **SALUD MENTAL** (se obtiene de la hipótesis 1)

Correlaciones

			FISICA (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho Spearman	de FISICA (agrupado)	Coeficiente de correlación	1,000	-,751**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	85	85
	SALUD_MENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	-,751**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

b. Correlación de la PSICOLOGICA, con la SALUD MENTAL (se obtiene de la hipótesis 2)

Correlaciones				PSICOLOGICA (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho Spearman	de PSICOLOGICA (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	1,000	-,731**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		85	85
	SALUD_MENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	-,731**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

c. Correlación de la COMPORTAMENTAL, con la SALUD MENTAL (se obtiene de la hipótesis 3)

Correlaciones				COMPORTAMENTAL (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho Spearman	de COMPORTAMENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	1,000	-,680**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		85	85
	SALUD_MENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	-,680**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

D. Correlación de la AFRONTAMIENTO, con la SALUD MENTAL (se obtiene de la hipótesis 3)

Correlaciones				AFRONTAMIENTO (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho Spearman	de AFRONTAMIENTO (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	1,000	-,741**

	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	85	85
SALUD_MENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	-,741**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

E. Correlación de la **SOBRE CARGA LABORAL**, con la **SALUD MENTAL** (se obtiene de la hipótesis general)

Correlaciones			
		SOBRE_CARGA_LABORAL (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho de Spearman	de SOBRE_CARGA_LABORAL (agrupado)		
	Coeficiente de correlación	1,000	-,791**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	85	85
SALUD_MENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	-,791**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

5.2.3 Demostración de la hipótesis

a. Demostración de la hipótesis específica 1

Ha: La FISICA, se relaciona con el SALUD MENTAL.

Ho: La FISICA, no se relaciona con el SALUD MENTAL.

Correlaciones			
		FISICA (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho de Spearman	de FISICA (agrupado)		
	Coeficiente de correlación	1,000	-,751**
	Sig. (bilateral)	.	,000

	N		85	85
SALUD_MENTAL (agrupado)	Coefficiente de correlación		-,751**	1,000
	Sig. (bilateral)		,000	.
	N		85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En caso sig ≤ 0.05 , se acepta Ha

Si el valor de la significancia (sig), es menor que 0.05, se acepta la hipótesis alterna (Ha), en este caso como la significancia es 0.000 y es menor que 0.05, por lo tanto podemos aceptar la hipótesis alternativa (Ha), es decir que la FISICA, se relaciona con el SALUD MENTAL.

En caso sig > 0.05 , se acepta Ho.

Si la significancia es mayor de 0.05, podemos aceptar la hipótesis nula (Ho), es decir que La FISICA, NO se relaciona con el SALUD MENTAL.

b. Demostración de la hipótesis específica 2

ha: La PSICOLOGICA, se relaciona con el SALUD MENTAL.

ho: La PSICOLOGICA, no se relaciona con el SALUD MENTAL.

Correlaciones

			PSICOLOGICA (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho	de PSICOLOGICA	Coefficiente		
Spearman	(agrupado)	de correlación	1,000	-,731**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	85	85
	SALUD_MENTAL	Coefficiente		
	(agrupado)	de correlación	-,731**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En caso sig ≤ 0.05 , se acepta Ha

Si el valor de la significancia (sig), es menor que 0.05, se acepta la hipótesis alterna (Ha), en este caso como la significancia es 0.000 y es menor que 0.05, por lo tanto podemos aceptar la hipótesis alternativa (Ha), es decir que la PSICOLOGICA, se relaciona con el SALUD MENTAL.

c. Demostración de la hipótesis específica 3

ha: La COMPORTAMENTAL, se relaciona con el SALUD MENTAL.

ho: La CONPORTAMENTAL, no se relaciona con el SALUD MENTAL.

Correlaciones

				COMPORTAMENTAL (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho Spearman	de COMPORTAMENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	1,000	-,680**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		85	85
	SALUD_MENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	-,680**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En caso sig <=0.05, se acepta Ha.

Si el valor de la significancia (sig), es menor que 0.05, se acepta la hipótesis alterna (Ha), en este caso como la significancia es 0.000 y es menor que 0.05, por los tanto podemos aceptar la hipótesis alternativa (Ha), es decir que la COMPORTAMENTAL, se relaciona con el SALUD MENTAL.

d. Demostración de la hipótesis específica 4.

ha: La AFRONTAMIENTO, se relaciona con el SALUD MENTAL.

ho: La AFRONTAMIENTO, no se relaciona con el SALUD MENTAL.

Correlaciones

				AFRONTAMIENTO (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho Spearman	de AFRONTAMIENTO (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	1,000	-,741**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		85	85
	SALUD_MENTAL (agrupado)	Coeficiente de correlación	de	-,741**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En caso sig <=0.05, se acepta Ha

Si el valor de la significación (sig), es menor que 0.05, se acepta la hipótesis alterna (Ha), en este caso como la significancia es 0.000 y es menor que 0.05, por lo tanto podemos aceptar la hipótesis alternativa (Ha), es decir que la AFRONTAMIENTO, se relaciona con el SALUD MENTAL.

e. Demostración de la hipótesis general

ha: La SOBRE CARGA LABORAL, se relaciona con la SALUD MENTAL.

ho: La SOBRE CARGA LABORAL, no se relaciona con la SALUD MENTAL.

Correlaciones			
		SOBRE_CARGA_LABORAL (agrupado)	SALUD_MENTAL (agrupado)
Rho de Spearman	de SOBRE_CARGA_LABORAL (agrupado)	1,000	-,791**
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,000
		N	85
SALUD_MENTAL (agrupado)		-,791**	1,000
Coeficiente de correlación			
Sig. (bilateral)		,000	.
N		85	85

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En caso sig <=0.05, se acepta Ha

Si el valor de la significancia (sig), es menor que 0.05, se acepta la hipótesis alterna (Ha), en este caso como la significancia es 0.000 y es menor que 0.05, por lo tanto podemos aceptar la hipótesis alternativa (Ha), es decir que la SOBRE CARGA LABORAL, se relaciona con el SALUD MENTAL

VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

6.1 Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados

1. Hipótesis principal

Ha: Existe relación significativa entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Ho: No existe relación entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

2. Decisión de rechazo

Si $p = < 0,05$ se rechaza la Hipótesis Nula, donde que dice que no existe relación entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022 y se acepta la hipótesis alternativa indicando que existe relación entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Tabla 7

Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral y la salud mental.

		Sobrecarga laboral		Salud mental
Rho Spearman	de Sobrecarga laboral	Coeficiente correlación	de 1,000	-,776**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	85	85
	Salud mental	Coeficiente correlación	de -,776**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	85	85

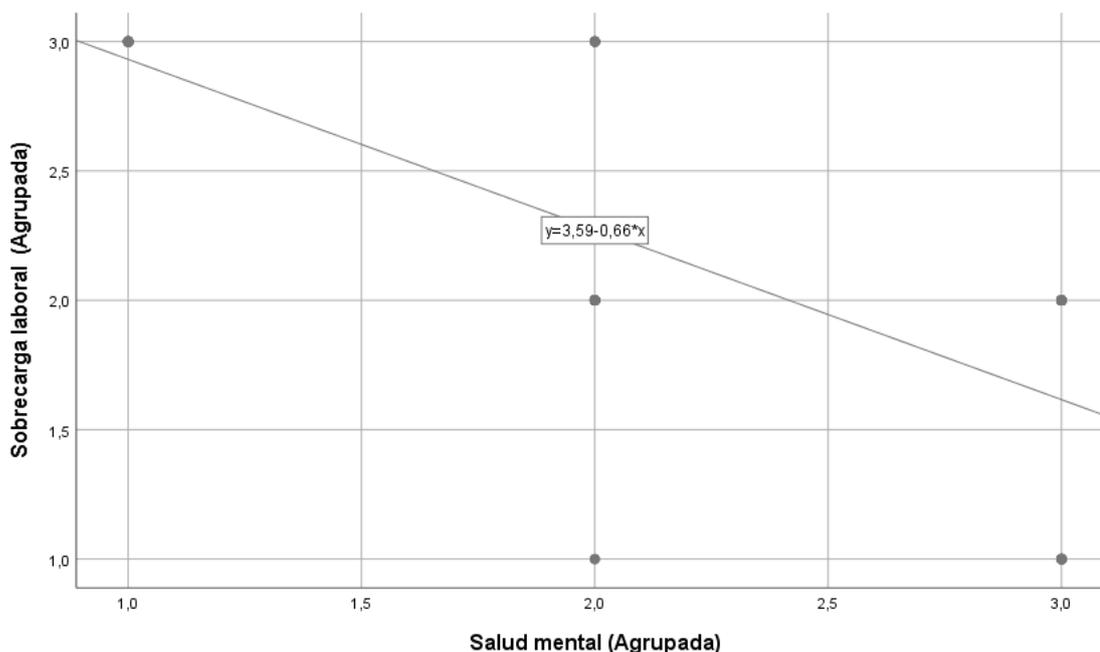
** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

En la tabla 7 se puede observar que las variables evaluadas presenta una relación inversa según el coeficiente de -0.776 con una significancia del 0.000 menor al 0.01, rechazando la nula y aprobando la hipótesis alterna.

Gráfico 6.

Dispersión entre la sobrecarga laboral y la salud mental.



1. Hipótesis específica 1

Ha: Existe relación entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Ho: No existe relación entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

2. Decisión de rechazo

Si $p < 0,05$ se rechaza la Hipótesis Nula, donde que dice que no existe relación entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022 y se acepta la hipótesis alternativa indicando que existe relación entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

1. Hipótesis específica 2

Ha: Existe relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Ho: No existe relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

2. Decisión de rechazo

Si $p = < 0,05$ se rechaza la Hipótesis Nula, donde que dice que no existe relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022 y se acepta la hipótesis alternativa indicando que existe relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Tabla 9

Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral según dimensión psicológica y la salud mental.

			Psicológica	Salud mental
Rho Spearman	de Psicológica	Coeficiente correlación	de 1,000	-,787**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	85	85
	Salud mental	Coeficiente correlación	de -,787**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	85	85

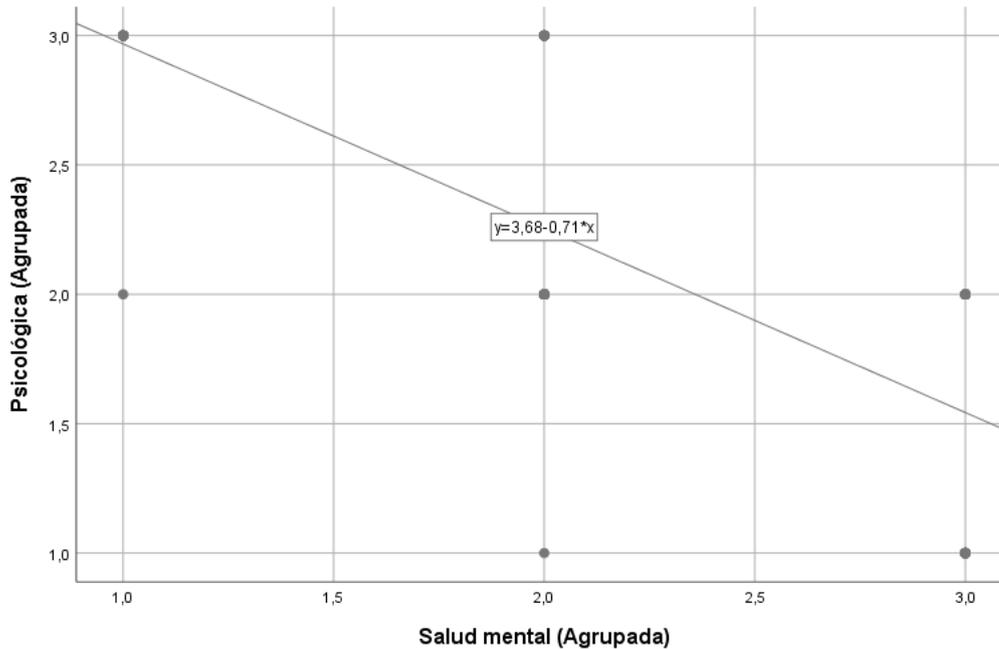
** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

En la tabla 9 se puede observar que las variables evaluadas presenta una relación inversa según el coeficiente de -0.787 con una significancia del 0.000 menor al 0.01, rechazando la nula y aprobando la hipótesis alterna.

Gráfico 8.

Dispersión entre la sobrecarga laboral según dimensión psicológica y la salud mental.



Hipótesis específica 3

Ha: Existe relación significativa entre la sobrecarga laboral según dimensión comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Ho: No existe relación significativa entre la sobrecarga laboral según dimensión comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

2. Decisión de rechazo

Si $p < 0,05$ se rechaza la Hipótesis Nula, donde que dice que no existe relación entre la sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022 y se acepta la hipótesis alternativa indicando que existe relación entre la sobrecarga laboral según dimensión comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Tabla 10

Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral según dimensión comportamental y la salud mental.

Rho Spearman	de Comportamental	Coefficiente de correlación	de 1,000	Salud mental
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	85	85
	Salud mental	Coefficiente de correlación	de -,781**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	85	85

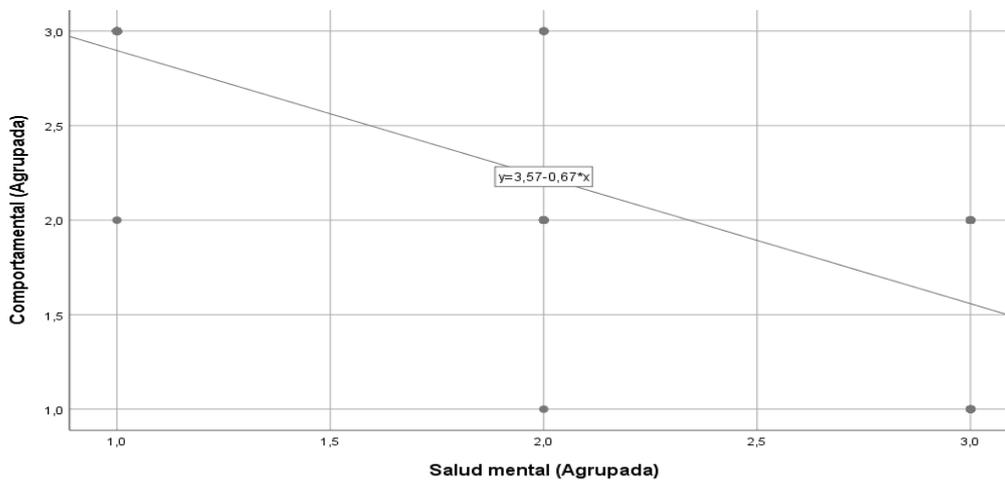
** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

En la tabla 10 se puede observar que las variables evaluadas presenta una relación inversa según el coeficiente de -0.781 con una significancia del 0.000 menor al 0.01, rechazando la nula y aprobando la hipótesis alterna.

Gráfico 9.

Dispersión entre la sobrecarga laboral según dimensión comportamental y la salud mental.



1. Hipótesis específica 4

Ha: Existe relación entre la sobrecarga laboral afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Ho: No existe relación entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

2. Decisión de rechazo

Si $p = < 0,05$ se rechaza la Hipótesis Nula, donde que dice que no existe relación entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022 y se acepta la hipótesis alternativa indicando que existe relación entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.

Tabla 11

Prueba de correlación según Spearman entre la sobrecarga laboral según dimensión del afrontamiento y la salud mental.

			Afrontamiento	Salud mental
Rho Spearman	de Afrontamiento	Coeficiente de correlación	de 1,000	-,707**
		Sig. (bilateral)	.	,000
	N		85	85
	Salud mental	Coeficiente de correlación	de -,707**	1,000
Sig. (bilateral)		,000	.	
N			85	85

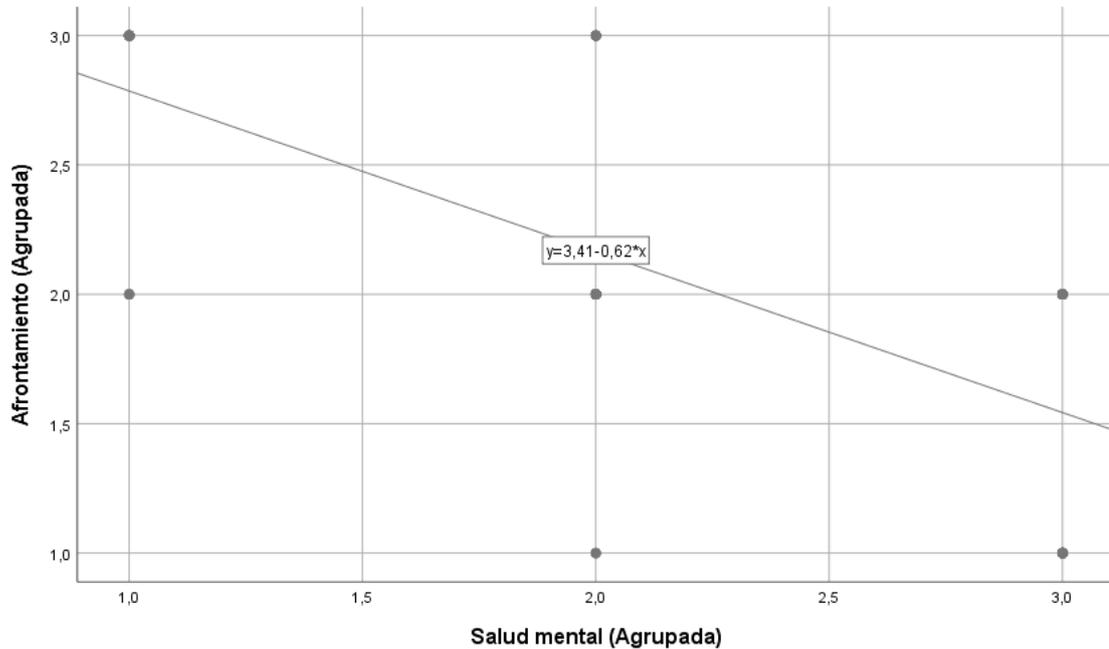
** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

En la tabla 11 se puede observar que las variables evaluadas presenta una relación inversa según el coeficiente de -0.707 con una significancia del 0.000 menor al 0.01, rechazando la nula y aprobando la hipótesis alterna.

Gráfico 10.

Dispersión entre la sobrecarga laboral según dimensión del afrontamiento y la salud mental.



6.2 Contrastación de los resultados con otros estudios similares

En respuesta al objetivo general; determinar la relación que existe entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022. Mediante la aplicación de la correlación de Spearman se identificó una relación negativa significativa entre la variable sobrecarga de trabajo y la variable salud mental. Esta correlación, con un coeficiente de $-0,776$, indica una fuerte asociación inversa. La significancia estadística de este hallazgo se denota por un valor p de $0,000$, que está por debajo del umbral de $0,01$. Resultados que concuerdan con el estudio de Sánchez, T. (Chincha, 2020) donde demostró que el 40% presentaron sobrecarga laboral media, presentó bienestar psicológico regular, evidenciando que existe relación directa entre la sobrecarga laboral y el bienestar psicológico. (16) Similar al estudio de Arteaga, H. (Trujillo, 2019) "Relación entre carga laboral y el nivel de estrés en internos de medicina. Hospital Regional Docente de Trujillo 2019" donde se observó en cuanto al sexo un predominio de carga laboral y

niveles de estrés en el sexo femenino con un 53,33% y en cuanto a la edad se observó mayor predominio de carga laboral y estrés ($\chi^2:4.36$ $p:0.037$) demostrando significancia evidenciando que si existe relación entre la carga laboral y los niveles de estrés (17), lo que también logro encontrar Cornejo y Tito (Arequipa, 2019) donde hay una relación significativa entre la sobrecarga laboral y el estrés percibido, dicha relación es directamente proporcional lo que nos indica que una mayor sobrecarga laboral se asocia con un mayor estrés percibido (18).

Como se observa la carga de trabajo tiene una repercusión negativa en la salud mental del trabajador donde a mayor sea el nivel de la sobrecarga de trabajo mayor es la posibilidad que la salud mental sea deficiente generando problemas como es el caso del estrés, ansiedad o síndrome de burnout en los trabajadores lo que afecta sus funciones físicas como emocionales, y por ende la calidad de su trabajo.

Cabe decir que en términos de calidad y cantidad de trabajo se produce un estrés significativo, que puede asociarse a un desgaste psicológico, que a la vez aumenta los niveles de cansancio tanto físico como mental de los profesionales. La sobrecarga cuantitativa comprende un exceso en la cantidad de actividades que se deben realizar durante la jornada laboral, mientras que la cualitativa hace referencia al exceso de demandas en las competencias, habilidades y conocimientos del trabajador (24).

En razón del objetivo específico 1; establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022. El estudio reveló una fuerte correlación negativa (-0,767) entre la dimensión física y la variable salud mental, determinada por el análisis de correlación de Spearman. Este resultado indica una asociación significativa ($p=0,000$, $<0,01$) entre las dos variables.

Lo que concuerda con el estudio de Chávez L, et al (Paraguay, 2021) donde determinaron que el síndrome de Burnout fue 24,1%; la carga horaria de 12 horas o más se asoció con el riesgo de desarrollar ansiedad, depresión y el síndrome de Burnout. Conclusión, la frecuencia de ansiedad, depresión y

síndrome de Burnout fueron elevadas, lo que pone de manifiesto la vulnerabilidad del personal de salud y la necesidad de proveer apoyo psicológico al personal en este hospital, evidenciando un regular nivel en la salud mental de los trabajadores por una carga laboral física con mayores horas (10) similar al estudio de Castro C. y Chantong C. (Ecuador, 2020) donde encontraron que la mayoría del personal de enfermería presentaron calidad de vida baja, siendo los motivos varios factores contribuyen a la disminución de la calidad de vida de los profesionales de enfermería, como la carga de trabajo, la falta de motivación y las consideraciones ergonómicas, entre otros. En consecuencia, se ha determinado que el factor más influyente en la disminución de la calidad de vida es la carga de trabajo. Para evitar que esto ocurra, es imperativo realizar una evaluación integral de las tareas y responsabilidades asignadas a cada profesional de enfermería. (12).

Cabe mencionar que la sobrecarga física es la cantidad de actividad física. Esta al ser realizada requiere un desgaste de energía, mientras mayor sea el esfuerzo solicitado, mayor será el agotamiento. La ejecución de todo trabajo muscular implica utilizar una determinada cantidad de fuerza; que según la forma en que sea aplicada para que los músculos se movilizan, el trabajo desarrollado puede ser considerado estático o dinámico (28).

Lo que nos indica que a una mayor carga física se produce un desgaste de las energías del cuerpo y de las funciones del organismo que a la larga también disminuyen la capacidad de mental del trabajador.

En razón del objetivo específico 2; establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022. La investigación reveló una relación inversa significativa entre la dimensión psicológica y la variable salud mental. Esta correlación se determinó a través del coeficiente de correlación de Spearman, el cual arrojó un valor de $-0,787$, indicando una fuerte asociación negativa. Además, este resultado fue estadísticamente significativo con un valor de p de $0,000$, lo que indica un nivel de significación inferior a $0,01$. Lo que concuerda con el estudio de Urzúa A .et al. (Chile, 2020), donde se halló que los

profesionales que atienden a pacientes con infecciones respiratorias o con COVID-19 tuvieron medianas de puntuación más altas en las escalas que sus contrapartes. En conclusión, la frecuencia de problemas de salud mental entre estos profesionales es alta, y se deben tomar medidas preventivas. (11) Similar a Saltos R et. al. (Ecuador, 2018), donde pudieron determinar que existía exceso en la carga laboral según la relación enfermera/paciente, lo que atenta con la calidad de la atención a los pacientes en este servicio. (13)

Cabe mencionar que la carga psicológica está en función a ciertos rasgos de la personalidad de cada individuo que al desatarse una circunstancia por la sobrecarga laboral va a ocasionar una dificultad en el aspecto conductual y emocional, con diferentes alteraciones como ansiedad, depresión, problemas de concentración y tendencia al aislamiento (31).

En este caso la carga se origina por ciertos aspectos de los profesionales como la muerte de un paciente, la carga emocional que requiere su atención, el trato directo con el paciente de mayor complejidad y entre otros que en un nivel excesivo produce un declive de la salud mental del profesional.

En razón del objetivo específico 3; establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022. Al examinarlo, se descubrió que existe una relación inversa entre la dimensión conductual y la variable de salud mental. Este hallazgo está respaldado por el coeficiente de correlación de Spearman de -0,781, lo que indica una fuerte correlación negativa. Además, esta correlación es estadísticamente significativa con un valor de p de 0,000, que es inferior al umbral convencional de 0,01. Lo que concuerda con el estudio de Pérez K. (Ecuador, 2018) quien concluyó que hay exceso de carga laboral, esto por la desproporción entre la cantidad de enfermeras y pacientes, lo que repercute en la calidad de atención y en el comportamiento del trabajador (14), similar a los encontrados por Zapana, A. (Andahuaylas, 2020) el 81.9% presenta nivel medio de carga laboral, con respecto a la variable de relaciones interpersonales, nivel fue bueno del 91.4%, lo que indica que un ambiente controlado se relaciona con buenos comportamientos en el personal (15); cabe

mencionar que la carga laboral son situaciones que se generan en el quehacer diario, en la que se desarrolla el individuo, también están las peculiaridades de tipo social, migración y académico que producen una conducta de respuesta que pueden ser asertivos y reactivos como respuesta al proceso interactivo (33).

En razón del objetivo específico 4; establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022. El análisis reveló una correlación negativa significativa entre la dimensión de afrontamiento y la variable de salud mental, como lo indica el coeficiente de correlación de Spearman de -0,707. Esta fuerte relación negativa significa que cuanto mayor sea la dimensión de afrontamiento, menor será la salud mental. Además, llama la atención la significación estadística de este hallazgo, con un p-valor de 0,000, inferior al umbral convencional de 0,01, lo que concuerda con el estudio de Rivera, P. (Lima, 2018), donde halló que el personal de dos instituciones presentan similares cargas medias en la sobrecarga laboral, asociándose a problemas como la ansiedad o el estrés laboral.

Donde es necesario la habilidad del afrontamiento que es la capacidad determinada para hacer frente a la adversidad por un lado, luego de la valoración subjetiva que hace el individuo en relación a su aspecto individual de tener cierta paciencia frente a los apremios, para luego tener la aceleración o el nivel de tensión bajo la que se realiza, en alguna forma el estrés suele ser autoinducido en la gente que tiene una carga mayor a la que pueda soportar (35).

Como se observa la sobrecarga de trabajo se debe a varios aspectos propios del trabajo, principalmente a una falta de personal que cada trabajador tiene que hacer más labores de los que le corresponde, agotándolos tanto física, como mentalmente, lo que genera estrés, ansiedad, entre otros deteriorando su salud mental.

6.3 Responsabilidad ética de acuerdo a los reglamentos vigentes

Se observó la adhesión a los principios bioéticos esbozados en el informe Belmont.

El estudio tuvo en cuenta varios principios éticos. Uno de esos principios es el respeto, que se evidenció en la autonomía de los participantes para elegir si participar o no en el estudio. Esta autonomía se aseguró a través del consentimiento informado. Además, se consideró el principio de beneficencia, ya que el estudio tuvo como objetivo abordar la cuestión de la sobrecarga de trabajo y su impacto en la salud mental del personal de enfermería. Por último, se respetó el principio de justicia, ya que todos los participantes fueron tratados con respeto y equidad.

Asimismo, la investigación introdujo un avance metodológico que permitirá a futuros estudios observar y cuantificar con precisión los factores de exceso de trabajo y bienestar psicológico.

Asimismo, el propósito de este estudio es sensibilizar sobre los efectos perjudiciales de la sobrecarga de trabajo en el bienestar mental del personal de Enfermería. También tiene como objetivo resaltar cómo esto puede comprometer la calidad del servicio y la seguridad tanto de los pacientes como de los propios profesionales de Enfermería. Con ello, se pretende incitar a las autoridades y profesionales a reconocer la necesidad de implementar estrategias y mecanismos para gestionar y controlar eficazmente estas situaciones. En última instancia, el objetivo es priorizar la salud y el bienestar de los profesionales responsables de brindar atención médica a la población.

VI. CONCLUSIONES

- ❖ Se determinó que la sobrecarga de trabajo se relaciona de manera inversa con la salud mental, con un coeficiente de correlación de -0.776 significativa al 0.000.
- ❖ Se identificó que la sobrecarga física se relaciona de manera inversa con la salud mental, con un coeficiente de correlación de -0.767 significativa al 0.000
- ❖ Se identificó que la sobrecarga física se relaciona de manera inversa con la salud mental, con un coeficiente de correlación de -0.767 significativa al 0.000
- ❖ Se identificó que la sobrecarga psicológica se relaciona de manera inversa con la salud mental, con un coeficiente de correlación de -0.787 significativa al 0.000
- ❖ Se identificó que la sobrecarga comportamental se relaciona de manera inversa con la salud mental, con un coeficiente de correlación de -0.781 significativa al 0.000
- ❖ Se identificó que la sobrecarga de afrontamiento se relaciona de manera inversa con la salud mental, con un coeficiente de correlación de -0.707 significativa al 0.000

VII. RECOMENDACIONES

- Se recomienda al Gerente de la Micro Red Turpo, establecer evaluaciones constantes sobre la salud mental del personal de enfermería del centro, con el fin de poder desarrollar estrategias que le permitan evitar oportunamente que se deteriore la salud mental del personal.
- Al personal de la Micro Red de Salud de Turpo, deberán de apoyarse mutuamente entre compañeros con el fin de distribuir la carga física del servicio y de esta manera evitar que la carga se centre solo en unos cuantos, esto no solo mejorara el servicio sino también la convivencia entre compañeros.
- Analizar las brechas de los recursos humanos por parte del equipo de gestión de la Dirección de Salud Apurímac II, para la mejor organización de los servicios que se brinda de acuerdo a la demanda de los pacientes.
- Se sugiere al Gerente de la Micro Red de Turpo, desarrollar talleres de inteligencia emocional y otras estrategias para brindarle al personal la formación necesaria para que pueda equilibrar sus emociones y reacciones frente a situaciones diversa en el servicio que exigen una alta presión no solo con el paciente sino también entre compañeros.
- Se sugiere al Gerente de la Micro Red Turpo, dar facilidades al personal para las capacitaciones con técnicas de afrontamiento ante situaciones específicas como el trato al paciente, la muerte del paciente, los diagnósticos no satisfactorios, etc., con el fin de que pueda manejar diferentes situaciones principalmente cuidado su salud mental.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Orozco M, Zuluaga Y, Pulido G. Factores de riesgo psicosocial que afectan a los profesionales en enfermería. Rev colomb enferm [Internet]. 2019 [citado el 15 de marzo de 2022];18(1):5. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6986237>
2. Noreña L. Cuidado de la salud mental de los profesionales enfermería [Tesis de titulación]. Colombia. Universidad Cooperativa de Colombia; 2020. Disponible en: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/20579/2/2020_cuidado_salud_mental.pdf
3. Zárate R, Olvera S, Hernández A, Hernández S, Sánchez S, Valdez R. Factores relacionados con eventos adversos reportados por enfermería en unidades de cuidados intensivos. Proyecto multicéntrico. Enferm univ [Internet]. 2015;12(2):63–72. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1665706315000081>
4. Luengo C, Sanhueza O. Condiciones de trabajo y su relación con la calidad del cuidado y salud del profesional de enfermería. Med Segur Trab [Internet]. 2016;62(245):368–80. Disponible en: https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v62n245/08_revision.pdf
5. Martínez M, Ruiz V, Perales D. Estado actual del estrés en el personal de Enfermería en servicios de urgencias. Revista Electrónica de Portales Medicos.com [Internet]. 2017 Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/estres-personal-de-enfermeria-urgencias/>
6. OPS. Estudio advierte sobre elevados niveles de depresión y pensamientos suicidas en personal de salud de América Latina durante la pandemia. [Internet]. Organización panamericana de la salud; 2022 Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/13-1-2022-estudio-advierete-sobre-elevados-niveles-depresion-pensamientos-suicidas-personal>
7. Andina. Covid-19: lanzan encuesta virtual para evaluar la salud mental del personal médico. [Internet]. Lima: Andina Agencia Peruana de Noticias; 2022 Disponible en: <https://andina.pe/agencia/noticia-covid19-lanzan-encuesta-virtual-para-evaluar-salud-mental-del-personal-medico-880106.aspx>
8. García A. Estrés laboral y cuidado de enfermería, centro quirúrgico del Hospital Augusto Hernández Mendoza, Ica- 2016. Rev enferm Vanguard [Internet].

- 2018;6(1):10–7. Disponible en:
<https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/214/282>
9. Juárez J. Carga laboral y calidad de atención en pacientes que acuden a la Microred de Salud Ocobamba, Apurímac 2021. [Tesis de Maestría]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2022 [citado el 15 de marzo de 2022] Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/84925/Juarez_QKY-SD.pdf?sequence=2&isAllowed=y
 10. Chávez L, Marcet G, Ramirez E, Acosta L, Samudio M. Salud mental del personal médico y enfermería del Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias y del Ambiente - INERAM "Juan Max Boettner" durante la cuarentena por la pandemia COVID-19, Paraguay 2020. Rev. Salud Pública Parag. [Internet]. 2021 [citado el 15 de marzo de 2022];11(1):74-9. Disponible en:
<http://revistas.ins.gov.py/index.php/rspp/article/view/2>
 11. Urzúa A, Samaniego A, Caqueo A, Zapata A, Irrázaval M. Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia de COVID-19 en Chile. Rvdo. medicina Chile [Internet]. 2020 [citado el 15 de marzo de 2022]; 148 (8): 1121-1127. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872020000801121&lng=es.
 12. Castro F, Chantong K. Carga laboral y su influencia en la calidad de vida del profesional de enfermería en el Hospital General Martín Icaza, periodo octubre 2019- marzo 2020. Universidad Técnica de Babahoyo. Ecuador. [Tesis de titulación] 2020 [citado el 15 de marzo de 2022] Disponible en:
<http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/8000/P-UTB-FCS-ENF-000203.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 13. Saltos M, Pérez C, Suárez R, Linares S. Análisis de la carga laboral del personal de enfermería, según gravedad del paciente. Revista Cubana de Enfermería [Internet]. 2018 [citado el 17 de marzo de 2022]; 34 (2) Disponible en:
<http://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2170>
 14. Zapana R. Carga laboral y relaciones interpersonales en el personal del servicio de Obstetricia y Neonatología del Hospital Sub Regional de Andahuaylas, 2020. Universidad César Vallejo; 2021. Disponible en:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57230>
 15. Sánchez R. Sobrecarga laboral y bienestar psicológico del personal de enfermería, hospital nacional dos de mayo. Lima, 2020. [tesis de titulación] Chíncha: Universidad Autónoma de Ica; 2020. Disponible en:

<http://repositorio.autonoma-de-ica.edu.pe/bitstream/autonoma-de-ica/737/1/Rosa%20S%C3%A1nchez%20Calongos.pdf>

16. Arteaga K. Relación entre carga laboral y el nivel de estrés en internos de medicina. Hospital Regional Docente de Trujillo 2019. [tesis de titulación] Trujillo: Universidad César Vallejo; 2019. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40315/Arteaga_QKA.pdf?sequence=5&isAllowed=y
17. Cornejo M, Tito J. Sobrecarga laboral y estrés en la enfermera de la unidad de cuidados intensivos del Hospital III Regional Honorio Delgado, Arequipa - 2018. [tesis de titulación] Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2019. Disponible en: <http://190.119.145.154/handle/UNSA/9832>
18. Rivera D. Sobrecarga laboral del personal de dos establecimientos de salud del distrito de San Juan de Lurigancho 2018. [tesis de titulación] Lima: Universidad César Vallejo; 2018. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/28265>
19. Jiménez S, Laredo J. Nivel de estrés laboral y su relación con la sobrecarga laboral en las enfermeras en el Hospital María Auxiliadora, 2020. [tesis de titulación] Lima: Universidad César Vallejo; 2020. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/58151>
20. Bonfill E, Lleixa M, Sáez F, Romaguera S. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. Index Enferm [Internet]. 2010 Dic [citado el 17 de marzo de 2022] ; 19(4): 279-282. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010&lng=es.
21. Smith MJ, Carayon P. Using the 'balance model' for occupational safety and health promotion. En: Ergonomics and Health Aspects of Work with Computers. Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg [Internet]. 2009. p. 105–14. Disponible en: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-02731-4_13
22. Rivera D. Sobrecarga laboral del personal de dos establecimientos de salud del distrito de San Juan de Lurigancho 2018. [tesis de titulación] Lima: Universidad César Vallejo; 2018. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/28265>
23. Nieto M. Sobrecarga laboral y satisfacción del personal del Hospital I Pacasmayo, 2018. [Tesis de Maestría] Lima: Universidad Cesar Vallejo: 2018 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en:

- https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31075/nieto_ps.pdf?sequence=1
24. Rivera D. Sobrecarga laboral del personal de dos establecimientos de salud del distrito de San Juan de Lurigancho 2018. [Tesis de Maestría] Lima: Universidad Cesar Vallejo: 2018 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28265/Rivera_TD.pdf?seq
 25. Gonzales E. Sobrecarga Laboral del Personal de Enfermería en los Servicios de Medicina y Cirugía del Hospital Nacional Dos de Mayo, Lima 2017, Lima - Perú. [Tesis de maestría] Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2018 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/14380>.
 26. OIT. Estrés en el trabajo: Un reto colectivo. Organización internacional del trabajo. [Internet] 2016 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466549.pdf.
 27. Nieto M. Sobrecarga laboral y satisfacción del personal del Hospital I Pacasmayo, 2018. [Tesis de Maestría] Lima: Universidad Cesar Vallejo: 2018 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31075/nieto_ps.pdf?sequence=1
 28. Sotelo I. Carga laboral y rendimiento académico en los internos de enfermería, facultad de enfermería. [Tesis de titulación] Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2018 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3384>
 29. Campos B. Carga laboral y satisfacción de las enfermeras del Servicio de Emergencia del Hospital San Juan de Lurigancho, 2018. [Tesis para optar el título enfermera especialista en emergencia y desastres] Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2019 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4696/TESIS_CAMPOS_BRIDITH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 30. Sotelo I. Carga laboral y rendimiento académico en los internos de enfermería, facultad de enfermería. [Tesis de titulación] Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2018 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3384>

31. Campos B. Carga laboral y satisfacción de las enfermeras del Servicio de Emergencia del Hospital San Juan de Lurigancho, 2018. [Tesis para optar el título enfermera especialista en emergencia y desastres] Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2019 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4696/TESIS_CAMPOS_BRIDITH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
32. Sotelo I. Carga laboral y rendimiento académico en los internos de enfermería, facultad de enfermería. [Tesis de titulación] Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2018 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3384>
33. Campos B. Carga laboral y satisfacción de las enfermeras del Servicio de Emergencia del Hospital San Juan de Lurigancho, 2018. [Tesis para optar el título enfermera especialista en emergencia y desastres] Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2019 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4696/TESIS_CAMPOS_BRIDITH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
34. Sotelo I. Carga laboral y rendimiento académico en los internos de enfermería, facultad de enfermería. [Tesis de titulación] Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2018 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3384>
35. Campos B. Carga laboral y satisfacción de las enfermeras del Servicio de Emergencia del Hospital San Juan de Lurigancho, 2018. [Tesis para optar el título enfermera especialista en emergencia y desastres] Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2019 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4696/TESIS_CAMPOS_BRIDITH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
36. Organización Mundial de la Salud. Programa de acción para superar las brechas en salud mental [Internet]. Ginebra; 2018. [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: https://www.who.int/mental_health/mhgap/es/
37. Feafes Extremadura. Salud mental: un estado de bienestar. Federación Extremeña de asociaciones de familiares y personas con trastorno mental [Internet]. 2016. [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <https://consaludmental.org/publicaciones/LasaludmentalEstadoBienestar.pdf>
38. Kessler R, Ustün T. Versión de la Iniciativa de Encuestas de Salud Mental Mundial (WMH) de la Entrevista de Diagnóstico Internacional Compuesta (CIDI) de

- la Organización Mundial de la Salud (OMS). *Methods Psychiatry Res* [Internet]. 2014 [citado el 22 de marzo de 2022] 13(2). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15297906/>
39. OPS. Ministros de Salud de las Américas reafirman compromiso con alcanzar la salud universal [Internet]. Washington, D.C; 2020. [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14363:ministros-de-salud-de-las-americas-reafirman-compromiso-con-alcanzar-la-salud-universal&Itemid=135&lang=es.
 40. OMS. Informe sobre la salud en el mundo 2014. Salud mental: Nuevos conocimientos, nuevas esperanzas [Internet]. Ginebra; 2014. [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <https://www.who.int/whr/2014/es/>
 41. Guzmán P. Depresión y salud mental del personal asistencial durante la COVID-19 en el Centro de Hemodiálisis Nefrolife, Chiclayo. [Tesis de Maestría]. Chiclayo: Universidad Cesar Vallejo; 2021 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57651>
 42. Trudel-Fitzgerald C, Millstein RA, von Hippel C, Howe CJ, Tomasso LP, Wagner GR, et al. Psychological well-being as part of the public health debate? Insight into dimensions, interventions, and policy. *BMC Public Health* [Internet]. 2019;19(1):1712. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s12889-019-8029-x>
 43. Mayordomo T, Sales A, Satorres E, Meléndez, J. Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción Psychological Well-being in Terms of Life Stage, Sex, and their Interaction. *Pensamiento Psicológico*[Internet]. 2016 [citado el 22 de marzo de 2022]14(2), 101-112. Disponible en: <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe>
 44. Guzmán P. Depresión y salud mental del personal asistencial durante la COVID-19 en el Centro de Hemodiálisis Nefrolife, Chiclayo. [Tesis de Maestría]. Chiclayo: Universidad Cesar Vallejo; 2021 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57651>
 45. Trudel-Fitzgerald C, Millstein RA, von Hippel C, Howe CJ, Tomasso LP, Wagner GR, et al. Psychological well-being as part of the public health debate? Insight into dimensions, interventions, and policy. *BMC Public Health* [Internet]. 2019;19(1):1712. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s12889-019-8029-x>
 46. Mayordomo T, Sales A, Satorres E, Meléndez, J. Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción Psychological Well-being in

Terms of Life Stage, Sex, and their Interaction. *Pensamiento Psicológico*[Internet]. 2016 [citado el 22 de marzo de 2022]14(2), 101-112. Disponible en: <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe>

47. Guzmán P. Depresión y salud mental del personal asistencial durante la COVID-19 en el Centro de Hemodiálisis Nefrolife, Chiclayo. [Tesis de Maestría]. Chiclayo: Universidad Cesar Vallejo; 2021 [citado el 22 de marzo de 2022] Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57651>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
General:	General:	General:		
¿De qué manera la sobrecarga laboral se relaciona con la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022?	Determinar la relación que existe entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.	Existe relación entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal de salud del Centro Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.	V1: Sobrecarga laboral. V2: Salud mental	Tipo de investigación Básica Diseño de investigación No-experimental, de corte transversal Método de investigación Hipotético - deductivo
Específicos	Específicos:	Específicas:		
¿Cuál es la relación que existe entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022?	Establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022	Existe relación entre la sobrecarga laboral física y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.	Variable 1: Sobrecarga laboral Dimensiones: • Dimensión física • Dimensión psicológica • Dimensión comportamental • Dimensión afrontamiento	Nivel: Descriptivo correlacional Población: 109 personal de salud Muestra: 85 personal de salud
¿Cuál es la relación que existe entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022?	Establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac, 2022.	Existe relación entre la sobrecarga laboral psicológica y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac, 2022.	Variable 2: Salud mental Dimensiones: • Crecimiento personal • Autonomía • Propósito en la vida • Autoaceptación	Técnicas: ✓ Cuestionario
¿Cuál es la relación que existe entre la sobre carga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de Turpo,	Establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del Centro de	Existe relación entre la sobrecarga laboral comportamental y la salud mental del personal del	Variable 2: Salud mental	Análisis y procesamiento de datos Descriptivo Inferencial

<p>Andahuaylas - Apurímac, 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac, 2022?</p>	<p>Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022.</p> <p>Establecer la relación que existe entre sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac, 2022.</p>	<p>Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac, 2022.</p> <p>Existe relación entre la sobrecarga laboral en el aspecto del afrontamiento y la salud mental del personal de salud del Centro Turpo, Andahuaylas - Apurímac, 2022.</p>	<p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Crecimiento personal • Autonomía • Propósito en la vida • Autoaceptación
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Anexo 02: Instrumentos validados

INSTRUMENTOS VALIDADOS

	<p>UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA</p> <p>Anexo 4: Instrumento de recolección de datos</p>
-----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

“SOBRECARGA LABORAL Y SALUD MENTAL DEL PERSONAL DEL CENTRO DE SALUD TURPO, ANDAHUAYLAS – APURÍMAC 2022”

I. Presentación

Buen día estimado profesional de la salud, nuestros nombres son: Olivia Zenaida Benites Vargas, Virginia Gómez Mamani y Jeannette Alexandra Jiménez Escobar, nos encontramos desarrollando una investigación que lleva por título “Sobrecarga laboral y salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022” con el objetivo: determinar qué relación existe entre la sobrecarga laboral y la salud mental del personal del Centro de Salud Turpo, Andahuaylas - Apurímac 2022, para ello se presenta el siguiente cuestionario que nos ayudará a conseguir este propósito, el cual es anónimo.

II. Datos generales

A continuación, Ud. tiene que marcar la respuesta que mejor considere, en los casilleros con una (X).

I. Datos generales

1. Género

- a) Femenino ()
- b) Masculino ()

2. Edad

- a) De 20 a 30 años ()
- b) De 31 a 40 años ()
- c) De 41 a 50 años ()
- d) De 51 a más ()

II. SOBRECARGA LABORAL

Nº	Ítems	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
DIMENSIÓN FÍSICA						
1	A Ud. sobrecarga laboral como personal de salud le permite combinar la posición de pie-sentado					
2	Ud. Mantiene la columna en posición recta durante su labor					
3	Ud. Mantiene los brazos por debajo del nivel de los hombros.					
4	Para Ud. la tarea como personal de salud le exige desplazamientos					
5	Para Ud. El desplazamiento en tiempo inferior al 25% de la jornada laboral					
6	A Ud. la enfermería le genera esfuerzo muscular					
7	Ud. Con frecuencia tiene el hábito de rascarse y morderse la uña					
8	Ud. Durante su labor como personal de salud tiene mucho sueño					
9	Ud. Luego de terminar su jornada como personal de salud se siente cansada con ganas de querer dormir					
10	Ud. El trabajo como personal de salud le genera dolor de cabeza					
11	Ud. Tiene descansos reglamentarios para ingerir sus alimentos					
12	Para Ud. Los pesos que se manipulan son inferiores a 25 kg.					
DIMENSIÓN PSICOLÓGICA						
13	Para Ud. El nivel de atención requerido para la ejecución de trabajo como personal de salud es elevado.					
14	Ud. Siente mucha presión como personal de salud de parte de sus jefes(as)					
15	Ud. Puede relajarse estar tranquila con facilidad en cualquier momento					
16	Ud. Tiene problema para concentrarse en su labor como trabajador de salud					
17	Para Ud. Su labor le genera desgaste mental					
18	Para Ud. La cantidad de documentos que se genera por cada paciente es demasiado.					

19	Para Ud. El procesar la información es sencilla, se evita la memorización.					
20	Para Ud. El entorno físico le facilita el desarrollo trabajo como personal de salud					
DIMENSIÓN COMPORTAMENTAL						
21	Ud. Puede cometer algún error recibe mucha crítica					
22	Ud. El trabajo que me encomiendan hago de manera correcta.					
23	Ud. Como personal de salud percibe que le falta experiencia práctica.					
24	Ud. Suele realizar su labor de personal de salud sin interrupciones					
25	Ud. Durante su jornada laboral experimenta sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					
26	Ud. Durante su jornada laboral tiene conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
27	Ud. Durante su jornada laboral tiende al aislamiento de los demás					
28	Ud. durante su jornada laboral tiene desgano para cumplir sus funciones.					
DIMENSIÓN DE AFRONTAMIENTO						
29	Ud. En el entorno laboral se adapta al rigor del trabajo					
30	A Ud. recibió capacitación de la correcta manipulación de cargas					
31	Para Ud. El ritmo de trabajo es demandante					
32	Ud. Entiende las indicaciones con facilidad					
33	Para Ud. La rutina de trabajo es manejable.					
34	Ud. Percibe que es mejor organizarse en el trabajo					
35	Ud. recibe elogios por cumplir su jornada laboral					
36	Ud. Busca información sobre lo que desconoce					
37	Ud. considera que es importante observar los valores y confidencialidad					

Fuente: Sotelo²⁹

III. Salud mental

Nº	Ítems	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Crecimiento personal						
1	Siento que mi vida ha sido un proceso de continuo desarrollo					
2	Me visualizo a mí mismo creciendo y expandiéndome					
3	Me gusta vivir nuevas experiencias					
Autonomía						
4	La presión social no ejerce influencia sobre mi forma de pensar o de actuar					
5	Tengo la capacidad de regular mi propia conducta.					
6	Suelo evaluarme considerando mis propios estándares					
Propósito en la vida						
7	Tengo metas a futuro					
8	Se que dirección debo seguir en mi vida					
9	Siento que mi pasado y mi presente son significativos en mi vida					
Autoaceptación						
10	Me siento satisfecho(a) conmigo mismo(a)					
11	Me acepto tal y como soy, con mis cualidades y defectos					
12	Me siento satisfecho(a) de mi pasado					

Fuente: Guzmán⁴².

Anexo 03: Consentimiento informado

Anexo 04: Base de datos

VARIABLE SOBRECARGA LABORAL

ENCUESTADOS	FÍSICA												PSICOLÓGICA										COMPORTAMENTAL								DE AFRONTAMIENTO							
	Item 01	Item 02	Item 03	Item 04	Item 05	Item 06	Item 07	Item 08	Item 09	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	Item 26	Item 27	Item 28	Item 29	Item 30	Item 31	Item 32	Item 33	Item 34	Item 35	Item 36	Item 37	
1	3	3	4	5	3	5	5	3	5	3	3	3	5	4	5	3	5	4	3	5	5	3	4	3	4	5	4	3	4	4	5	4	4	3	4	3	4	5
2	3	5	3	4	5	4	3	3	4	3	5	5	5	4	4	5	5	3	3	3	4	3	5	4	3	5	5	3	4	5	4	4	3	5	4	3	3	
3	3	5	3	4	3	3	3	5	4	4	3	4	5	3	5	4	5	4	3	5	3	3	5	4	3	5	5	5	3	3	4	4	5	4	4	3	5	
4	5	3	4	3	5	3	5	5	5	5	4	4	5	4	3	4	5	4	5	4	5	3	4	5	3	3	3	4	5	4	3	5	5	5	3	3	5	
5	5	3	5	3	3	3	3	4	4	4	3	3	5	3	5	5	3	4	5	5	4	3	3	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	5	4	3	5	5
6	4	3	3	5	5	4	3	5	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	3	3	5	3	4	5	4	4	5	5	5	5	3	
7	3	3	5	5	3	5	3	3	3	5	4	3	3	3	4	3	3	3	5	3	4	5	5	4	5	3	5	4	3	3	5	5	5	4	5	4	3	
8	3	4	4	5	5	4	3	5	3	3	4	4	3	3	5	3	5	3	3	3	4	5	4	5	3	4	4	5	4	4	4	5	5	4	3	4	5	
9	3	4	4	3	4	4	3	5	3	3	4	5	3	4	5	4	4	3	5	5	4	4	5	5	4	4	4	3	3	4	5	3	4	4	3	4	5	
10	5	5	5	3	4	4	4	5	4	3	3	5	3	4	3	5	3	5	3	5	3	3	3	3	5	3	5	4	3	3	3	5	4	4	5	3	4	
11	5	5	5	3	4	3	5	3	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	3	4	5	4	5	5	3	5	5	5	3	3	3	3	5	5	
12	5	3	3	4	5	5	5	5	5	4	3	3	4	3	3	5	5	3	4	3	4	4	4	5	3	5	4	3	4	3	3	4	5	4	5	4	4	
13	5	3	3	5	4	3	3	5	4	4	3	4	3	5	3	4	3	3	5	4	4	3	5	3	4	5	4	4	3	5	4	4	4	4	5	4	4	
14	3	5	4	5	4	4	4	3	4	3	3	5	3	3	3	4	5	4	5	3	5	3	5	5	4	5	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	
15	3	4	4	4	5	5	3	3	5	3	4	4	4	5	5	3	3	3	3	5	3	5	3	4	3	5	5	4	5	3	5	5	3	3	4	4	3	
16	3	4	5	3	4	5	3	4	5	5	5	4	3	4	3	5	4	5	4	3	5	3	4	5	4	5	5	5	5	3	5	4	4	5	3	5	3	

17	5	3	4	4	3	5	3	5	5	4	3	5	4	3	4	3	4	4	4	4	5	3	5	3	5	5	4	5	4	3	3	3	3	3	4	5	4	4
18	5	3	4	5	3	3	4	3	3	5	4	4	3	5	4	4	5	3	5	3	4	3	4	4	5	5	5	5	5	4	4	3	5	3	5	3	3	3
19	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	5	3	4	5	3	5	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	
20	5	4	4	3	4	5	5	4	5	5	3	3	5	4	3	4	4	3	4	5	3	5	4	5	3	3	4	3	3	5	5	3	5	3	3	4	4	
21	5	5	4	5	3	5	3	5	4	3	5	5	4	3	3	3	5	5	3	4	5	4	4	4	5	4	3	3	4	4	3	3	5	3	3	5	3	
22	5	4	5	4	3	3	3	3	5	3	4	5	5	3	3	5	5	5	5	5	4	3	4	4	4	5	3	4	4	3	4	3	4	4	4	5	4	3
23	5	5	4	5	4	3	4	4	4	3	5	4	5	4	3	4	3	5	5	3	5	3	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	3	3	4	4	4	
24	4	4	4	3	3	3	4	4	5	5	3	3	4	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	4	4	5	5	4	3	5	4	4	4	4	4	3	3	3
25	4	4	3	4	5	3	5	5	4	3	4	3	5	4	5	4	5	3	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	3	4	5	3	3	4	
26	3	5	5	4	5	5	3	3	4	3	5	3	4	3	3	4	4	5	3	4	4	4	3	4	5	5	5	4	4	3	4	5	3	3	4	4	5	
27	3	5	4	5	4	5	4	5	5	3	3	5	5	3	5	3	3	4	4	4	5	3	5	3	3	3	5	5	5	3	5	3	5	5	3	5	4	
28	4	4	5	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	5	3	4	5	4	3	5	3	4	4	4	5	5	4	4	5	5	3	5	3	5	5	3	5	
29	3	3	3	5	4	4	3	3	4	5	3	5	5	5	4	5	4	4	4	3	4	3	3	5	4	4	5	5	3	5	4	4	5	5	4	3	3	
30	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	4	5	3	4	4	5	4	5	3	3	5	3	
31	5	5	4	5	5	5	3	1	3	1	4	2	3	5	3	5	2	2	4	3	3	1	5	1	4	4	2	5	4	3	3	2	1	3	4	5	5	
32	5	1	1	3	4	4	4	2	5	5	4	2	4	1	1	1	1	5	1	2	2	5	5	2	1	1	1	2	3	5	3	3	2	2	5	2	3	
33	2	1	3	4	2	3	3	3	5	5	1	1	1	1	4	3	4	5	3	4	5	4	4	4	2	1	5	1	1	5	4	4	5	1	2	4	3	
34	1	5	3	1	2	5	5	3	5	1	4	5	3	2	1	5	4	3	5	3	4	3	4	4	1	2	2	3	2	4	4	4	1	1	2	5	2	
35	5	1	4	3	5	4	3	3	2	5	4	1	5	2	3	3	3	4	2	3	5	3	5	3	3	2	3	3	1	5	1	5	3	5	4	2	2	
36	3	5	3	4	2	5	1	2	4	1	3	5	5	4	1	1	5	2	1	5	4	2	2	3	2	5	4	5	3	4	4	1	1	3	1	1	5	
37	3	3	1	4	3	2	1	5	2	5	5	1	4	5	2	1	1	5	2	4	3	2	1	2	1	3	5	1	3	2	2	3	3	1	1	5	1	
38	4	2	5	4	1	4	4	5	2	2	2	1	3	4	1	3	5	1	1	1	5	1	3	3	5	3	2	5	5	2	2	5	4	4	2	3	4	
39	5	4	5	1	2	2	1	2	4	4	5	3	4	2	1	2	3	3	4	2	3	1	2	1	4	3	3	2	5	1	5	4	3	1	2	3	3	
40	1	2	3	1	1	1	2	2	5	1	4	1	2	3	1	5	4	3	1	2	2	3	4	1	4	4	3	4	5	2	3	1	1	4	1	3	1	

41	4	2	3	4	4	5	3	4	3	4	3	3	3	1	5	3	1	3	5	3	5	4	5	2	1	2	3	4	5	1	3	5	1	1	2	4	5
42	3	4	1	1	1	3	2	5	1	4	1	5	4	1	1	5	5	3	3	1	3	2	2	1	2	3	3	5	4	4	5	2	1	1	1	2	2
43	3	2	5	4	3	4	5	2	2	4	1	3	3	1	3	5	2	5	5	4	2	2	3	3	4	5	3	5	3	5	5	1	3	3	2	5	5
44	2	2	5	5	5	1	4	4	3	1	3	2	5	4	4	2	5	3	4	2	3	1	1	1	2	5	2	5	5	1	3	1	4	4	4	5	3
45	5	2	5	4	4	1	2	4	1	4	4	4	2	4	4	3	1	5	4	3	1	5	4	4	1	1	3	4	5	3	2	4	1	1	5	1	3
46	1	1	3	4	3	1	3	5	4	1	5	1	2	4	3	3	3	3	1	4	1	3	3	1	5	1	3	4	5	5	2	1	1	1	3	3	3
47	3	3	4	4	3	4	4	5	3	4	2	4	4	3	5	2	3	3	1	2	5	4	2	5	5	3	2	1	1	1	2	4	3	5	5	2	2
48	1	5	4	4	3	2	2	4	5	2	1	5	4	4	1	5	1	2	2	2	4	3	1	4	4	2	1	1	5	5	4	2	3	2	1	1	1
49	4	4	2	4	5	1	5	3	2	5	5	5	2	4	4	2	2	4	1	2	1	3	3	4	3	1	1	4	5	2	2	2	4	2	4	5	2
50	1	3	4	4	3	4	1	4	2	5	3	1	5	1	1	2	3	2	3	4	3	5	1	2	1	2	4	5	1	5	4	1	1	3	1	2	5
51	3	4	2	4	3	1	1	1	2	4	2	5	5	1	2	3	2	4	2	1	5	2	5	2	4	1	5	5	5	3	2	1	5	1	3	1	3
52	2	5	5	4	3	2	2	3	3	1	1	3	4	2	5	5	3	3	4	5	2	1	3	4	1	1	4	2	4	4	1	1	4	2	3	1	4
53	5	2	1	1	2	2	1	4	3	2	3	5	5	2	3	3	3	4	3	3	3	1	4	3	4	1	1	3	3	3	2	4	1	3	3	1	1
54	5	4	4	3	3	2	3	1	2	1	1	4	3	3	4	3	2	3	5	4	4	5	2	2	4	4	2	3	5	2	3	1	1	3	5	2	1
55	4	3	4	4	3	2	1	3	2	4	5	5	2	3	5	3	2	5	2	2	3	5	3	2	2	5	4	1	1	2	5	4	1	3	2	2	1
56	2	3	5	4	1	5	1	5	2	1	3	3	5	2	2	3	4	1	4	4	3	5	5	3	4	3	3	4	1	3	3	2	1	1	3	2	1
57	1	2	4	5	4	1	2	3	4	2	4	3	1	1	3	3	5	5	3	1	4	4	2	1	1	1	5	2	4	3	1	1	2	3	1	1	5
58	2	1	1	3	2	4	2	3	3	1	2	1	2	2	3	4	1	1	4	4	5	2	5	3	2	1	2	4	4	5	1	2	1	4	2	4	4
59	2	4	3	5	2	3	1	4	2	1	3	3	2	4	1	1	4	5	1	1	5	4	5	1	4	5	1	3	5	4	5	3	4	5	2	1	3
60	1	1	1	3	2	3	3	3	1	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	2	2	3
61	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	3	1	2	1	3	2	1	3	1	1	3	1	2	2	1	2	1	2	3
62	2	3	1	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	1	3	3	1	3	3	2	1	1	2	2	1	3	2	2	3	1	1	2	3	2	3	1	1
63	3	1	1	1	2	3	3	1	1	2	2	1	3	1	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	1	1	2	2	3	2	3	1	3	2
64	1	2	3	1	2	1	1	1	1	2	3	1	3	1	2	3	3	1	2	1	1	3	2	1	3	2	3	1	1	2	2	3	3	3	1	1	3

65	3	2	3	1	3	1	2	1	3	1	2	2	2	2	3	3	3	1	1	3	1	2	2	2	1	1	3	1	1	3	3	2	3	1	1	2	1	
66	2	3	3	3	1	1	1	2	3	1	1	2	2	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	1	1	3	3	3	2	2	1	3	2	2	1	1	2	
67	3	3	2	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	1	3	2	3	1	2	3	2	1	2	3	1	1	2	3	2	2	3	3	1	
68	2	2	1	1	3	3	2	1	1	3	2	1	3	1	3	1	1	3	2	1	1	3	2	1	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	1	
69	2	3	3	1	2	1	1	3	3	1	2	2	1	1	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	2	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	3	
70	2	1	2	1	2	3	2	2	1	1	2	1	3	2	3	3	3	2	1	1	1	2	2	1	3	3	3	2	3	2	2	1	1	3	2	1	3	
71	1	3	1	1	1	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3	1	1	2	2	3	2	3	3	1	1	1	3	3	3	2	2	2	1	2	3	1	1	
72	2	2	1	3	1	3	3	3	1	1	2	2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	3	3	1	1	3	2	2	2	
73	3	3	1	1	3	2	3	1	3	3	1	3	1	3	2	3	3	1	1	2	2	2	3	2	1	3	3	1	1	1	2	1	1	3	3	3	3	
74	1	1	3	1	3	1	3	1	2	1	1	2	2	3	3	1	1	2	2	3	1	3	3	2	2	1	1	2	3	3	1	3	1	3	1	1	1	
75	1	3	1	3	3	3	1	1	3	2	1	1	2	1	1	1	3	3	1	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	1	
76	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	3	2	3	1	1	1	3	1	2	2	1	3	
77	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	3	1	1	3	3	2	3	1	3	1	3	2	3	3	1	1	3	2	1	
78	3	2	2	2	3	3	2	1	1	3	1	1	1	1	3	3	2	1	2	3	2	3	1	1	1	2	2	1	3	2	1	3	2	3	2	1	2	
79	1	1	1	1	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	1	3	2	1	3	3	1	2	2	2	3	3	1	1	2	3	1	3	1	2	2	3	1
80	2	3	3	1	2	3	1	2	2	1	3	1	2	1	3	1	1	3	1	3	1	2	2	2	1	2	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2
81	1	1	1	2	3	3	1	1	2	2	2	3	3	1	3	2	1	1	2	1	3	1	2	2	2	2	1	3	1	1	1	3	2	2	2	1	3	
82	2	2	2	2	3	2	3	1	3	1	3	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	
83	3	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	3	1	1	3	2	1	2	1	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	
84	2	2	2	1	2	1	1	1	1	3	2	3	1	3	3	1	1	1	3	3	3	3	2	3	1	2	3	1	2	2	1	1	3	2	1	1	2	
85	2	1	1	1	1	2	2	3	1	1	3	2	2	3	2	1	3	2	2	3	1	1	3	3	2	2	2	3	1	3	2	1	2	1	1	2	1	

VARIABLE SALUD MENTAL

ENCUESTADOS	CRECIMIENTO PERSONAL			AUTONOMÍA			PROPÓSITO EN LA VIDA			AUTOACEPTACIÓN		
	Item01	Item02	Item03	Item04	Item05	Item06	Item07	Item08	Item09	Item10	Item11	Item12
1	1	1	1	1	2	3	1	1	3	1	3	1
2	2	3	3	3	1	1	3	2	2	3	2	3
3	2	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2
4	2	1	2	3	2	3	1	3	1	1	1	3
5	2	2	2	2	3	1	3	3	3	2	2	1
6	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1
7	3	2	3	3	1	3	3	2	1	1	1	2
8	3	1	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2
9	2	2	3	3	2	3	3	1	2	3	1	3
10	1	3	1	3	1	2	1	1	3	2	3	1
11	3	3	1	3	1	2	1	1	3	2	3	1
12	1	3	2	2	3	1	2	1	3	1	2	1
13	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2
14	3	1	1	1	1	3	3	1	3	3	1	1
15	3	3	3	1	2	1	1	2	2	2	1	2
16	3	1	3	1	3	3	2	1	3	1	1	1
17	2	2	1	1	2	3	3	1	2	1	1	1
18	3	1	1	3	3	1	1	2	1	1	1	1
19	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	1	1

20	3	1	3	3	1	2	2	2	3	1	1	1
21	1	4	4	3	1	4	1	2	1	1	1	1
22	2	1	3	5	1	3	5	2	2	1	3	4
23	4	2	1	2	5	5	5	1	4	4	2	3
24	2	5	2	5	2	5	2	4	1	5	2	2
25	2	1	1	2	3	3	2	4	1	5	1	5
26	1	1	5	3	4	2	2	1	4	4	4	1
27	2	2	5	5	2	2	2	5	2	4	3	3
28	3	3	2	1	2	2	5	2	4	4	1	4
29	1	2	2	4	4	3	3	1	4	1	5	2
30	1	5	5	4	4	3	5	1	5	1	2	2
31	1	5	5	5	3	5	3	4	2	5	5	5
32	1	2	5	1	2	3	3	2	5	1	2	4
33	3	3	1	1	5	2	3	1	4	4	3	3
34	1	4	3	4	5	4	4	5	1	1	3	2
35	3	5	2	3	4	2	4	2	2	4	2	2
36	5	1	5	5	5	2	5	5	3	3	4	1
37	1	2	5	2	3	1	2	4	2	2	1	3
38	3	3	5	1	5	5	3	4	5	2	5	2
39	1	2	2	4	4	4	1	4	4	1	5	2
40	4	4	2	2	5	2	1	3	5	1	2	3
41	1	4	4	2	1	3	1	2	5	3	2	4
42	1	2	5	5	2	4	3	3	2	3	4	5
43	4	1	4	5	5	2	3	5	5	2	4	2

44	5	1	5	2	1	2	1	5	5	2	1	4
45	5	5	5	2	3	2	5	3	2	5	4	3
46	4	3	3	4	1	1	4	3	1	5	2	1
47	4	1	5	5	5	1	4	2	3	3	1	1
48	1	3	2	4	3	1	4	5	3	5	4	1
49	3	5	4	1	5	2	3	1	3	4	3	5
50	4	4	5	5	4	5	5	3	4	4	4	4
51	5	4	5	3	5	4	4	5	5	5	4	5
52	5	4	5	4	4	5	4	4	3	5	3	5
53	5	4	4	5	5	4	5	4	4	5	4	5
54	3	3	4	4	4	5	5	5	5	3	3	5
55	3	3	4	5	3	5	4	4	4	4	3	5
56	4	5	3	3	5	5	3	4	5	4	4	5
57	5	4	5	5	4	5	3	5	3	4	4	4
58	3	4	3	5	4	4	4	5	3	4	4	4
59	3	5	3	4	5	3	4	5	4	3	5	5
60	3	4	5	5	3	3	5	5	4	3	3	3
61	3	5	3	3	5	5	4	3	3	4	4	4
62	3	3	3	3	4	5	4	5	3	5	5	5
63	3	4	3	5	3	3	4	3	5	4	3	5
64	3	3	5	4	5	4	3	3	5	5	5	5
65	4	3	5	5	3	4	3	4	3	3	4	5
66	5	3	3	4	5	3	5	3	5	4	3	4
67	5	4	5	5	5	3	5	4	4	3	4	5

68	5	4	5	4	4	5	3	5	3	4	5	4
69	5	3	4	4	5	5	5	3	5	4	4	5
70	4	3	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5
71	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	3	3
72	3	3	4	3	5	4	5	5	4	3	5	3
73	4	3	5	4	3	4	5	3	3	3	5	3
74	3	3	5	4	3	4	5	4	3	3	3	5
75	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5
76	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	3	5
77	3	4	4	4	5	4	3	5	5	5	5	4
78	4	4	5	3	5	3	4	4	5	4	3	4
79	4	3	4	4	4	4	5	5	3	3	4	4
80	5	3	3	4	3	5	3	5	5	4	5	5
81	3	5	5	4	4	5	4	4	4	5	3	3
82	4	5	3	5	3	5	3	4	5	4	3	5
83	5	3	4	4	4	5	4	3	5	4	4	4
84	4	3	3	3	3	5	5	3	3	5	3	4
85	4	3	3	5	5	4	4	3	3	4	4	5

Confiabilidad sobrecarga laboral

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,876	37

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos de corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item1	136,10	252,095	,546	,865
Item2	136,25	259,566	,378	,869
Item3	135,80	261,326	,337	,869
Item4	135,55	263,734	,248	,871
Item5	135,80	257,011	,425	,868
Item6	135,90	249,884	,570	,864
Item7	136,10	268,200	,148	,873
Item8	135,50	276,684	-,130	,878
Item9	135,80	252,274	,564	,864
Item10	135,95	253,524	,488	,866
Item11	136,20	261,853	,289	,870
Item12	135,85	260,555	,336	,869
Item13	135,85	268,239	,130	,873
Item14	136,10	259,674	,350	,869
Item15	135,80	255,537	,493	,866
Item16	135,75	271,039	,045	,875
Item17	135,50	271,526	,022	,875
Item18	136,05	267,945	,218	,871
Item19	135,65	257,187	,423	,868
Item20	135,95	257,734	,411	,868
Item21	135,80	248,379	,715	,861
Item22	136,30	256,537	,451	,867
Item23	135,70	249,905	,626	,863
Item24	135,95	236,576	,842	,856

Item25	135,90	267,358	,156	,873
Item26	135,35	256,976	,421	,868
Item27	135,60	255,305	,585	,865
Item28	135,50	282,263	-,338	,880
Item29	135,55	276,787	-,161	,877
Item30	135,75	274,303	-,060	,877
Item31	135,60	269,200	,108	,873
Item32	135,95	238,155	,776	,858
Item33	135,90	245,568	,688	,861
Item34	135,80	243,537	,759	,859
Item35	136,00	255,789	,466	,867
Item36	135,75	265,250	,256	,871
Item37	135,75	259,671	,397	,868

Confiabilidad salud mental

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,891	12

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos de corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item1	23,75	69,039	,389	,857
Item2	23,95	64,576	,549	,848
Item3	23,70	61,168	,713	,836
Item4	23,80	65,221	,452	,855
Item5	23,70	62,747	,597	,844
Item6	23,90	73,568	,077	,878
Item7	23,70	62,221	,715	,837
Item8	24,00	63,158	,613	,843
Item9	23,80	67,958	,499	,852
Item10	24,05	60,261	,733	,834
Item11	24,40	65,305	,603	,845
Item12	24,35	65,082	,531	,849