

# revisión

*por* CARITO MARICIELO ORTIZ MIRANDA

---

**Fecha de entrega:** 09-oct-2023 03:32p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2190661509

**Nombre del archivo:** INFORME\_DE\_TESIS\_CARITO\_ORTIZ\_-26-09.docx (625.33K)

**Total de palabras:** 17041

**Total de caracteres:** 94139

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO**

**BENEDICTO XVI**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE ENFERMERÍA**



**ESTRÉS LABORAL Y ESTILO DE VIDA EN COMERCIANTES  
ADULTOS DEL MERCADO MODELO – <sup>1</sup>CASA GRANDE, 2022**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTORA**

**Br. Carito Maricielo Ortiz Miranda**

**ASESORA**

**Dra. María Dolores Pimentel Guadamos**

**<sup>1</sup><https://orcid.org/0000-0003-3784-3856>**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

**Determinantes de la Salud de la Persona**

**TRUJILLO – PERÚ**

**2023**

## **INFORME DE ORIGINALIDAD**

## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

**Exemo Mons. Dr. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.**

**Arzobispo Metropolitano de Trujillo**

**Fundador y Gran Canciller de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI**

**Dr. Luis Orlando Miranda Díaz**

**Rector de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI**

**Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo**

**Vicerrectora académica**

**Dra. Anita Jeanette Campos Márquez**

**Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud**

**Dra. Ena Obando Peralta**

**Vicerrectora de investigación**

**Dra. Teresa Sofía Reátegui Marín**

**Secretario General**



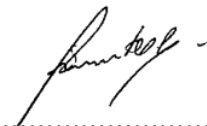
## CONFORMIDAD DEL ASESOR

Yo, Dra. María Dolores Pimentel Guadamos con DNI 41536255 en mi calidad de asesor de la Tesis de titulación: Estrés Laboral Y Estilo De Vida En Comerciantes Adultos Del Mercado Modelo – Casa Grande, 2022. presentado por el/la Br. Carito Maricielo Ortiz Miranda con DNI 76361854 informo lo siguiente:

En cumplimiento de las normas establecidas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, en mi calidad de asesor, me permito conceptuar que la tesis reúne los requisitos técnicos, metodológicos y científicos de investigación exigidos por el programa de estudios de enfermería

Por lo tanto, el presente trabajo de investigación se encuentra en condiciones para su presentación y defensa ante un jurado.

Trujillo, 14 de setiembre de 2023



.....  
Dra. María Dolores Pimentel Guadamos

Asesor/a

## **DEDICATORIA**

*Se la dedico al forjador de mi camino, a Dios por cuidarme y protegerme siempre, el que día a día me levanta para seguir esforzándome y me da motivos para no rendirme, el creador de las personas que más amo en este mundo.*

*A mis padres, con todo mi corazón, pues sin ellos no lo hubiera logrado, su bendición, enseñanza y humildad me guiaron por un buen camino a lo largo de mi vida, todos mis logros se los debo a ustedes incluyendo este, los amo, gracias por tanto mamá y papá.*

*Dedicada a mis mejores amigos, que son como mis hermanos, por estar desde la etapa de mi adolescencia apoyándome y brindándome palabras de fortaleza para no rendirme.*

**Carito Ortiz**

## **AGRADECIMIENTO**

*Agradecer en primer lugar a Dios quien me guio y cada día me dio fortaleza y sabiduría para seguir adelante con cada meta planteada.*

*De igual manera agradecer a la Universidad Católica de Trujillo por apoyarnos en un momento tan difícil, a los docentes que me enseñaron y a mis padres por su cariño, comprensión, estímulo constante, además de su apoyo incondicional a lo largo de mis estudios.*

***Carito Ortiz***

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

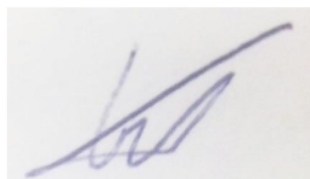
Yo, Carito Maricielo Ortiz Miranda con DNI 76361854, egresada del Programa de Estudios de Enfermería de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Ciencias de la Salud, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado:

ESTRÉS LABORAL Y ESTILO DE VIDA EN COMERCIANTES ADULTOS DEL MERCADO MODELO CASA GRANDE, 2022, el cual consta de un total de 64 páginas, en las que se incluye 7 tablas y 7 figuras, más un total de 20 páginas en anexos.

Dejo constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento, corresponde a mi autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de nuestra entera responsabilidad.

Se declara también que el porcentaje de similitud o coincidencia es de % , el cual es aceptado por la Universidad Católica de Trujillo.

**Carito Ortiz Miranda**



---

Br. Carito Maricielo Ortiz Miranda  
DNI 76361854

## ÍNDICE

INFORME DE ORIGINALIDAD.....	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS .....	iii
CONFORMIDAD DEL ASESOR.....	iv
DEDICATORIA .....	v
AGRADECIMIENTO .....	vi
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD .....	vii
ÍNDICE .....	viii
RESUMEN .....	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN .....	1
METODOLOGÍA.....	13
2.1. Enfoque / Objeto de Estudio: .....	13
2.1.1. Tipo de investigación: .....	13
2.1.2. Nivel de investigación: .....	13
2.2 Diseño de la investigación: .....	13
2.3 Población / muestra: .....	13
2.3.1. Definición y operacionalización de variable (ANEXO N°1) .....	14
2.4 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos .....	15
2.5 Técnicas de procesamiento y análisis de la información .....	16
2.5.1. Procedimiento de recolección de datos: .....	16
2.5.2. Análisis y procesamiento de los datos: .....	16
2.6 Aspectos éticos en investigación.....	16
RESULTADOS .....	1
DISCUSIÓN .....	25
CONCLUSIONES .....	29
RECOMENDACIONES.....	30

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS. ....	31
ANEXOS .....	38
ANEXO 3: OPERACIONALIZACION DE VARIABLES .....	52
ANEXO 4: CONSENTIMIENTO INFORMADO .....	55
ANEXO 5: MATRIZ DE CONSISTENCIA Y SUBCATEGORIAS .....	1
ANEXO 04 MATRIZ DE OPERACIONALIZACION DE VARIABLES .....	1

## ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1: Relación Mediante Tabla Cruzada Entre Las Variables Estrés Laboral Y Estilo De Vida En Comerciantes Adultos Del Mercado Modelo Casa Grande, 2023. ....	18
Figura 1: Relación Entre Las Variables Estrés Laboral Y Estilo De Vida En Comerciantes Adultos Del Mercado Modelo Casa Grande, 2023. ....	18
Tabla 2: Correlación de estrés laboral con <sup>1</sup> la dimensión alimentación de los estilos de vida en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	19
Figura 2: Correlación de estrés laboral con <sup>1</sup> la dimensión alimentación de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	19
Tabla 3: Correlación de estrés laboral con <sup>2</sup> la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	20
Figura 3: Correlación de estrés laboral con <sup>2</sup> la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	20
Tabla 4: Correlación de estrés laboral con <sup>1</sup> la dimensión manejo del estrés de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	21
Figura 4: Correlación de estrés laboral con <sup>1</sup> la dimensión manejo del estrés de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 Fuente: Correlación de estrés laboral con <sup>1</sup> la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	21
Tabla 5: Correlación de estrés laboral con <sup>2</sup> la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	22
Figura 5: Correlación de estrés laboral con <sup>2</sup> la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	22
Tabla 6: Correlación de estrés laboral con <sup>1</sup> la dimensión autorrealización de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	23
Figura 6: Correlación de estrés laboral con <sup>1</sup> la dimensión autorrealización de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	23
Tabla 7: Correlación de estrés laboral con <sup>2</sup> la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....	24

Figura 7: Correlación de estrés laboral con <sup>2</sup> la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023 .....24



## RESUMEN

El actual documento de investigación que lleva como título: Estrés laboral y estilos de vida en comerciantes del mercado Modelo-Casa Grande, consta de una estructura y orden de la siguiente manera: I; introducción, II; Metodología, III; Resultados, IV; Discusión, V; conformado por Conclusiones, VI; Recomendaciones y VII; finalmente se citan las Referencias Bibliográficas y anexos. Se realizó con el propósito de identificar el estrés laboral y el estilo de vida en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande, 2022.” El estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional, de corte transversal, tuvo como muestra a 150 comerciantes a quienes se les aplicó un instrumento de recolección de datos, donde se utilizó la técnica de entrevista y observación, estos datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para su respectivo procesamiento. Se presentaron los datos en tablas simples de doble entrada para establecer la relación entre ambas variables, se realizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con significancia de  $p < 0.05$  por lo tanto hay evidencia para señalar que no existe relación entre el estrés laboral y estilo de vida. Llegando a la conclusión que los comerciantes llevan un estrés laboral muy bajo, mientras que mantienen un estilo de vida adecuado. Por lo tanto, se puede decir que no existe relación entre el estrés laboral y estilo de vida.

**Palabras clave:** Estrés laboral, Estilo de vida.

## ABSTRACT

The present research study entitled: Work stress and lifestyles in merchants of the Modelo-Casa Grande market, consists of a structure and order as follows: I; introduction, II; Methodology, III; Results, IV; Discussion, V; made up of Conclusions, VI; Recommendations and VII; Finally, the Bibliographic References and annexes are cited. It was carried out with the purpose of identifying work stress and lifestyle in adult merchants of the “Modelo” Casa Grande market, 2022.” The study was of a quantitative, descriptive, correlational, cross-sectional type, it had as a sample 150 merchants <sup>1</sup> to whom a data collection instrument was applied, where the interview <sup>2</sup> and observation technique was used, these data were entered into a database Microsoft Excel data for their respective processing. The data were presented in simple double-entry tables to establish the relationship between both variables, the Chi-square criteria independence test was performed with significance of  $p < 0.05$ , therefore there is evidence to indicate that there is no relationship between work stress and Lifestyle. Coming to the conclusion that merchants have very low work stress, while maintaining an adequate lifestyle. Therefore, it can be said that there is no relationship between work stress and lifestyle.

**Keywords:** Work stress, Lifestyle.

## INTRODUCCIÓN

En el siglo XVII el científico Robert Hooke con su teoría respuesta humana refiere que el estrés es la fuerza que se produce en el interior del individuo generando diversos tipos de impotencia, frustración, ansiedad, agotamiento, entre otras cosas, afectando mental, física y psicológicamente a la persona (1). Por tanto, se dice que un ligero estado de estrés puede llegar a cesar, sin embargo, si este continua puede surgir un grave problema alcanzando un estado de agotamiento, con posibles alteraciones orgánicas funcionales en el organismo del individuo, esto puede ser debido al exceso de trabajo, el entorno económico o social que son subconscientemente una amenaza (2). En presencia de una etapa de estrés, nuestro organismo presenta una serie de respuestas fisiológicas, la primera se da a través del sistema inmunológico donde se genera un acontecimiento estresante y el hipotálamo desencadena una señal a las glándulas suprarrenales que secretan la primera hormona del estrés (epinefrina o adrenalina).

Así se inicia una serie de cambios fisiológicos en nuestro cuerpo de lucha o huida aumentando el ritmo cardiaco, respiración, energía y hormonas como glucocorticoides; disminuyendo las funciones gastrointestinales y el deseo sexual (3), ahora bien, el estrés laboral se determina como reacciones físicas y emocionales que transcurren cuando las exigencias del trabajo no se ajustan a las capacidades del trabajador, así se sienten presionados y angustiados por no poder realizar sus asuntos laborales (4). Maslach nos habla del estrés laboral como un síndrome de burnout que se conforma, por el agotamiento emocional, también referido al cansancio mental que presenta el individuo, pues suele estar acompañado de fatiga y desmotivación, donde la persona siente que nunca se podrá recuperar, por consiguiente la despersonalización también es otra de las causas del síndrome de burnout pues en esta dimensión el sujeto observa en todo momento su cuerpo y se siente mal consigo mismo, y por último la realización personal que forma parte del deseo de sentirse realizado, pleno e independiente a través del crecimiento personal (5).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió el estilo de vida como una manera de vivir que se construye en las condiciones de vida que el sujeto mantiene desde pequeño basados en su conducta y que se determina por factores socioculturales (6). Por ello, en el siglo XX con mayor vigor en América y Europa encontramos a los defensores de la intervención sobre los estilos de vida mediante el desarrollo de las aptitudes individuales, una de las áreas destacadas en la en la “Carta de Ottawa”, el comité considera una parte

importante de las intervenciones para fomentar la salubridad. "esta se origina y habita en nuestro día a día, ya sea en la escuela, laburo o de receso. También es el efecto del autocuidado, con firmeza en la toma de decisiones, moderar actitudes y reforzar la salud mental en cada persona y su entorno" (7). Asimismo, se cree que los factores psicológicos, sociales, culturales y económicas tienen mayor énfasis en la vida del sujeto, sus seres queridos y el círculo que les rodea, teniendo la posibilidad de que estas se enfermen o se mantengan sanas.

Por tanto, el estilo de vida depende del trasfondo de la comunidad, así mismo de sus riquezas, de lo gubernamentalizado y rustico al que integra, entonces podemos decir que este es un agente amparador vinculado al bienestar en la salud, de lo contrario sería un riesgo relacionado a la muerte y padecimiento, esta debe ser coherente con los propósitos del transcurso de progreso que, entonces se dice que debe ser corregido por todos en la sociedad mediante mejores condiciones de vida y bienestar (8). Dentro del estilo de vida se encuentran dimensiones, una de ellas es la alimentación, al llevar una alimentación saludable este favorece en todas sus formas desde llevar un peso adecuado hasta impedir algún tipo de enfermedades no transmisibles como hipertensión, diabetes, infartos y cáncer(6), así mismo la actividad y ejercicio que son hábitos saludables en la vida diaria, son comportamientos que afectan de una manera positiva a nuestro estado físico, psicológico y social, estos hábitos son principalmente una dieta adecuada, descanso apropiado y ejercicio debidamente planificado (9).

Mientras tanto Escobar, E. et al, señalan que la salud mental es lo primordial para el individuo y si se ve afectado en su vida cotidiana puede generar problemas, para ello se buscó estrategias y técnicas de afrontamiento que den solución y así se pueda manejar el estrés (10). Por consiguiente, el apoyo interpersonal son las acciones que uno realiza para presentarse, entablar conversaciones, ser participe en actividades de la sociedad, pedir u ofrecer ayuda y tratar bien a los demás (11). Se habla de autorrealización a la satisfacción que el ser humano logra, esto se da al desarrollar nuestro potencial al máximo, quererse a sí mismo y valorando a los que nos rodean, con empatía y respeto (12), y por último la responsabilidad en salud que conlleva un gran compromiso consigo mismo, pues uno toma la decisión de escoger saludablemente sus alternativas, en lugar de perjudicar nuestra salud (13).

La presente investigación da a conocer la reacción de las personas en un mundo que varía constantemente generando estrés, por ello la OMS y la Organización Internacional del Trabajo (OIT) estimaron que en el año 2020 a nivel mundial llegó a alcanzar un 60% influyendo desfavorablemente en los trabajadores, así estos no generarían un buen desempeño a la empresa y por lo tanto no llevaría sustento a sus familias, para ello se han formulado medidas drásticas para combatir el estrés laboral en sus trabajadores, presentando estrategias y enfoques donde se puedan sentir más cómodos en su jornada laboral (14). Por otro lado, el Instituto Nacional de Estadística señala que la Encuesta Europea de Salud en España (ENSE) las personas llevaban un adecuado estilo de vida, teniendo en cuenta que la mitad de la población tiene un adecuado peso y más de la mitad consume verduras, ensaladas y frutos secos, acompañado de actividad física (15).

En Latinoamérica se realizó un estudio donde se demuestra que el estrés repercutía un grave efecto en el ámbito laboral siendo los países más perjudicados Venezuela, Ecuador y Panamá, afectando su bienestar físico y mental causando accidentes en el trabajo, riesgo de arritmias y en casos máximos llegan a la depresión y suicidio (16). Por lo que se dice que el estrés hoy en día es un acompañante de nuestra existencia, este es una enfermedad de salud mental del siglo XXI, teniendo en América Latina una mayor complejidad, sobre todo en zonas con menores recursos económicos, los trabajadores que tienen factores estresantes laborales se encuentran más sujetos a esta realidad, uno de estos factores es la delincuencia, tomar excesiva carga laboral, deudas por los bajos ingresos y crecientes costos de mantener a la familia (17). Asimismo, en las Américas su estilo de vida afecta su salud tanto mental, como física, al no realizan alguna actividad, practicar malos hábitos alimenticios, siendo estos efectos nocivos evidentes en esta etapa de la vida.

Las enfermedades no transmisibles (ENT) o también denominadas no contagiosas son el origen de la tasa de mortalidad, varía de 427,6 por 100.000 habitantes, 7 veces superior a la enfermedad infecciosa, con 59,9 por 100.000 habitante (18). En el Perú se habla de estrés como un problema, pues el Instituto de Opinión Pública de la Pontificia Universidad Católica del Perú refirió que el 80% de peruanos ha tolerado este suceso a lo largo de su vida (18). Asimismo, con la aparición del COVID-19 se dio un aumento sobre los niveles de estrés, donde todas estas variables como el miedo y la ansiedad por el desconocimiento de este virus tomaron rumbo del nivel de estrés tanto físico, mental y social. Las cifras de estrés en el Perú

nos dicen que más de la mitad de la población ha generado situaciones de estrés por el confinamiento, en especial a los adultos y niños (19).

Las cifras de enfermedades no transmisibles en el Perú por el estilo de vida que llevan los adultos de 40 a más es de 78.4% según la encuesta Demográfica de Salud Familias (ENDES, 2018). Es por ello que el Ministerio de Salud (MINSA) recomienda al menos realizar en su vida diaria cuatro hábitos saludables como la actividad física, una alimentación adecuada, reducción del consumo de alcohol y el evitar fumar (20). Para el año 2019 hubo mayor incremento de un estilo de vida inadecuado de un 40,8% tanto para áreas rurales como urbanas (21).

La adultez es la etapa de vida que proviene posteriormente de la adolescencia donde marca el final de los cambios hormonales, emocionales y psicológicos dando paso a un individuo completamente íntegro, buscando independencia económica, teniendo mayor responsabilidad, en busca de un desarrollo profesional y de compromiso con relaciones estables en el campo del ocio y la intimidad. MINSA divide a la etapa de la adultez en tres etapas: adulto joven (18 a 29 años de edad), adulto maduro (30 a 59 años de edad) y adulto mayor comprende desde los 60 años en adelante (22). Los adultos jóvenes en esta etapa se encuentran emocionados con el hallazgo de una nueva etapa en su vida donde han dejado atrás la etapa de confusión para centrarse en su formación profesional, con mayor energía, grandes expectativas para su vida y con un potencial creativo que esta por desarrollarse al ingreso de una educación superior lo cual se convertirá en la carrera a la cual se dedicaran el resto de su vida (22).

En la etapa del adulto maduro se llega a la maduración orgánica, se espera que la persona lleve a cabo un rol específico como el de formar una familia o tener un empleo, recorre una etapa generativa con estancamiento donde se transmite el aprendizaje y la experiencia; el adulto mayor a partir de los 60 en adelante en esta etapa llega a pasar un conflicto psicosocial de integridad frente a la desesperación, uno de los cambios cognitivos que presenta son la disminución en la velocidad del desempeño tanto físico como mental (22). El problema que enfrenta la población no es desconocido, el distrito de Casa Grande, provincia de Ascope, departamento de La Libertad, ubicado a 48 km a la parte norte de Trujillo, teniendo un cultivo y procesamiento rico en caña de azúcar y derivados; no es ajeno a la realidad descrita en los párrafos precedentes, pues cuenta con un total de 32018 habitantes, de estos, más de trescientos cincuenta son comerciantes que laboran en el mercado “Modelo”, creado en

agosto de 1958, ante la obligación de originar ingresos económicos para sus familias y concentrar el comercio del distrito azucarero (23).

En pandemia se llegó a evidenciar el problema que se suscitó al afrontar día tras día los contagios en el mercado, llevando a los comerciantes como a los clientes a arriesgar su vida, dándose a notar así la precariedad de los mercados en el Perú, donde el mercado Modelo Casa Grande no escapa de esta realidad, este es un espacio de trabajo para los comerciantes que reúne a toda la sociedad civil, por ello se debe de mejorar el desarrollo del presente mercado, que llega a enfrentar problemas de infraestructura, regulación, formalización, sanidad, logística e innovación de materiales, para que ambas partes, ya sea consumidor y vendedor se encuentren satisfechos. Esto originó en el personal del mercado cierto tipo de estrés pues al ver muertes y contagios, los consumidores no iban consecutivamente y no generaban ingresos, hubo un alza de insumos, tuvieron que implementar en su local para evitar contagios, pasando esta situación se fue regulando la situación en los mercados.

Por otra parte, es importante justificar de manera teórica el estudio, porque asume dos perspectivas básicas, por un lado, a Callista Roy que representa a través de su modelo como el individuo pasa por cierto tipo de estrés que le afecta a él y a su entorno. Asimismo, a Nola Pender con su estilo de vida que puede afectar o no en la vida de la persona, este produce cuando las exigencias del entorno sobrepasan las capacidades de afronte del sujeto. Además, la justificación práctica; se da a través de esta investigación donde se brindará información que les permita desarrollar actividades sociales, económicas y productivas, pues la salud es una condición necesaria y un derecho humano básico, por lo que es posible que los comerciantes del mercado Modelo-Casa Grande puedan brindar mejores condiciones sanitarias y un saludable estilo de vida. Por último, metodológicamente, la investigación

Otro aspecto importante es la justificación metodológica donde su propósito es comprender y suscitar la protección de la salud como un recurso fundamental para la entidad en el campo de la sanidad y poder reunir conocimientos para entender las dificultades que perjudican la salud de los comercializadores del mercado Modelo-Casa Grande, en todo su contenido fue guiado por el método científico, por lo cual los resultados encontrados, podrán ser usados en otras investigaciones. Para detectar alguna de las variables afectadas se realizó una encuesta, siendo personas que se encuentran en constante estrés, debido a que muchas de las veces no comen a sus horas o no tienen un descanso fijo porque deben generar ingresos



económicos para llevar sustento a casa, puesto que realizan una serie de actividades muy concurridas.

Frente a lo expuesto se consideró oportuna la realización de la presente investigación planteando el siguiente problema general en relación a esta situación: ¿Cómo influye el nivel de estrés laboral en el estilo de vida en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande,2022? y de este se derivaron los siguientes problema específicos: ¿Cuál es el nivel de estrés laboral en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande,2022?, y ¿Cuál es el estilo de vida en los comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande,2022?.

Para poder dar respuesta a la interrogante se ha planteado el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre el estrés laboral y el estilo de vida en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande, 2022. Se propuso los siguientes objetivos específicos: 1. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión alimentación de estilos de vida en comerciantes del mercado Modelo Casa Grande-Ascope,2023. 2. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión actividad y ejercicio de estilos de vida. 3. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión manejo de estrés de estilos de vida. 4. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión apoyo interpersonal de estilos de vida. 5. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión autorrealización de estilos de vida. 6. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión responsabilidad en salud de estilos de vida

Dentro de los antecedentes podemos encontrar a nivel internacional a Porcayo, M. et al, 2022. México, en su estudio “Estrés laboral en vendedores informales de la plaza Azul de San Mateo” tuvo como objetivo identificar el nivel de estrés laboral y las situaciones estresantes a las que son susceptibles los vendedores, de enfoque metódico, cuantitativo, descriptiva, se aplicó a 250 vendedores informales mediante una encuesta , con muestra de 150 participantes, llegando a concluir los trabajadores tiene un nivel medio de estrés, el 33.3% un nivel bajo de estrés y solo el 10.6% se encuentra en un nivel alto (24).

Asimismo Usma Y. 2020, que elaboro su estudio de estrés laboral y su incremento durante el confinamiento-Colombia; teniendo como objetivo principal identificar y prevenir factores de estrés y ansiedad dentro a los trabajadores de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Pereira, utilizaron como método una encuesta elaborada con la intención de medir los



niveles de estrés presentes en el personal y directivos que componen la organización, con una muestra de 250 participantes, llegando a la conclusión que el estrés ha influido de manera física y psicológica, causando consecuencias nada favorables en sus labores sobre todo por el confinamiento negativas a las situaciones relacionadas con el trabajo aún más por el confinamiento, estas se pueden concluir con un adecuado manejo en la vida laboral, como en casa (25).

También Pulluquitín, S. 2019, en dicha investigación titulada estrés laboral y calidad de vida en trabajadores informales-Ecuador. Su principal objetivo fue identificar la relación que existe entre el estrés laboral y la calidad de vida de los guardias de seguridad que laboran en turnos rotativos, de tipo correlacional, cuantitativa, teniendo como población a 250 personas de ambos sexos, como instrumentos utilizaron un cuestionario y la escala de calidad de vida GENCAT; llegando a la conclusión que al aplicar la prueba Chi cuadrado se encontró que no existe relación entre el estrés laboral y la calidad de vida, por lo que no existe asociación estadísticamente significativa entre las variables de estudio, debido a que es un trabajo que no demanda turnos prolongados por lo tanto su nivel de estrés es muy leve (26).

Asimismo, Liu, J. et al, 2019. Realizaron su estudio Satisfacción laboral, estrés laboral e intenciones de rotación entre vendedores sanitarios rurales-China.; la cual tuvo como objetivo investigar los efectos de la satisfacción laboral y el estrés laboral en la intención de rotación su metodología es transversal, cuantitativa, utilizaron cuestionarios a una población total de 5584 llegando a la conclusión que los efectos que se dieron de rotación de los RHW llegaron a unirse con la satisfacción laboral, el estrés de efecto indirecto, es decir, la carga de trabajo y la emoción negativa y las causas como edad, ingresos e institución médica, afectando la relación positiva entre el estrés laboral y las intenciones de rotación de los RHW (27).

En antecedentes nacionales tenemos a Sivana, Q. y Suero, J. 2020. Llevo a cabo el estudio mencionado estilos de vida y nivel de estrés laboral en el personal de salud de la micro red de Hunter-Arequipa.; sosteniendo como objetivo principal determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el nivel de estrés laboral, en su metodología encontramos que su estudio es descriptivo correlacional, se aplicó el inventario de Maslach y el cuestionario de estilos de vida a una población de 70 personas, logrando llegar a la conclusión que la mayoría del personal de salud tienen estilos de vida no saludable. Además, tienen un alto grado de

estrés laboral, lo cual no se pudo encontrar evidencia estadística para la relación entre estrés laboral y estilo de vida (28).

Porro, L. y Reynel, K. 2020. En su estudio asociación entre estrés y estilo de vida en docentes de algunos colegios de Lima durante el teletrabajo-Lima,; manteniendo como objetivo principal terminar la asociación entre el estrés y estilo de vida en docentes de algunos colegios de Lima durante el teletrabajo, es de tipo observacional, cuantitativo, analítico, transversal, contando con una población de 217 docentes, no se calculó muestreo, se utilizaron dos instrumentos para estilos de vida el cuestionario fantastic y para el estrés laboral se midió mediante la Escala de Estrés Docente, donde se concluye que no existe una relación entre ambas variables (29).

Asimismo Ratto, B. 2019, manifiesta que su investigación nivel de estrés laboral y estilos de vida en enfermeros del hospital general la Merced-Lima, que abarca como objetivo fundamental determinar la relación que existe entre el nivel de estrés laboral y los estilos de vida en enfermeros del Hospital General la Merced, Chanchamayo, su metodología es de método descriptivo, diseño no experimental correlacional, se aplicaron dos cuestionarios uno de estilos de vida y el otro de estrés laboral a una muestra de 102 personas, siendo su población 114, se concluyó que, no presenta una relación alta y significativa entre los niveles del estrés laboral y los estilos de vida (30).

También a Palacios, H. 2018. Con su investigación estrés laboral y estilos de vida en personal de enfermería del servicio de emergencia Hospital Regional Moquegua-Tacna, su objetivo principal fue determinar la relación que existe entre ambas variables. La presente investigación es no experimental, de estudio correlacional, prospectivo, de corte transversal, teniendo una población de 50 profesionales de salud a los que se les dio dos cuestionarios de estrés laboral y de estilos de vida, se utilizó estadística inferencial como es el estadístico no paramétrico del chi cuadrado, que determinó la relación de las variables de estudio. donde se pudo llegar a la conclusión que no existe una relación significativa entre las variables que se llegó a demostrar a través de la prueba estadística (31).

En el nivel local a Jara, E. y García, C. 2022, en su investigación titulada Estilo de vida relacionado al estrés laboral del personal contratados en tiempos de pandemia de la Clínica Fatima-Trujillo,2022; tuvo como objetivo Determinar la relación entre estilo de vida y el

estrés laboral, siendo descriptiva correlacional y de corte transversal, su población estuvo constituida por 52 trabajadores al igual que su muestra, llegando a la conclusión que la mayoría tiene un estilo de vida saludable, mientras que en el estrés laboral la minoría tuvo un estrés relativamente bajo, negando relación entre ambas variables del estudio (32).

Igualmente León, P. 2020, ejecutó su investigación estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos del COVID.19 hospital III-E, Es Salud-Trujillo; lo cual presento el siguiente objetivo determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estrés laboral en el personal de enfermería que labora en el servicio de centro quirúrgico del Hospital de Alta Complejidad Virgen de la Puerta, en tiempos del COVID – 19, es de tipo cuantitativa aplicada, con un diseño no experimental, descriptivo correlacional de corte transversal, se aplicaron dos cuestionarios, El cuestionario de Perfil de estilo de vida (PEPS-I) de Nola Pender y el cuestionario de estrés laboral elaborado por Maslach, Schaufeli y Leiter a la población de 64 personas siendo esta misma la muestra, así se llegó a la conclusión de que si existe relación inversa, considerable y significativa entre el estilo de vida y el estrés laboral (33).

Por ello el estrés es un problema que se encuentra presente en cada etapa de la vida, para el psicólogo Selye citado por Acero concluye que el estrés es la réplica de una amenaza real o supuesta de un factor externo o interno afectando así al individuo ya sea fisiológicamente o psicológicamente, ante ello el organismo tiene una reacción para afrontar el desequilibrio que presenta, abarca tres etapas; reacción de alarma, etapa de resistencia y etapa de agotamiento (34). Por otra parte, el estrés es un problema de salud ocupacional, este no solo afecta a la salud, sino también al ámbito laboral, llevando al trabajador a bajar su rendimiento, distraerse, aislarse y hasta no querer ir al trabajo por alguna “enfermedad” pidiendo permisos y ausentándose en su labor, llevando así a buscar un reemplazo, un estudio manifestó que las mujeres llegan a tener mayor estrés laboral que los hombres y afecta más a los adultos jóvenes, entonces, se define al estrés como la presión que el individuo mantiene en su entorno laboral, sintiendo preocupación o tensión al no poder cumplir un objetivo trazado (35).

Pines y Aronson citados por Acero, refieren que el estrés se mide por el síndrome de burnout o síndrome del trabajador quemado, pues el sujeto entra en un estado de agotamiento físico emocional y mental, vinculado al ámbito laboral causado por el mismo desempeño laboral y el estilo de vida que lleva, provocando sentimientos de agotamiento, fracaso e

impotencia, una baja autoestima, baja realización personal, nerviosismo frecuente, comportamientos agresivos, presenta también taquicardia, insomnio, dolor de cabeza, se aísla y llevando a cabo un absentismo laboral (36). Maslach y Jackson describen al síndrome de burnout como el síndrome tridimensional en donde el trabajador presenta cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal; definiendo a la primera dimensión: cansancio emocional como un estado de ausencia de energía y falta de motivación, originado por el exceso de esfuerzo psíquico en el trabajo, estos presentan ansiedad y depresión, decrecimiento de emociones, problemas para conciliar el sueño, autoestima baja, se frustran y tensionan rápido cuando hay problemas sin resolver o situaciones abrumadoras (37).

Asimismo, tenemos a la dimensión de despersonalización, que puede ser intenso y obstaculizar las relaciones en el trabajo o en la familia y sociedad, pues este sucede cuando sientes que te estas observando fuera de tu cuerpo o estas en un sueño donde se sienten extraños al ambiente que les rodea, pueden suceder en repetidas ocasiones, afectando la capacidad de desenvolverse y socializar. La ultima dimensión de realización personal se define como la predisposición de cada trabajador al evaluarse negativamente, por lo tanto, esa idea negativa que tienen de su persona afecta a su rendimiento en el trabajo y en la atención que brindan a las personas que dan servicio y entre sus compañeros de trabajo (37).

Veramendi, N.; et al. Define al estilo de vida como la forma en que se entiende el modo de vivir, así mismo en su comportamiento, costumbres, vivienda, la posesión de bienes, relaciones que mantiene con su entorno e interpersonales; también es un conjunto de comportamientos que desarrollan las personas, ya sean saludables o nocivos para su salud (38). El estilo de vida en este informe a su vez se encuentra conformado por seis dimensiones, teniendo así implicaciones prácticas en cuanto a que contribuirá a resolver la problemática del sedentarismo, los hábitos no saludables, en relación con la alimentación, descanso, espiritualidad y la poca responsabilidad en salud en la población en la cual se detallará a continuación (38).

Comenzando por alimentación; hablamos de una buena alimentación al momento de ingerir alimentos con el fin de aportar al organismo carbohidratos, proteínas, grasas saludables, minerales, vitaminas y agua, para poder obtener energía y poder realizar nuestras funciones, también para satisfacer la necesidad de comer y mantenerse sano; la segunda dimensión actividad y ejercicio se define como cualquier movimiento voluntario que se

produce por los músculos que consume gasto de energía, esta si se realiza repetitivamente con el fin de mejorar tu salud, aportara el funcionamiento correcto del organismo; en cuanto al manejo de estrés este se encarga de brindar estrategias para poder sobrellevar cualquier dificultad estresante en el trabajo o en el hogar, al reducir y controlar el estrés disminuye el riesgo de contraer enfermedades no transmisibles como ataques cardiacos, obesidad, presión alta, depresión, entre otras (38).

Al hablar de manejo interpersonal nos referimos al vínculo que se crea o existe entre dos o más personas, basadas en sentimientos, emociones, intereses, llamado también capacidades individuales y destrezas sociales con las que cuenta una persona al momento de interactuar proporcionando vínculos estables; se habla de autorrealización cuando existe un logro efectivo de las aspiraciones u objetivos de una persona por sí misma, que se encuentra satisfecha y orgullosa de sí misma; por ultimo tenemos a la dimensión responsabilidad en salud que implica escoger, decidir sobre nuestras alternativas saludables, pues es la obligación de dirigir las actividades educativas, investigadoras y de servicio a atender las necesidades prioritarias de la comunidad, región o nación (38).

Dicha investigación tiene como base teórica al modelo de Callista Roy con su modelo de adaptación, lo cual influye en la persona y la utilidad que esta mantiene con su entorno, asimismo se enfoca en como enfermería busca lograr la mejoría se seguir sobrellevando la transformación de cada paciente, para ello se realizó este modelo (39). Su norma es de utilidad para el servicio de enfermera y la intervención que realiza en el paciente con estrés, reduciéndolos, Roy describió al entorno, salud y a la persona en sí, pues esta puede adherir cambios físicos y psicológicos. Describe factores, entre ellos estímulo focal, que puede ser interno o externo pues pone de inmediato la conducta, estímulos residuales que le dan sentido a la vida, por ello es primordial promover la salud de los comerciantes y población en general para reducir el estrés (40). Dicho modelo también detalla los mecanismos congénitos de afrontamiento como procesos automáticos, aunque los seres humanos no meditan en bienestar. La costumbre del día a día contribuyen a mostrar respuestas habituales ante estímulos particulares. El ámbito laboral de la enfermera estaría enlazado a aquellos estados en las que la persona que se está adecuando presenta reacciones ineficaces. La enfermera que se guía del modelo de Roy detecta valoraciones de conductas que descubre la persona que es motriz principal del estrés (40).

Asimismo, la presente investigación también se centra en la teoría de Nola Pender con su modelo “promoción de la salud”, este se encuentra basado en los estilos de vida que mantiene el sujeto, pues permite comprender su comportamiento relacionado con el bienestar, asimismo concientizar a la sociedad de conductas saludables. Pender tenía conocimientos básicos de enfermería tales como que los individuos no solo necesitan de sus necesidades básicas sino también el acceso a sistemas de salud, educación, libertad política y cultural (41). Orienta a eficiencias concretadas para salvaguardar el bienestar de las personas, se encuentra conceptualizado y recomendado a la integración de la atención científica psicológica, llegando a reconocer las circunstancias que afectan el comportamiento saludable. Prevé enfermedades y concientizar a las personas a llevar a cabo y cambiar su estilo de vida para que así evadan cualquier tipo de enfermedad asegurando su salud (42).

**H<sub>a</sub>:** El estrés laboral influye significativamente en el estilo de vida en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande-Ascope, 2022.

**H<sub>o</sub>:** El estrés laboral no influye significativamente en el estilo de vida en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande-Ascope, 2022.

## METODOLOGÍA

### 2.1. Enfoque / Objeto de Estudio:

#### 2.1.1. Tipo de investigación:

Cuantitativa, se centra en datos numéricos como estadísticos (43).

#### 2.1.2. Nivel de investigación:

Correlacional porque su intención es medir dos o más variables y así se realiza una relación estadística entre ambas y de corte transversal porque la recopilación de datos se dio en un periodo corto (44).

### 2.2 Diseño de la investigación:

No experimental, puesto que se realizaron sin manipular las variables de estudio (44).

### 2.3 Población / muestra:

- **Población:** Estuvo integrado por 250 comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande-Ascope, 2021.
- **Muestra:** Compuesta por 150 comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande-Ascope, 2021.
- **Muestreo:** No probabilístico, por conveniencia
- **Unidad de análisis:** Comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande-Ascope que formo parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.
- **Criterios de inclusión:**
  - ✓ Comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande adultos de 30 a 80 años de edad que acepten participar en la presente investigación a través de la firma del consentimiento.
  - ✓ Comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande que labore más de 2 años.
  - ✓ Comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande que participe sin importar sexo, condición socioeconómica y nivel de escolarización.
- **Criterios de exclusión:**
  - ✓ Comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande que no acepten participar en la presente investigación.



- ✓ Comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande que no labore más de 2 años.
- ✓ Comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande que presente algún trastorno mental o que presente problemas de comunicación.

### 2.3.1. Definición y operacionalización de variable (ANEXO N°1)

#### Estrés Laboral

##### Definición Conceptual

Es la causa que surge de los factores mentales al estar alterado por cierto tipo de suceso, este aumenta la probabilidad de alterar de una manera notable a la salud de los empleados y afectar de tal manera su trabajo (45).

##### Definición Operacional

Para evaluar el estrés laboral se consideran aspectos relacionados con cansancio emocional, despersonalización y realización personal su valoración se realizará en base al puntaje obtenido, según sea cada caso en particular, estableciéndose las siguientes categorías de escala nominal:

##### PUNTAJE NIVEL

- Alto = 50-132 puntos.
- Medio = 16-49 puntos.
- Bajo = 0-15 puntos.

#### Estilo de Vida

##### Definición Conceptual

Habito o forma de vida que hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por una población de manera diaria para la solución de sus necesidades, asimismo tiene como propósito conservar una manera apropiada el cuerpo y mente (46).

##### Definición operacional

Para evaluar el estilo de vida se consideran aspectos relacionados con alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud y su valoración se realizará en



base al puntaje obtenido, según sea cada caso en particular, estableciéndose las siguientes categorías de escala nominal

- Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos
- Estilo de vida no saludable: 2- 74 puntos

## 2.4 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

**Métodos de recolección:** Se utiliza el método deductivo, inductivo y analítico.

**Técnica:** En el presente trabajo de investigación se utilizará la entrevista y la observación para la aplicación de instrumentos.

### Instrumentos para la recolección de Datos:

- **Instrumento 1:** Estrés Laboral, elaborado por Maslach y Jackson en el año de 1981, modificado por la autora, es un cuestionario en versión española compuesto de 22 ítems que se valoran con una escala, que va desde 0 (nunca) hasta 6 (siempre). (ANEXO 01)
- **Instrumento 2:** En la segunda sección se basará en el Estilo de vida promotor de salud elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por las investigadoras de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote: Delgado R, Reyna E, y Díaz R. para presentar la presente investigación y así poder medir el estilo de vida a través de sus dimensiones: Alimentación(1,2,3,4,5,6 ítems), actividad y ejercicio(7 y 8 ítem), manejo del estrés(9,10,11,12), apoyo interpersonal (13,14,15,16 ítems), autorrealización(17,18,19 ítems) y responsabilidad en salud (20,21,22,23,24,25 ítems). Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación: Nunca: N=1, A veces: V=2; Frecuentemente: F= 3 y Siempre: S= 4. (ANEXO 01). Habiéndose aplicado su validez, se obtiene un alfa de cron Bach de 0.794 que es aceptable (ANEXO 01).

### Validez y confiabilidad de los instrumentos:

**Prueba de validez:** Dichos instrumentos fueron validados a través del método Delphi o juicio de expertos,

**7**  
**Prueba de confiabilidad:** Para determinar la confiabilidad del cuestionario se empleó la prueba de Coeficiente de alfa de Crombach o prueba piloto, tomando como referencia al 15% de la muestra de comerciantes. Obteniendo en estrés laboral una confiabilidad de 0.765 indicándonos que el instrumento de confiabilidad es aceptable, por otra parte, el instrumento de estilos de vida tiene una confiabilidad de 0.842 indicando que es de alta medición.

## 2.5 Técnicas de procesamiento y análisis de la información

### 2.5.1. Procedimiento de recolección de datos:

- Para la recolección de datos del trabajo de investigación se consideró los siguientes aspectos:
- Se solicitó el **3** permiso al presidente de la asociación del mercado Modelo Casa Grande para realizar un proyecto de investigación.
- Se presentó ante la asociación ante la asociación y se expuso el proyecto de investigación y se coordinó las fechas en que se realizó la aplicación de recolección de datos.
- Se tuvo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión.
- Me presente e informe a los comerciantes que les iba a presentar dos cuestionarios y si deseaban participar, luego pasaron a **3** firmar el consentimiento informado.
- Y por último se explicó cada pasó en qué consistía la encuesta.

### 2.5.2. Análisis y procesamiento de los datos:

Los resultados se trabajaron en el programa estadístico SPSS/info/software versión 25.0, donde se estableció cuadros estadísticos de simple entrada y de doble entrada con sus gráficos respectivos por cada tabla realizada, se aplicó la prueba estadística de chi2 que valoro la relación entre las variables con un nivel de confianza del 95% y una p de 0.005.

## 2.6 Aspectos éticos en investigación

Las investigaciones que tiene como sujetos a seres humanos, están obligadas a tener presente los aspectos éticos establecidos en el marco de los derechos humanos consignados en la ley N.º 011-2011-JUS, y son:

**PRINCIPIO DE DEFENSA DE LA PERSONA HUMANA Y EL RESPETO A SU DIGNIDAD:** Todo trabajador encuestado se le tratará con respeto, manteniendo su integridad humana.

**PRINCIPIO DE PRIMACÍA DEL SER HUMANO Y DE DEFENSA DE LA VIDA FÍSICA:** No se denigrará a ningún comerciante, al contrario, se le agradecerá por su tiempo en participar.

**EL PRINCIPIO DE AUTONOMÍA Y RESPONSABILIDAD PERSONAL:** Se les brindará un consentimiento informado para que puedan aceptar o negar a participar.

**PRINCIPIO DE BENEFICENCIA Y AUSENCIA DE DAÑO:** En este principio se buscará hacer el bien para las personas encuestadas, con el fin de lograr beneficios y reducir los riesgos.

<sup>1</sup> En la investigación se puso en práctica el rigor de científicidad ética que plantea Gozzer (1998) para toda investigación, que consistió en:

**Confidencialidad:** La información obtenida será de manera anónima.

**Credibilidad:** Los resultados no serán alterados.

<sup>1</sup> **Confiabilidad:** Los resultados podrán ser confirmados por quien lo desee, siguiendo la misma metodología y aplicando el mismo instrumento.

**Auditabilidad:** Lo obtenido se podrá brindar a otros investigadores.

<sup>1</sup> **Beneficencia:** Las personas no sufrieron daños físicos, ni psicológicos durante el desarrollo de la investigación porque no se pondrá en riesgo su integridad.

**Respeto a la dignidad humana:** Para ello se les brindará el consentimiento informado.

<sup>1</sup> **Conocimiento irrestricto de la información:** Las investigadoras describieron detalladamente a las personas, la naturaleza del estudio y sus derechos.

**Justicia:** Se dará a cada participante lo suyo manteniendo respeto a los encuestados con comprensión y reconocimiento de los principios en la búsqueda efectiva de las consecuencias buenas.

## RESULTADOS

**Tabla 1**

Relación Mediante Tabla Cruzada Entre Las Variables Estrés Laboral Y Estilo De Vida En Comerciantes Adultos Del Mercado "Modelo Casa Grande, 2023.

			Estilo de vida		Total
			Saludable	No saludable	
Estrés laboral	Alto	Nº	12	12	24
		%	8,0%	8,0%	16,0%
	Medio	Nº	54	49	103
		%	36,0%	32,7%	68,7%
	Bajo	Nº	14	9	23
		%	9,3%	6,0%	15,3%
Total		Nº	80	70	150
		%	53,3%	46,7%	100,0%

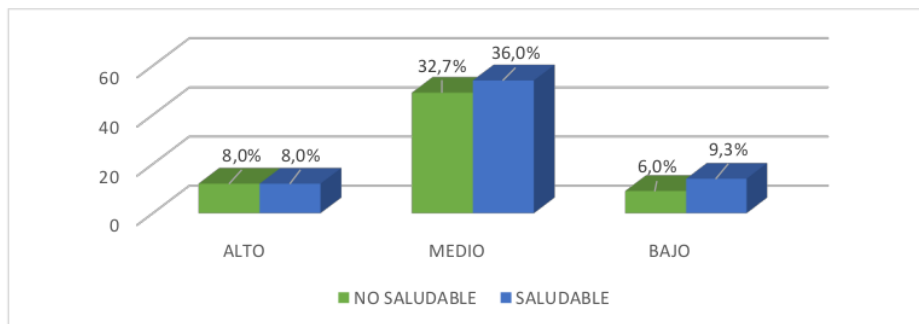
Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación Entre Las Variables Estrés Laboral Y Estilo De Vida En Comerciantes Adultos Del Mercado "Modelo Casa Grande, 2023.

Interpretación: Del 100% un 36% presentan un estrés laboral de nivel medio y a la vez llevan un estilo de vida saludable, mientras un 6.0% quienes presentan un estrés laboral bajo, pero llevan un estilo de vida no saludable.

**Figura 1**

Relación Entre Las Variables Estrés Laboral Y Estilo De Vida En Comerciantes Adultos Del Mercado Modelo Casa Grande, 2023.



Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Relación Mediante Tabla Cruzada Entre Las Variables Estrés Laboral Y Estilo De Vida En Comerciantes Adultos Del Mercado "Modelo Casa Grande, 2023.

**Tabla 2**

Correlación de estrés laboral con la dimensión alimentación de los estilos de vida en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

	Estrés							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Alimentación</b>								
<b>Saludable</b>	54	36%	14	9.3%	15	10%	83	55.3%
<b>No saludable</b>	49	32.6%	9	6%	9	6%	67	44.6%
<b>Total</b>	103	68.6%	23	15.3%	24	16%	150	100%

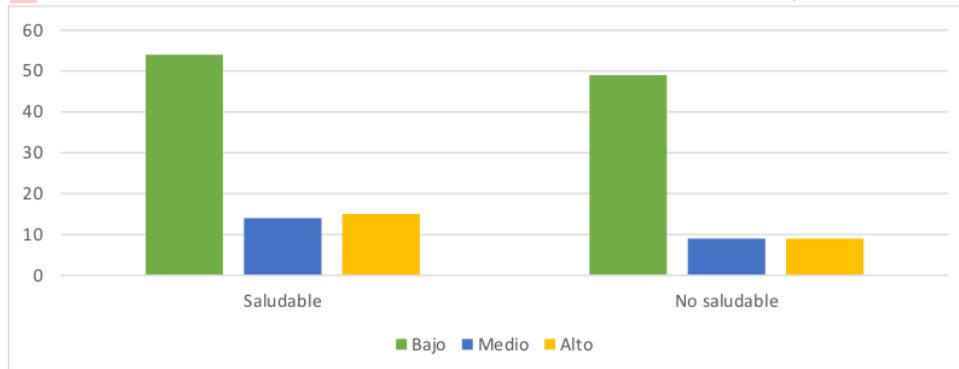
Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión alimentación de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

Interpretación: Se identificó que el 32.6% de los comerciantes llevan una alimentación nada saludable, se constata que una adecuada alimentación disminuye el estrés del personal, tiene una actividad física poco saludable.

**Figura 2**

Correlación de estrés laboral con la dimensión alimentación de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023



Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión alimentación de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023.

**Tabla 3**

Correlación de estrés laboral con la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

Actividad y ejercicio	Estrés							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Saludable	62	41.3%	18	12%	22	14.6%	102	68%
No Saludable	41	27.3%	5	3.33%	2	1.3%	48	32%
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>68.6%</b>	<b>23</b>	<b>15.3%</b>	<b>24</b>	<b>16%</b>	<b>150</b>	<b>100%</b>

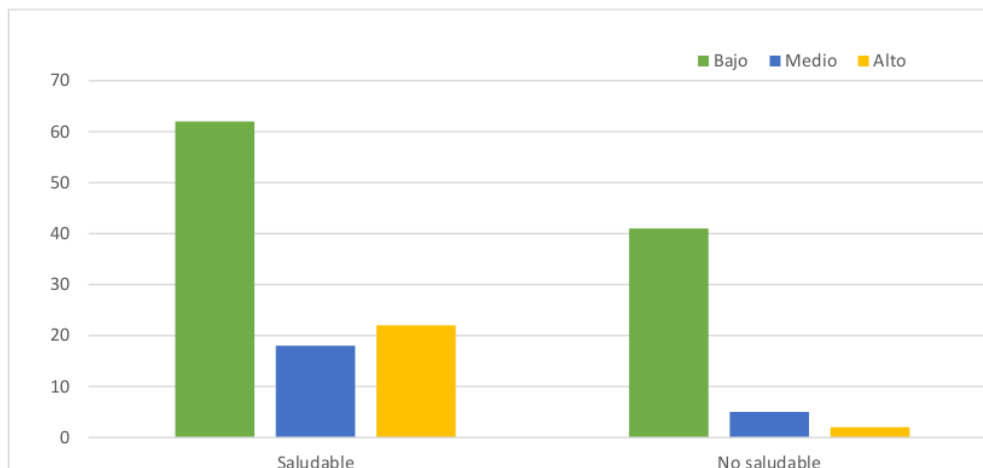
Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

Interpretación: El 14,6% realiza actividades físicas moderadamente, pero se puede identificar que al llevar una adecuada actividad los niveles de estrés se encuentran bajos.

**Figura 3**

Correlación de estrés laboral con la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023



Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

**Tabla 4**

Correlación de estrés laboral con la dimensión manejo del estrés de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

	Estrés							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Manejo del estrés</b>								
<b>Saludable</b>	75	50%	13	8.6%	16	10.6%	104	69.3%
<b>No</b>	28	18.6%	10	6.6%	8	5.3%	46	30.6%
<b>Saludable</b>								
<b>Total</b>	103	68.6%	23	15.3%	24	16%	150	100%

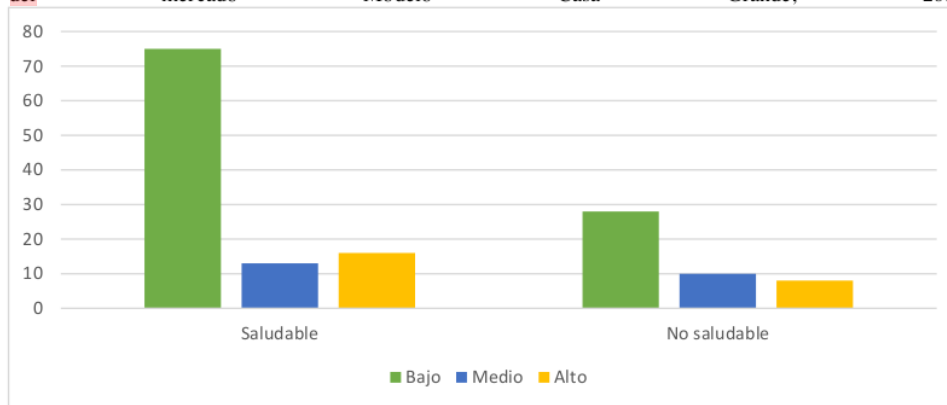
Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

Interpretación: Se aprecia que el 50% de los comerciantes sabe manejar de una manera adecuada su estrés, mientras que el 5.3% aún no.

**Figura 4**

Correlación de estrés laboral con la dimensión manejo del estrés de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023



Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

**Tabla 5**

Correlación de estrés laboral con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

	Estrés							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Apoyo Interpersonal</b>								
<b>Saludable</b>	52	34.6%	12	8%	12	8%	76	50.6%
<b>No Saludable</b>	51	34%	11	7.3%	12	8%	74	49.3%
<b>Total</b>	103	68.6%	23	15.3%	24	16%	150	100%

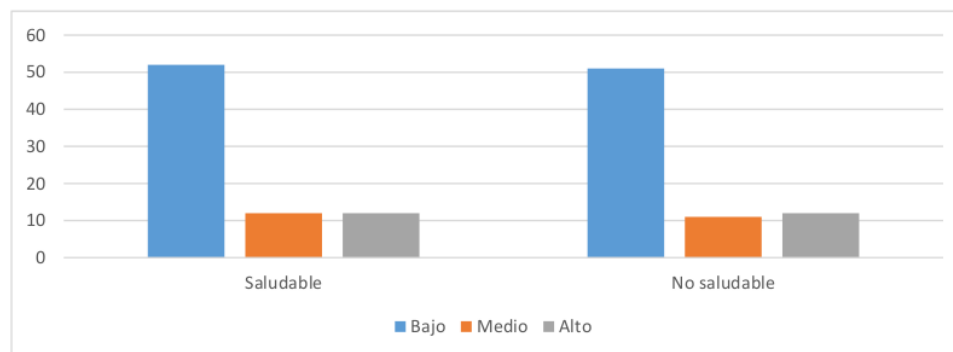
Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

Interpretación: En la tabla podemos observar que dichos trabajadores, el 8% no reciben algún apoyo interpersonal, ni por parientes o instituciones más cercanos.

**Figura 5**

Correlación de estrés laboral con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023.



Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023



**Tabla 6**

Correlación de estrés laboral con la dimensión autorrealización de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

	Estrés							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Autorrealización</b>								
<b>Saludable</b>	53	35.3%	15	10%	14	9.3%	82	54.6%
<b>No Saludable</b>	50	33.3%	8	5.3%	10	6.6%	68	45.3%
<b>Total</b>	103	68.6%	23	15.3%	24	16%	150	100%

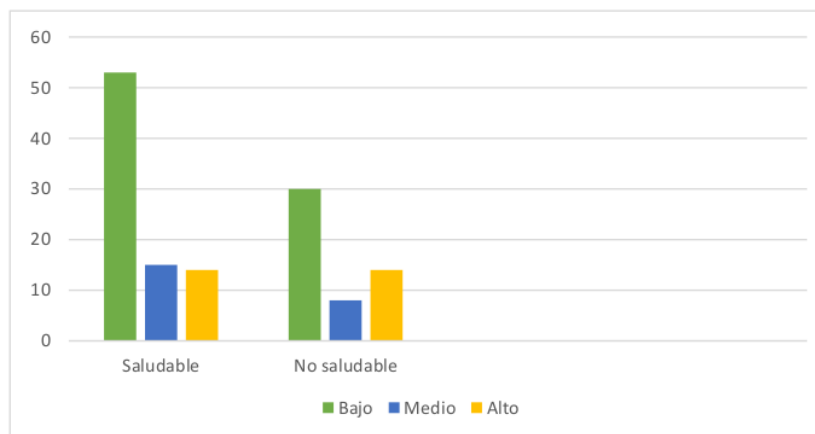
Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión autorrealización de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

Interpretación: El mayor número de porcentaje 35.2% refiere que se ha realizado tanto profesional como físicamente.

**Figura 6**

Correlación de estrés laboral con la dimensión autorrealización de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023



Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión autorrealización de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

**Tabla 7**

Correlación de estrés laboral con la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

	Estrés							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Responsabilidad en salud</b>								
<b>Saludable</b>	75	50%	19	12.6%	21	14%	115	76.6%
<b>No Saludable</b>	28	18.6%	4	2.6%	3	2%	35	23.3%
<b>Total</b>	103	68.6%	23	15.3%	24	16%	150	100%

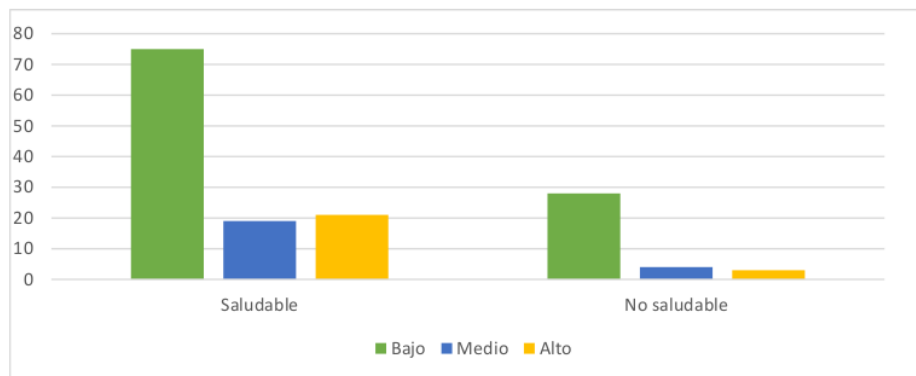
Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

Interpretación: La responsabilidad en salud es muy importante, por lo que se aprecia el 50% si recibe apoyo saludable.

**Figura 7**

Correlación de estrés laboral con la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023



Fuente: Tomado de <https://normas-apa.org/estructura/tablas/>

Nota. Correlación de estrés laboral con la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida y en comerciantes adultos del mercado Modelo Casa Grande, 2023

## DISCUSIÓN

Luego de obtener los resultados encontrados en una muestra de 150 comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande a quienes se les intervino por medio del cuestionario, se procedió a comparar los hallazgos encontrados con los antecedentes y la teoría establecida según los objetivos plasmados en el estudio.

Como objetivo general se tuvo determinar la relación entre el estrés laboral y el estilo de vida en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande, 2022; obteniendo como resultados mediante prueba chi cuadrado una significancia bilateral igual a 0.717, siendo mayor al 0.05, indicando independencia entre variables, es decir, no existe relación entre las variables; por ello también se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis que propuso la investigación;

Por tanto, en la tabla 1 hay evidencia para señalar <sup>4</sup> que no existe relación entre el estrés laboral y estilo de vida en los comerciantes adultos del mercado “Modelo Casa Grande. Investigación similar presentó Pulluquitín, S. 2019 (26) quien realizó un estudio en 30 personas de ambos sexos sobre el estrés en el trabajo y la calidad de vida laboral diagnosticando mediante la misma prueba chi cuadrado que no existe asociación y si independencia entre variables de interés. En esa línea Palacios H en el 2018 (31) analizó 50 personas sobre el nivel de estrés y su estilo de vida, determinando que <sup>9</sup> el estrés laboral no se asocia estadísticamente con el estilo de vida de los profesionales de la salud, ello por arrojar una prueba chi cuadrado con p valor igual a 0.087. Entonces se evidencia que el estrés laboral no condiciona al estilo de vida, una causa se cree porque el estilo de vida está asociada a la alimentación, los hábitos, el ejercicio físico, entre otros aspectos sociales que tiene la persona. Sin embargo, el estrés aborda otros aspectos, sea carga laboral, clima laboral, etc., por ello se cree que existe dependencia entre las variables indagadas.

Como primer objetivo específico se tuvo determinar el estrés laboral con la dimensión alimentación en comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande, 2023; encontrándose en una muestra de 150 comerciantes que el 54% tuvo un estilo de vida saludable y el 49% un estilo de vida no saludable, siendo indicadores preocupantes al tener altos porcentajes de colaboradores con estilo de vida no saludable, el cual, puede repercutir en sus funciones y labores de la organización, no cumpliendo lo que sabe cumplir. Resultados similares se determinaron en Sivana, Q. y Suero, J. (28) en el año 2020, quienes refirieron altos niveles

de vida no saludable, presentando el 87% cansancio y bajo nivel de realización personal. Resultados discrepantes expresó Porro, L. y Reynel, K (29) en el año 2020, que expresaron al 64% de encuestados tener excelente alimentación, sin embargo, cabe resaltar que fueron docentes los evaluados, diferente a nuestra población de estudio, pero también hubo porcentajes negativos en los estilos de vida, siendo el 8.5% que presentaron nivel malo. Por ende, se evidencia que el estudio desde la percepción de los encuestados mantiene que la alimentación que llevan es la ideal, manifestando que, al ingerir alimentos, estos se encuentran en buen estado, el horario en que se realizaba la ingesta de alimentos era el adecuado sin importar el lugar donde se encontraban, además se menciona que la ingesta de alimentos era nutritivo y no excesivo en grasas dañinas.

En la tabla 3, con resultados opuestos, Ratto B en el 2018 (30) en una muestra de 102 personas expresó que el estrés laboral si se asocia o es independientemente significativo de la actividad y ejercicio en el personal de salud; para León P en el 2020 (33) también encontró relación sin embargo la dirección de la asociación fue inversa, expresando que a mejor calidad de vida menos estrés. Los resultados comparados con la literatura ponen énfasis en el estrés cuando una persona siente presión, y surgimiento de demás factores psicosociales que llegan alterar la salud de los colaboradores y el funcionamiento de su trabajo (36). Dicho esto el individuo que presenta un estado o episodio de estrés puede generar afecciones en su entorno laboral, por lo tanto, su vida laboral tiende a ser más hostil; sin embargo, puede controlarse descubriendo a que se debe el estrés, ya que puede ser por factores externos de lo laboral para liberar la mente se recomienda por lo menos treinta minutos de ejercicio caminando, pero sin preocupaciones, ni llevando pendientes, pues este es de mucha ayuda para conciliar el sueño y liberar toxinas del cuerpo, asimismo el personal que tiene un trabajo más sedentario son los que tienen una mayor predisposición.

Para seguir a detalle el cumplimiento de objetivos, en la tabla 4 en los resultados que expresan niveles favorables para el personal por el bajo estrés, sin embargo, existen colaboradores con estrés, siendo una preocupación ya que ellos pueden no rendir adecuadamente. Así lo demuestra Usma Y, 2020 (25) en su estudio que reflejó que el estrés trae consecuencias negativas en el trabajo aún más por el confinamiento, recalcando que la relación que tienen las emociones con esta patología, dando a conocer cómo el adecuado manejo y gestión de estas puede contribuir a la disminución significativa de las tensiones y riesgos que trae el estrés y la ansiedad, dentro y fuera del ámbito laboral. Así el sujeto en

estudio a pesar de estar bajo estrés a diario da a conocer que lo maneja, ya que su presentación es importante al momento de atender al cliente, y compañeros.

Respecto a la tabla 5, es relevante expresar los estilos de vida son <sup>3</sup> hábitos o formas de vida que hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por una población de manera diaria para la solución de sus necesidades, asimismo tiene como propósito conservar una manera apropiada el cuerpo y mente (7). Entonces en el aspecto laboral, debe existir un ambiente adecuado que se pueda percibir por el colaborador, pues así se sentirá más cómodo y con motivación para desempeñarse de la mejor manera. El personal se siente en confort con su entorno pues los puestos que ocupan lo tienen años juntos, conociéndose mejor y así se fueron apoyando, lo que es lo ideal en un grupo de trabajo.

En la tabla 6, también Liu et al., M. 2019 (27) reflejaron que el estrés en el trabajo genera un efecto interno sea por la carga de trabajo y la emoción negativa. En esa línea Sivana, Q. y Suero, J. en el 2020 (28) refirieron que el 80% del personal tuvo cansancio emocional medio, <sup>5</sup> mientras que solo el 76% del personal de salud presentan bajo grado de realización personal. Direccionado a ello Porro, L. y Reynel, K en el 2020 (29) refirieron que el estrés repercute el aspecto laboral. Entonces un colaborador estresado generará desventaja en su productividad y desempeño y traerá consecuencias en el cumplimiento de objetivos personales y organizacionales. La mayoría se siente satisfecho con el trabajo que lleva pues no se avergüenza ya que es un trabajo digno y honrado, que tiene sus beneficios diarios, a pesar que se tenga que generar algunos esfuerzos de más.

Como séptimo objetivo, que fue establecer la relación de estrés con la dimensión responsabilidad en salud en comerciantes del mercado “Modelo” Casa Grande, 2023; del 100% de comerciantes adultos que participaron de la investigación la mayoría un 50% presentan un estrés laboral de nivel medio y a la vez llevan un estilo de vida saludable, contrario a la minoría representada por un 18.6% quienes presentan un estrés laboral bajo, pero llevan un estilo de vida no saludable. Los resultados expresaron que los trabajadores que tienen factores estresantes laborales se encuentran más sujetos a tomar excesiva carga laboral, deudas por los bajos ingresos y crecientes costos de mantener a la familia (36), influyendo así en su estilo de vida afectando en su salud tanto mental, como física, al no realizan alguna actividad, practicar malos hábitos alimenticios, siendo estos efectos nocivos

evidentes en esta etapa de la vida. Por ello es importante que cada trabajador cuente al menos con un seguro y así poder realizarse sus chequeos.

## CONCLUSIONES

- Del 100% de comerciantes adultos que participaron de la investigación, un 36% presentan un estrés laboral de nivel medio y a la vez llevan un estilo de vida saludable, contrario a la minoría representada por un 6.0% quienes presentan un estrés laboral bajo, pero llevan un estilo de vida no saludable
- Se estableció que en la dimensión alimentación, el 55.3% refirió que mantiene un saludable estilo al consumir alimentos.
- El 32% manifiesta que la actividad que realizan no es saludable esto puede deberse a que el mayor tiempo posible lo pasan en su puesto, sin poder realizar actividad alguna.
- En cuanto el manejo de estrés el 30.6% lo mantiene de una forma baja y controlada.
- En el apoyo interpersonal un 49.3% de los comerciantes siente que se encuentra en abandono temporal por el gobierno y sus entidades que protegen al individuo.
- El 45.3% de acuerdo a su autorrealización mantiene un estado no saludable en su día a día.
- En responsabilidad en salud un 23.3% no mantiene un seguro adecuado que le permita o cubra sus necesidades.
- No existe relación entre el estrés laboral y estilo de vida en los comerciantes adultos del mercado “Modelo Casa Grande, respecto al valor de correlación obtenido mediante chi cuadrado el cual fue de  $X_c^2 = 0.666$  siendo menor al valor de chi cuadrado tabulado de  $X_c^2 = 5.99$  nos indica que aceptamos la hipótesis nula ( $H_0$ ), la cual niega que existe una relación entre ambas variables, asimismo dicha decisión se respalda por el valor de significancia obtenido  $p = 0.717$  el cual fue mayor a la significancia estándar de 5% ( $P > 0.05$ ).

## RECOMENDACIONES

- A la directiva del mercado implementar un <sup>4</sup> tiempo dentro de la jornada laboral, para realizar pausas laborales de recreación para sus comerciantes <sup>4</sup> con la finalidad de fortalecer la relación entre ellos y así conocerse más y disminuir el estrés generado en el laburo.
- Para lograr que se mantenga el estilo de vida saludable que llevan los comerciantes, se recomienda realizar charlas con profesionales de la salud explicando y enseñando la manera adecuada de cuidar de su alimentación.
- Mantener un saneamiento adecuado, inspección, vigilancia y control en el lugar donde laboran para que así tanto comerciante y consumidor se sientan agustos con el servicio que se brinda, sobre todo en momentos complicados, como lo que paso en pandemia.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Quintero, J.; Reyes, G.; Suarez, P. y Rodríguez, M. Estrés y Burnout, Evolución Histórica. [Internet]. [Acceso el 16 de junio del 2023]. Hallado en: <https://www.revistaegle.com/index.php/eglerev/article/view/122/126>
2. Estrella, K. Rol de enfermería en el manejo del estrés del adulto mayor. Hospital Provincial General. 2018 [Acceso el 18 de octubre del 2021]. Hallado en: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5064/1/UNACH-EC-FCS-ENF-2018-0028.pdf>
3. Herrera, M. Estrés: Una constante danza entre la biología y la cultura. Rev. Científica Hallazgos, 21:3(1), 2018 [Acceso el 18 de octubre del 2021]. Hallado en: <https://revistas.pucese.edu.ec/hallazgos21/article/view/216/183>
4. Narváez, O. Revisión teórica documental sobre el estrés laboral y el impacto de las estrategias de afrontamiento para la prevención y manejo del estrés. [Internet]. 2019. [Acceso el 16 de junio del 2023]. Hallado en: <https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/2103/2322>
5. Lovo, J. Síndrome de burnout: Un problema moderno.2021. [Internet]. [Acceso el 16 de junio del 2023]. Hallado en: <file:///C:/Users/Carito/Downloads/12034.pdf>
6. OMS. Alimentación sana. [Internet]. 2018 Hallado el 26 de mayo del 2023. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
7. Franco, A. Pandemia y Promoción de la Salud (PS) a gran escala. Hacia promoci. Salud [Internet]. 26(1):9-12, 2021 [Acceso el 25 de mayo de 2022]. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-75772021000100009](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772021000100009)
8. Carranza, R. Caycho, T. Salinas, S. Ramírez, M. Campos, C. Chuquiasta, K. Pérez, J. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos [Internet]. Rev. cubana Enfermer 35(4). 2019. [Acceso el 25 de mayo del 2022]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192019000400009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192019000400009)

9. MINSA. Manual de Implementación del Modelo de Cuidado Integral de Salud por Curso de Vida para la Persona, Familia y Comunidad [Internet] 2021 . [Acceso el 25 de mayo del 2022]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/fi-admin/rm-220-2021-minsa.pdf>
10. Escobar, E.; Soria, B. y López, Manejo del estrés académico. 2018 [Internet]. Hallado el 26 de mayo del 2023. Disponible en: [https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb\\_comment\\_id=1881566745289288\\_4030013307111277](https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb_comment_id=1881566745289288_4030013307111277)
11. Castro S. Relaciones interpersonales. 2023 [Internet]. Hallado el 26 de mayo del 2023. Disponible en: [https://www.iepp.es/relaciones-interpersonales/#Definicion\\_de\\_relaciones\\_interpersonales](https://www.iepp.es/relaciones-interpersonales/#Definicion_de_relaciones_interpersonales)
12. Valenzuela, J. ¿Qué es la autorrealización? Claves para conseguir nuestro máximo potencial. [Internet]. Hallado el 26 de mayo del 2023. Disponible en: <https://www.mundopsicologos.com/articulos/que-es-la-autorrealizacion-claves-para-conseguir-nuestro-maximo-potencial>
13. Luis, I.; Torres, Y. y Álvarez, A. Responsabilidad personal con la salud. Conocimientos y percepciones de diferentes actores sociales. Rev. Finlay [Internet]. 2020; 10(3):280-292. Hallado el 26 de mayo del 2023. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2221-24342020000300280](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342020000300280)
14. OMS Y OIT. Mental health at work. 2022. [Internet]. Hallada el 26 de mayo del 2023. Disponible en: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/--protrav/---safework/documents/publication/wcms\\_856976.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/--protrav/---safework/documents/publication/wcms_856976.pdf)
15. Instituto Nacional de Estadística. Determinantes de salud. 2020 [Internet]. [Acceso el 26 de mayo del 2023]. Disponible en: [https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es\\_ES&c=INESeccion\\_C&cid=1259926457058&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios/PYSLayout](https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259926457058&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios/PYSLayout)
16. Mejía, C., Chacón, J., Enamorado, O., Garnica, L., Chacón, S.; García, Y. Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica. 2019 [Internet]. Hallado el 26 de mayo del 2023. Rev. Asoc. Med Trab.28 (3). Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/medtra/v28n3/1132-6255-medtra-28-03-204.pdf>

17. OPS. Últimos indicadores básicos de la OPS arrojan luz sobre la situación de salud en las Américas [internet]. 2020 [Acceso el 5 de octubre del 2020]. Disponible en: [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=14960:ultimos-indicadores-basicos-de-la-ops-arrojan-luz-sobre-la-situacion-de-salud-en-las-americas&Itemid=1926&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14960:ultimos-indicadores-basicos-de-la-ops-arrojan-luz-sobre-la-situacion-de-salud-en-las-americas&Itemid=1926&lang=es)
18. Alemán, A. El estrés enemigo silencioso que afecta al 80% de peruanos [Internet]. Lima: La Republica, 2018. Hallado el 26 de mayo del 2023. Disponible en: <https://larepublica.pe/sociedad/1218645-el-estres-ese-enemigo-silencioso-que-afecta-al-80-de-peruanos>
19. Huamani, N. Documento Técnico: Plan de salud mental [Internet]. 2020. Disponible en: [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/811138/Plan\\_de\\_Salud\\_mental\\_.PDF](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/811138/Plan_de_Salud_mental_.PDF)
20. INEI. Perú: Enfermedades no transmisibles y transmisibles [internet]. 2018 [Acceso el 5 de octubre del 2020]. Disponible en: [https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2018/SALUD/ENFERMEDADES\\_ENDES\\_2018.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2018/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2018.pdf)
21. INEI. Condiciones de vida en el Perú. [Internet]. [Acceso el 26 de mayo del 2023] disponible en: <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-condiciones-de-vida-oct-nov-dic-2022.pdf>
22. Razo, A., Díaz, R., López, M. Construcción de las Representaciones Sociales de la Calidad de Vida en diferentes etapas de la edad adulta [Internet], 2018. [Acceso el 25 de mayo del 2022]. Disponible en: <file:///C:/Users/Carito/Downloads/Dialnet-ConstruccionDeLasRepresentacionesSocialesDeLaCalid-6473195.pdf>
23. Municipalidad de Casa Grande. Historia de Casa Grande [internet]. 2020. [Acceso el 5 de octubre del 2020]. Disponible en: <http://www.municasagrande.gob.pe/mimunicipio/>
24. Porcayo, M.; Giles, R.; Bárcenas, A. u López, A. Estrés laboral en vendedores informales de la plaza Azul de San Mateo Atenco. 2022 [Internet]. Hallado el 26 de mayo del 2023. Disponible en: <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/20393/15185>

25. Usma, Y. El Estrés Laboral Y Su Incremento Durante El Confinamiento[Internet]. 2020. Disponible en: [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/28446/2/2020\\_estres\\_laboral.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/28446/2/2020_estres_laboral.pdf)
26. Pulluquitín, S. Estrés Laboral Y Calidad De Vida En Guardias De Seguridad Con Turno Rotativo [Internet]. 2019. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/29580/2/TESIS%20FINAL%20-%20Sofia%20Pulluquit%C3%ADn.pdf>
27. Liu, J., Zhu, B., Wu, J. et al. Job satisfaction, work stress, and turnover intentions among rural health workers: a cross-sectional study in 11 western provinces of China. *BMC Fam Pract* 20, 9 (2019). Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1186/s12875-019-0904-0#citeas>
28. Sivana, M. Suero, J. Estilos de vida y nivel de estrés laboral en el personal de salud de la micro red de hunter, Arequipa. [Internet]. 2020. Disponible en: [http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12876/ENSihuml\\_suitjp.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12876/ENSihuml_suitjp.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
29. Porro, L y Reinel, K. Asociación Entre Estrés Y Estilo De Vida En Docentes De Algunos Colegios De Lima Durante El Teletrabajo[Internet]. 2020[Acceso el 25 de mayo del 2022]. Hallado en: <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4080/LPORRO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
30. Ratto, B. Nivel De Estrés Laboral Y Estilos De Vida En Enfermeros Del Hospital General La Merced, Chanchamayo [Internet]. 2018. Disponible en: [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4693/TESIS\\_RATTO\\_DOUGLAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4693/TESIS_RATTO_DOUGLAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
31. Palacios, H. Estrés laboral y estilos de vida en personal de enfermería del servicio de emergencia del Hospital Regional Moquegua [Internet]. 2018. Disponible en: [http://www.repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/4045/161\\_2020\\_palacios\\_ticona\\_hr\\_facst\\_segunda\\_especialidad\\_enfermeria.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/4045/161_2020_palacios_ticona_hr_facst_segunda_especialidad_enfermeria.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
32. Jara, E y Garcia, C. Estilo de vida relacionado al estrés laboral del personal de enfermería en tiempos de pandemia de la Clínica Fatima, 2022 [Internet]. 2022. Disponible en:

[https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/10331/1/REP\\_ELIZABETH.JARA\\_CARLA.GARC%c3%8da\\_ESTILO.DE.VIDA.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/10331/1/REP_ELIZABETH.JARA_CARLA.GARC%c3%8da_ESTILO.DE.VIDA.pdf)

33. León, P. Estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos del COVID-19. Hospital III-E, Es Salud – La Libertad [Internet]. 2020. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/48285/Leon\\_RPL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/48285/Leon_RPL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
34. Montaña, J. Calista Roy: biografía, teoría y obras [Internet]. 2018. Disponible en: <https://www.lifeder.com/callista-roy/>
35. Zuñiga, E. El estrés laboral y su influencia en el desempeño de los trabajadores. [Internet]. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/administrativas/article/view/17317/14574>
36. Acero, M. Estrés Laboral Y Sus Consecuencias En La Salud Que Afectan El Rendimiento [Internet]. 2020. Disponible en: <http://52.0.229.99/bitstream/20.500.11839/8061/1/237553-2020-III-GTH.pdf>
37. Linares, G. y Guedez Salas, Y. (2021). Síndrome de burnout enfermedad invisible entre los profesionales de la salud [Burnout syndrome invisible pathology among health professionals]. *Atencion primaria*, 53(5), 102017. Disponible en : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7994441/>
38. VERAMENDI VILLAVICENCIOS, Nancy Guillermina; PORTOCARERO MERINO, Ewer y ESPINOZA RAMOS, Francisco Elí. Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. *Universidad y Sociedad* [online]. 2020, vol.12, n.6 [citado 2023-09-09], pp.246-251. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202020000600246&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202020000600246&script=sci_arttext&tlng=pt)
39. Gallegos, K. Callasaca, K. Aplicación del modelo de Callista Roy para la formación de la identidad profesional en las estudiantes de segundo año de enfermería UNSA [Internet]. 2018. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8098/ENgabakm.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
40. Guillen, D. Lopez, N. Aplicación del modelo de adaptación de Callista Roy en la disminución del estrés en enfermeras de emergencia, Hncase Essalud, Arequipa

[Internet]. 2018. Disponible en:  
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/11973/SEguapds%26lopanv.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

41. Julcamoro. Estilos de vida según la teoría de Nola Pender en los estudiantes de enfermería de la universidad nacional Federico Villarreal [internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal, Facultad de Medicina; 2018. [acceso el 15 de octubre de 2020]. Disponible en:  
[http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2829/UNFV\\_Julcamoro\\_Acevedo\\_Betsy\\_Marlin\\_Titulo\\_Profesional\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2829/UNFV_Julcamoro_Acevedo_Betsy_Marlin_Titulo_Profesional_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
42. Del Carmen De Arco C. Puenayan Y. Vaca L. Modelo de promoción de la salud en el lugar de trabajo: una propuesta. Avances en Enfermería [internet]. 2019. [acceso el 25 de octubre de 2020] Disponible en:  
<https://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=1e6350ba-581d-4f9a-8ce8-aa67f615b5d9%40sdc-v-sessmgr03>
43. Bernardo C. Carbajal Y. Figueredo C. Robles H. Metodología de la investigación [internet]. Lima: USMP. 2018 [acceso el 25 de octubre del 2020]. Disponible en:  
<https://www.usmp.edu.pe/estudiosgenerales/pdf/2017-I/MANUALES/METODOLOGIA%20DE%20LA%20INVESTIGACION.pdf>
44. Hernandez, R. Metodología de la investigación [Internet].2020. Hallado en:  
<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
45. Osorio J. Estrés Laboral: Estudio de revisión [Internet]. 13(1): 081-090;2017. Disponible en:  
<https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/diversitas/article/view/3494/3383>
46. Pereyra M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro asentamiento humano fraternidad Chimbote [internet]. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de ciencias de la salud;2018. acceso el 25 de octubre del 2020]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17654/ADULTO%20MADURO\\_PEREYRA\\_MONTENEGRO\\_MAIKOL\\_JORDY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17654/ADULTO%20MADURO_PEREYRA_MONTENEGRO_MAIKOL_JORDY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



## ANEXOS

### ANEXO 1: INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

#### Cuestionario de estrés laboral Maslach, Schaufeli y Leiter, 2001. Adaptado por Carito Ortiz Miranda, para el presente estudio

Señale la respuesta que crea oportuna sobre la frecuencia con que siente los siguientes enunciados donde:

<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>							
Nunca	Pocas veces al año o menos	Una vez al mes o menos	Unas pocas veces al mes	Una vez a la semana	Pocas veces a la semana	Todos los días							
<b>Nº</b>	<b>PREGUNTAS</b>						<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
1	Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo												
2	Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío												
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado												
4	Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa												
5	Siento que mi trabajo me está desgastando												
6	Me siento frustrado en mi trabajo												
7	Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo												
8	Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa												
9	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades												
10	He perdido interés por mi trabajo desde que empecé en este puesto.												
11	Siento que me he hecho más duro con la gente												
12	He perdido entusiasmo por mi trabajo												
13	Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis clientes												
14	Dudo de la trascendencia y valor de mi trabajo												
15	Puedo resolver de manera eficaz los problemas que surgen en mi trabajo.												
16	Siento que trato con mucha eficacia a los clientes												
17	En mi opinión soy muy bueno en mi puesto												



18	Me siento con mucha energía en mi trabajo							
19	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable para los comerciantes y clientes							
20	Me siento estimado después de haber charlado con los clientes							
21	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo							
22	En mi trabajo, tengo la seguridad de que soy eficaz en la finalización de las cosas							

## ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD

### CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE *ESTRÉS LABORAL* EN COMERCIANTES

Para el análisis de confiabilidad del instrumento aplicado, se utilizará el estadístico ***Coefficiente alfa de Cronbach***. Este coeficiente desarrollado por J. L. Cronbach requiere una sola administración del instrumento de medición y produce valores que oscilan entre 0 y 1.

Donde un coeficiente de 0 significa nula confiabilidad y 1 representa un máximo de confiabilidad (confiabilidad total). Entre más se acerque el coeficiente a cero (0), hay mayor error en la medición.

La ***confiabilidad*** de un instrumento de medición se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto, produce iguales resultados.

Utilizando el programa estadístico IBM SPSS Statistics versión 25, los resultados obtenidos del análisis de confiabilidad son:

#### Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Cas os	Válidos	30	100.0
	Excluidos (a)	0	.0
	Total	30	100.0

a Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

#### Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de ítems
.765	22

Como podemos observar, el valor del coeficiente Alfa de Cronbach es de 0,765 (tiende a 1), lo cual se puede interpretar como que el instrumento aplicado Sí evidencia la consistencia interna de los ítems analizados por lo tanto el nivel de confiabilidad es “Aceptable”, es decir, su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto (en diferentes momentos) producirá resultados iguales.

Además, se obtuvo el cuadro de análisis correspondiente a evaluar la mejora del valor del coeficiente de Cronbach si se elimina o modifica alguno de los ítems:

**Estadísticos total-elemento**

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Ítem 1	53.3000	129.459	.541	.736
Ítem 2	53.3333	129.057	.519	.738
Ítem 3	53.7667	139.564	.492	.744
Ítem 4	53.2000	139.890	.491	.744
Ítem 5	52.4667	137.499	.416	.748
Ítem 6	52.1667	139.799	.305	.759
Ítem 7	53.7333	129.513	.651	.728
Ítem 8	53.8667	139.223	.660	.738
Ítem 9	53.4000	139.697	.431	.748
Ítem 10	54.2333	148.668	.693	.750
Ítem 11	54.2667	154.271	.618	.760
Ítem 12	53.7000	150.976	.280	.759
Ítem 13	53.4000	133.559	.581	.735
Ítem 14	54.3333	158.230	.000	.767
Ítem 15	49.2667	146.202	.256	.761
Ítem 16	49.8000	148.717	.172	.767
Ítem 17	48.6333	152.999	.158	.765
Ítem 18	49.6333	165.757	-.240	.797
Ítem 19	48.6000	169.007	-.558	.788
Ítem 20	48.5667	151.702	.398	.757
Ítem 21	48.4333	158.461	-.039	.768
Ítem 22	48.9000	145.059	.309	.757

Como se puede observar del cuadro anterior, en los ítems: 14, 16, 18 y 19, el valor del coeficiente del alfa de Cronbach puede aumentar de 0,765 hasta 0,797,

sin embargo, como dicho incremento no altera significativamente el valor del coeficiente, los ítems 14, 16, 18 y 19 pueden mantenerse.

## ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Elaborado por Walker, Sechrist y Pender

Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2008)

N o	Ítems	CRITERIOS		
	<b>ALIMENTACIÓN</b>			
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N	V	F
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F
3	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F
	<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>			
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F
	<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>			
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F
	<b>APOYO INTERPERSONAL</b>			
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F
	<b>AUTORREALIZACION</b>			

1 7	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F
1 8	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F
1 9	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F
	<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>			
2 0	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F
2 1	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F
2 2	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F
2 3	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F
2 4	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F
2 5	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

**NUNCA: N = 1**

**A VECES: V = 2**

**FRECUENTEMENTE: F = 3**

**SIEMPRE:**

**S = 4**

**El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al contrario**

**N=4 V=3 F=2 S=1**

**PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos**

## ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD

### CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE *ESTILOS DE VIDA* EN COMERCIANTES

Para el análisis de confiabilidad del instrumento aplicado, se utilizará el estadístico **Coeficiente alfa de Cronbach**. Este coeficiente desarrollado por J. L. Cronbach requiere una sola administración del instrumento de medición y produce valores que oscilan entre 0 y 1.

Donde un coeficiente de 0 significa nula confiabilidad y 1 representa un máximo de confiabilidad (confiabilidad total). Entre más se acerque el coeficiente a cero (0), hay mayor error en la medición.

La **confiabilidad** de un instrumento de medición se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto, produce iguales resultados.

Utilizando el programa estadístico IBM SPSS Statistics versión 25, los resultados obtenidos del análisis de confiabilidad son:

#### Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	30	100.0
	Excluidos	0	.0
	(a) Total	30	100.0

a Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

#### Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de ítems
.842	25

Como podemos observar, el valor del coeficiente Alfa de Cronbach es de 0,842 (próximo a 1), lo cual se puede interpretar como que el instrumento aplicado Sí evidencia la consistencia interna de los ítems analizados por lo tanto el nivel de confiabilidad es “Bueno”, es decir, su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto (en diferentes momentos) producirá resultados iguales.

Además, se obtuvo el cuadro de análisis correspondiente a evaluar la mejora del valor del coeficiente de Cronbach si se elimina o modifica alguno de los ítems:

**Estadísticos total-elemento**

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Ítem 1	57.9000	96.714	.126	.845
Ítem 2	58.8000	88.717	.614	.828
Ítem 3	58.5333	88.671	.479	.833
Ítem 4	59.0667	86.340	.638	.826
Ítem 5	59.4667	97.775	.067	.847
Ítem 6	59.1333	89.637	.509	.832
Ítem 7	59.6333	98.309	.014	.850
Ítem 8	59.3000	98.217	-.001	.854
Ítem 9	59.0667	97.995	.044	.848
Ítem 10	58.9000	95.817	.158	.845
Ítem 11	58.6667	95.195	.228	.842
Ítem 12	58.8667	93.706	.298	.840
Ítem 13	58.1667	96.833	.125	.845
Ítem 14	58.3000	94.355	.354	.838
Ítem 15	59.1000	94.300	.279	.840
Ítem 16	59.1000	89.266	.580	.830
Ítem 17	58.7333	88.892	.524	.831
Ítem 18	58.6667	88.851	.533	.831
Ítem 19	59.1667	89.454	.623	.829
Ítem 20	59.0667	91.099	.549	.832
Ítem 21	59.0667	89.030	.659	.828
Ítem 22	58.8000	87.476	.695	.825
Ítem 23	58.6667	86.644	.694	.825
Ítem 24	59.8000	91.959	.406	.836



Ítem 25	58.0333	90.033	.580	.830
---------	---------	--------	------	------

Como se puede observar del cuadro anterior, en los ítems: 1, 5, 7, 8, 9, 10 y 13, el valor del coeficiente del alfa de Cronbach puede aumentar de 0,842 hasta 0,854, sin embargo, como dicho incremento no altera significativamente el valor del coeficiente, los ítems 1, 5, 7, 8, 9, 10 y 13 pueden mantenerse.

## ANEXO 2: FICHA TECNICA DE LOS INSTRUMENTOS

<b>Nombre original del instrumento:</b>	Cuestionario de Estrés Laboral														
<b>Autor y año:</b>	<b>Original: Maslach, Schaufeli y Leiter, r2001</b>														
	<b>Adaptación:</b>														
<b>Objetivo del instrumento:</b>	Identificar el estrés laboral en comerciantes adultos del mercado "Modelo" Casa Grande, 2022														
<b>Usuarios:</b>	Comerciantes														
<b>Forma de Administración o Modo de aplicación:</b>	Cuestionario, encuesta														
<b>Validez:</b>  (Presentar la constancia de validación de expertos)															
<b>Validez:</b>  (Constructo)															
<b>Confiabilidad:</b>  (Presentar los resultados estadísticos)	<p>Utilizando el programa estadístico IBM SPSS Statistics versión 25, los resultados obtenidos del análisis de confiabilidad son:</p> <p style="text-align: center;"><b>Resumen del procesamiento de los casos</b></p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="2"></th> <th>N</th> <th>%</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3" style="vertical-align: middle;">Cas os</td> <td>Válidos</td> <td style="text-align: center;">30</td> <td style="text-align: center;">100.0</td> </tr> <tr> <td>Excluidos (a)</td> <td style="text-align: center;">0</td> <td style="text-align: center;">.0</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td style="text-align: center;">30</td> <td style="text-align: center;">100.0</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">a Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.</p> <p style="text-align: center;"><b>Estadísticos de fiabilidad</b></p>			N	%	Cas os	Válidos	30	100.0	Excluidos (a)	0	.0	Total	30	100.0
		N	%												
Cas os	Válidos	30	100.0												
	Excluidos (a)	0	.0												
	Total	30	100.0												

	Alfa de Cronbach	N de ítems
	.765	22

Como podemos observar, el valor del coeficiente Alfa de Cronbach es de 0,765 (tiende a 1), lo cual se puede interpretar como que el instrumento aplicado Sí evidencia la consistencia interna de los ítems analizados por lo tanto el nivel de confiabilidad es "Aceptable", es decir, su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto (en diferentes momentos) producirá resultados iguales.

<b>Nombre original del instrumento:</b>	Cuestionario de Estilo de vida															
<b>Autor y año:</b>	<b>Original: Maslach, Schaufeli y Leiter, r2001</b> <b>Adaptación:</b>															
<b>Objetivo del instrumento:</b>	Identificar el estrés laboral en comerciantes adultos del mercado "Modelo" Casa Grande, 2022															
<b>Usuarios:</b>	Comerciantes															
<b>Forma de Administración o Modo de aplicación:</b>	Cuestionario, encuesta															
<b>Validez:</b>  (Presentar la constancia de validación de expertos)																
<b>Validez:</b>  (Constructo)																
<b>Confiabilidad:</b>  (Presentar los resultados estadísticos)	<p>Utilizando el programa estadístico IBM SPSS Statistics versión 25, los resultados obtenidos del análisis de confiabilidad son:</p> <p style="text-align: center;"><b>Resumen del procesamiento de los casos</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>N</th> <th>%</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Cas os</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>    Válidos</td> <td>30</td> <td>100.0</td> </tr> <tr> <td>    Excluidos     (a)</td> <td>0</td> <td>.0</td> </tr> <tr> <td>    Total</td> <td>30</td> <td>100.0</td> </tr> </tbody> </table>		N	%	Cas os			Válidos	30	100.0	Excluidos (a)	0	.0	Total	30	100.0
	N	%														
Cas os																
Válidos	30	100.0														
Excluidos (a)	0	.0														
Total	30	100.0														

	<p>a Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.</p> <p style="text-align: center;"><b>Estadísticos de fiabilidad</b></p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Alfa de Cronbach</th> <th style="text-align: center;">N de ítems</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">.765</td> <td style="text-align: center;">22</td> </tr> </tbody> </table> <p>Como podemos observar, el valor del coeficiente Alfa de Cronbach es de 0,765 (tiende a 1), lo cual se puede interpretar como que el instrumento aplicado Sí evidencia la consistencia interna de los ítems analizados por lo tanto el nivel de confiabilidad es "Aceptable", es decir, su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto (en diferentes momentos) producirá resultados iguales.</p>	Alfa de Cronbach	N de ítems	.765	22
Alfa de Cronbach	N de ítems				
.765	22				

<b>Nombre original del instrumento</b>	Cuestionario para determinar el estilo de vida de los comerciantes del mercado Modelo Casa Grande, 2023.
<b>Autor y año</b>	Original: Delgado R. Reyna E. y Díaz R., el cual fue realizado en base al diseñado por Walker E, Sechrist K y Pender N, cuestionario estilos de vida  Adaptado: Ortiz Miranda Carito
<b>Objetivo del instrumento</b>	Determinar los estilos de vida de los comerciantes del mercado 2019
<b>Usuarios</b>	Comerciantes del mercado modelo Casa Grande 2023
<b>Forma de administración o modo de aplicación</b>	Se aplicó la encuesta de forma presencial con una duración de 20 minutos
<b>Validez: (presentar la constancia de validez de expertos)</b>	Fue evaluado por 3 juicios de expertos

<b>Validez (constructo)</b>	
<b>Confiabilidad</b> <b>(presentar los resultados estadísticos)</b>	
<b>Forma de administración o modo de aplicación</b>	Se aplicó la encuesta de forma presencial con una duración de 20 minutos.
<b>Validez: (presentar la constancia de validez de expertos)</b>	Fue evaluado por 3 juicios de expertos
<b>Validez (constructo)</b>	
<b>Confiabilidad</b> <b>(presentar los resultados estadísticos)</b>	

### ANEXO 3: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Escala de medición
Variable independiente ESTRÉS LABORAL	Es el efecto del surgimiento de factores psicosociales expuestos o como riesgo psicosocial que por sí mismo tiene una mayor posibilidad de alterar de una manera notable a la salud de los trabajadores y al funcionamiento de su trabajo a medio y largo plazo (33).	Para evaluar el estrés laboral se consideran aspectos relacionados con cansancio emocional, despersonalización y realización personal su valoración se realizará en base al puntaje obtenido, según sea cada caso en particular, estableciéndose las siguientes categorías de escala nominal:  PUNTAJE NIVEL <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto = 50-132 puntos.</li> <li>• Medio = 16-49 puntos.</li> <li>• Bajo = 0-15 puntos.</li> </ul>	CANSANCIO EMOCIONAL	Frágil en el ambiente laboral	1-2-3-4- 5-6-7-8-9	cuestionario para determinar el nivel de promoción y prevención de la salud de los trabajadores del mercado "los portales", el porvenir, 2019	<b>PUNTAJE NIVEL</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puntos = Alto 16-49 puntos = Medio</li> <li>• 0-15 puntos = Bajo</li> </ul> <b>Cansancio Emocional:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto: De 24 - 54 puntos</li> <li>• Medio: De 6- 23 puntos</li> <li>• Bajo: De 0- 5 puntos</li> </ul> <b>Despersonalización:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto: De 12 - 30 puntos</li> <li>• Medio: De 2 - 11 puntos</li> <li>• Bajo: De 0-1 puntos.</li> </ul> <b>Realización Personal:</b> medida en escala ordinal, considerando los siguientes valores: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto: De 0-4 puntos.</li> <li>• Medio: De 5- 29 puntos</li> <li>• Bajo: De 30- 48 puntos.</li> </ul>
			DESPERSONALIZACIÓN	Frecuentemente siente actitudes negativas con las personas que lo rodean	10-11- 12-13-14		
			REALIZACIÓN PERSONAL	Disconformidad con su trabajo de vez en cuando	15-16- 17-18-19-20- 21-22		

<b>variable dependiente</b> ESTILOS DE VIDA	<b>Estilos de vida:</b> Hábito o forma de vida que hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por una población de manera diaria para la solución de sus necesidades, asimismo tiene como propósito conservar una manera apropiada del cuerpo y mente (36).	Para evaluar el estilo de vida se consideran aspectos relacionados con alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud y su valoración se realizará en base al puntaje obtenido, según sea cada caso en particular, estableciéndose las siguientes categorías de escala nominal Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos Estilo de vida no saludable: 2- 74 puntos	<b>alimentación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tienen una alimentación balanceada</li> <li>- A veces consumen alimentación balanceada</li> <li>- No cuentan con alimentación balanceada</li> </ul>	<b>1 al 6</b>	cuestionario para determinar el apoyo social de los trabajadores del mercado "los portales"- el porvenir, 2019	<b>Estilo de vida no saludable:</b> Si se obtiene un puntaje de 25 a 74 puntos.  <b>Estilo de vida saludable:</b> Si se obtiene un puntaje de 75 a 100 puntos	
				<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza actividad física frecuentemente</li> <li>- Ocasionalmente realiza actividad física</li> <li>- No realiza actividad física</li> </ul>				<b>7 al 8</b>
				<b>Manejo de estrés</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Practica técnicas de manejo de estrés</li> <li>- Sabe cómo manejar su estrés</li> <li>- No sabe controlar su estrés</li> </ul>			<b>9 al 12</b>
				<b>Manejo interpersonal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se relaciona adecuadamente con los demás</li> <li>- Ocasionalmente cuenta con apoyo interpersonal</li> <li>- Apoyo interpersonal inadecuado</li> </ul>			<b>13 al 16</b>
			<b>Autorealización</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siempre encuentra satisfacción con las actividades que realiza</li> <li>- Poco frecuente se siente satisfecho</li> </ul>	<b>17 al 19</b>			





**ANEXO 4: CONSENTIMIENTO INFORMADO**  
**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**“ESTRÉS LABORAL Y ESTILO DE VIDA EN COMERCIANTES  
ADULTOS DEL MERCADO MODELO - CASA GRANDE, 2022”**

Yo....., identificado con DNI  
....., acepto participar voluntariamente en el presente estudio, conociendo el  
propósito de la investigación. Mi participación consiste en responder con franqueza y  
de forma oral a las preguntas.

El investigador se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos,  
los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las  
personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente  
documento.

\_\_\_\_\_

FIRMA





**ANEXO 5: MATRIZ DE CONSISTENCIA Y SUBCATEGORIAS**

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

**Título: ESTRÉS LABORAL Y ESTILO DE VIDA EN COMERCIANTES ADULTOS DEL MERCADO “MODELO” CASA GRANDE-ASCOPE, 2021.**

**Autora: Carito Maricielo Ortiz Miranda**

<b>PROBLEMA</b>		<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>VARIABLES E INDICADORES</b>		
<p>¿Cómo influye el estrés laboral en el estilo de vida de los comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande-Ascope, 2021?</p>	<p><b>General:</b> Determinar la relación entre el estrés laboral y el estilo de vida en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande, 2022.</p> <p><b>Específicos:</b> 1. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión alimentación de estilos de vida en comerciantes del mercado Modelo Casa Grande-Ascope,2023. 2. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión actividad y ejercicio de estilos de vida. 3. Establecer la relación de estrés laboral con la</p>	<p>Hi: Existe relación direccional entre el estrés laboral y el estilo de vida en los comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande-Ascope, 2021</p> <p>Ho: El estrés laboral no influye significativamente en el estilo de vida en comerciantes adultos del mercado “Modelo” Casa Grande-Ascope, 2021</p> <p>Ha: ¿Existe relación poco significativa entre el estrés laboral y el estilo de vida en</p>	Variable 1: Estrés Laboral			Niveles o rangos
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	
			Cansancio Emocional	- Frágil en el ambiente laboral.	1-2-3-4-5-6-7-8-9	Bajo: 0-17 Medio: 28-36 Alto: 37-54
			Despersonalización	- Frecuentemente siente actitudes negativas con las personas que lo rodean.	10-11-12-13-14	Bajo:0-9 Medio:10-20 Alto: 21-30
Realización personal	- Disconformidad con su trabajo de vez en cuando.	15-16-17-18-19-20-21-22	Bajo:0-15 Medio:16-32 Alto:33-48			
			<b>Variable 2: Estilo De Vida</b>			
Alimentación	- Se provee de sus necesidades alimenticias diariamente.	1-2-3-4-5-6	Saludable: No Saludable:			

	<p>dimensión manejo de estrés de estilos de vida.</p> <p>4. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión apoyo interpersonal de estilos de vida.</p> <p>5. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión autorrealización de estilos de vida.</p> <p>6. Establecer la relación de estrés laboral con la dimensión responsabilidad en salud de estilos de vida</p>	<p>comerciantes adultos del mercado “¿Modelo” ¿Casa Grande-Ascope, 2021?</p>	<p>Actividad y ejercicio</p>	<p>- Se encuentra en movimiento corporal de vez en cuando.</p>	<p>7-8</p>	<p>Saludable: No saludable:</p>
			<p>Manejo del estrés</p>	<p>- Siente un estímulo interno o externo que desencadena la reacción de lucha la mayoría de veces.</p>	<p>9-10-11-12</p>	<p>Saludable: No saludable:</p>
			<p>Apoyo Interpersonal</p>	<p>- En todo momento muestra apego hacia las personas.</p>	<p>13-14-15-16</p>	<p>Saludable: No saludable:</p>
			<p>Autorrealización</p>	<p>- Tiene continuamente afectación de sus logros y aspiraciones.</p>	<p>17-18-19</p>	<p>Saludable: No saludable:</p>

			Responsabilidad en salud	- Sensación de sensatez al cuidarse a sí mismo y a los que lo rodean ocasionalmente.	20-21-22-23-24-25	Saludable: No saludable:
--	--	--	--------------------------	--	-------------------	-----------------------------



**ANEXO 04 MATRIZ DE OPERACIONALIZACION DE VARIABLES**

variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Items	Instrumento	Escala de medición
Variable independiente ESTRÉS LABORAL	Es el efecto del surgimiento de factores psicosociales expuestos o como riesgo psicosocial que por sí mismo tiene una mayor posibilidad de alterar de una manera notable a la salud de los trabajadores y al funcionamiento de su trabajo a medio y largo plazo (33).	Para evaluar el estrés laboral se consideran aspectos relacionados con cansancio emocional, despersonalización y realización personal su valoración se realizará en base al puntaje obtenido, según sea cada caso en particular, estableciéndose las siguientes categorías de escala nominal: PUNTAJE NIVEL • Alto = 50-132 puntos. • Medio = 16-49 puntos. • Bajo = 0-15 puntos.	<b>CANSANCIO EMOCIONAL</b>	Frágil en el ambiente laboral	1-2-3-4- 5-6-7-8-9	cuestionario para determinar el nivel de promoción y prevención de la salud de los trabajadores del mercado "los portales"- el porvenir, 2019	<b>PUNTAJE NIVEL</b> • Puntos = Alto 16-49 puntos = Medio • 0-15 puntos = Bajo Cansancio Emocional: • Alto: De 24 - 54 puntos • Medio: De 6- 23 puntos • Bajo: De 0 - 5 puntos Despersonalización: • Alto: De 12 - 30 puntos • Medio: De 2 - 11 puntos • Bajo: De 0-1 puntos. Realización Personal: medida en escala ordinal, considerando los siguientes valores: • Alto: De 0-4 puntos. • Medio: De 5- 29 puntos • Bajo: De 30- 48 puntos.
			<b>DESPERSONALIZACION</b>	Frecuentemente siente actitudes negativas con las personas que lo rodean	10-11- 12-13-14		
			<b>REALIZACION PERSONAL</b>	Disconformidad con su trabajo de vez en cuando	15-16- 17-18-19-20- 21-22		
			<b>alimentación</b>	• Tienen una alimentación	<b>1 al 6</b>		

<b>variable dependiente</b> ESTILOS DE VIDA	<b>Estilos de vida:</b> Hábito o forma de vida que hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por una población de manera diaria para la solución de sus necesidades, asimismo tiene como propósito conservar una manera apropiada el cuerpo y mente (36).	Para evaluar el estilo de vida se consideran aspectos relacionados con alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, y autorrealización y responsabilidad en salud y su valoración se realizará en base al puntaje obtenido, según sea cada caso en particular, estableciéndose las siguientes categorías de escala nominal Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos Estilo de vida no saludable: 2- 74 puntos	<b>Actividad y ejercicio</b>	balanceada - A veces consumen alimentación balanceada - No cuentan con alimentación balanceada - Realiza actividad física frecuentemente - Ocasionalmente realiza actividad física - No realiza actividad física	<b>7 al 8</b>	cuestionario para determinar el apoyo social de los trabajadores del mercado "los portales"- el porvenir, 2019	<b>Estilo de vida no saludable:</b> Si se obtiene un puntaje de 25 a 74 puntos.	
			<b>Manejo de estrés</b>	- Practica técnicas de manejo de estrés - Sabe cómo manejar su estrés - No sabe controlar su estrés	<b>9 al 12</b>			<b>Estilo de vida saludable:</b> Si se obtiene un puntaje de 75 a 100 puntos
			<b>Manejo interpersonal</b>	- Se relaciona adecuadamente con los demás - Ocasionalmente cuenta con apoyo interpersonal - Apoyo interpersonal inadecuado	<b>13 al 16</b>			
			<b>Auto-realización</b>	- Siempre se encuentra satisfecho con las actividades que realiza - Poco frecuente se siente satisfecho Se siente insatisfecho con las actividades que realiza	<b>17 al 19</b>			



<b>Responsabilidad en salud</b>					<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa en actividades que fomenten su salud</li> <li>- Ojala por prácticas que mejoren su salud</li> <li>No participa en actividades que fomenten su salud</li> </ul>	<b>20 al 25</b>		

**OTROS                    CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

**CÁLCULO DE LA MUESTRA**

Se utilizó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

En donde:

N = tamaño de la población

Z = nivel de confianza: 1.96 ( 95%)

P = probabilidad de éxito, o proporción esperada: 0.05 (5%)

Q = probabilidad de fracaso: 1 - p ( 1 - 0.05 = 0.95)

D = precisión (Error máximo admisible en términos de proporción): 3%

Luego de aplicada la fórmula la muestra de estudio es 150 trabajadores del mercado modelo Casa Grande, 2023 a quien se le aplicará el instrumento.

**CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA, con Documento Nacional de Identidad N.º43341526, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN GESTION DE LOS SERVICIOS DE SALUD, con código de colegiatura 49813, labor que ejerzo actualmente como JEFA DE OFICINA TECNICA – CUIDADO INTEGRAL, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: “CUESTIONARIO DE ESTRÉS LABORAL”, a efectos de su aplicación a comerciantes adultos del MERCADO MODELO – CASA GRANDE, 2022.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

**Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A= Adecuado ( )  
)PA= Poco adecuado ( ) No adecuado ( ) No aporta: ( )

Trujillo, a los 03 días del mes de enero del

2022Apellidos y nombres: VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA DNI: 43341526

  
REGION LA LIBERTAD  
GERENCIA REGIONAL DE SALUD  
UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU  
*Marilyn Y. Villa Seminario*  
Mg. Marilyn Y. Villa Seminario  
Jefa de Oficina Técnica  
CEP. 49813

### **CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA, con Documento Nacional de Identidad N.º 18827654, de profesión ENFERMERA, grado académico LICENCIADA EN ENFERMERÍA, con código de colegiatura 25960, labor que ejerzo actualmente como COORDINADORA DE DAÑOS NO TRANSMISIBLES - CANCER, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: "CUESTIONARIO DE ESTRÉS LABORAL", a efectos de su aplicación a comerciantes adultos del MERCADO MODELO – CASA GRANDE, 2022.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

#### **Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A= Adecuado ( )  
PA= Poco adecuado ( ) No adecuado ( ) No aporta: ( )

Trujillo, a los 03 días del mes de enero del 2022

Apellidos y nombres: CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA DNI: 18827654

  
GERENCIA REGIONAL DE SALUD  
UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU  
LIC. ENF. ROSA MARINA CASTILLO ZEVALLOS

Firma y sello

### **CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, GILES CASTRO KATHERINE TATIANA, con Documento Nacional de Identidad N.º 46712707, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN SALUD PÚBLICA, con código de colegiatura 78430, labor que ejerzo actualmente como COORDINADORA DE GESTION DE TERRITORIO, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: "CUESTIONARIO DE ESTRÉS LABORAL", a efectos de su aplicación a comerciantes adultos del MERCADO MODELO – CASA GRANDE, 2022.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

#### **Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A= Adecuado ( )  
PA= Poco adecuado ( ) No adecuado ( ) No aporta: ( )

Trujillo, a los 03 días del mes de enero del 2022

Apellidos y nombres: GILES CASTRO KATHERINE TATIANA DNI: 46712707



Firma y sello

### **CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA, con Documento Nacional de Identidad N.º 43341526, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN GESTION DE LOS SERVICIOS DE SALUD, con código de colegiatura 49813, labor que ejerzo actualmente como JEFA DE OFICINA TECNICA – CUIDADO INTEGRAL, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: “ESCALA DEL ESTILO DE VIDA”, a efectos de su aplicación a comerciantes adultos del MERCADO MODELO – CASA GRANDE, 2022

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

#### **Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A= Adecuado ( )  
PA= Poco adecuado ( ) No adecuado ( ) No aporta: ( )

Trujillo, a los 03 días del mes de enero del 2022

Apellidos y nombres: VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA DNI: 43341526

  
REGION LA LIBERTAD  
DIRECCION REGIONAL DE SALUD  
Y 412 SALUD VIRU  
*Marilyn Y. Villa Seminario*  
Mg. Marilyn Y. Villa Seminario  
Jefa de Oficina Técnica  
CEP. 49813

Firma y sello

### **CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA, con Documento Nacional de Identidad N.º 18827654, de profesión ENFERMERA, grado académico LICENCIADA EN ENFERMERÍA, con código de colegiatura 25960, labor que ejerzo actualmente como COORDINADORA DE DAÑOS NO TRANSMISIBLES - CANCER, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: “ESCALA DEL ESTILO DE VIDA”, a efectos de su aplicación a comerciantes adultos del MERCADO MODELO – CASA GRANDE, 2022

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

#### **Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A= Adecuado ( )

PA= Poco adecuado ( ) No adecuado ( ) No aporta: ( )

Trujillo, a los 03 días del mes de enero del 2022

Apellidos y nombres: CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA DNI: 18827654



GERENCIA REGIONAL DE SALUD  
UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU  
LIC. ENF. ROSA MARINA CASTILLO ZEVALLOS

Firma y sello

**CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, GILES CASTRO KATHERINE TATIANA, con Documento Nacional de Identidad N.º46712707, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN SALUD PÚBLICA, con código de colegiatura 78430, labor que ejerzo actualmente como COORDINADORA DE GESTION DE TERRITORIO, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: “ESCALA DEL ESTILO DE VIDA”, a efectos de su aplicación a comerciantes adultos del MERCADO MODELO – CASA GRANDE, 2022

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

**Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A= Adecuado ( )  
)PA= Poco adecuado ( ) No adecuado ( ) No aporta: ( )

Trujillo, a los 03 días del mes de enero del 2022

Apellidos y nombres: GILES CASTRO KATHERINE TATIANA DNI: 46712707



Firma y sello



# revisión

## INFORME DE ORIGINALIDAD

16%

INDICE DE SIMILITUD

15%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://repositorio.uct.edu.pe">repositorio.uct.edu.pe</a> Fuente de Internet	7%
2	<a href="https://repositorio.uladech.edu.pe">repositorio.uladech.edu.pe</a> Fuente de Internet	4%
3	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	2%
4	<a href="https://redi.unjbg.edu.pe">redi.unjbg.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
5	<a href="https://repositorio.unsa.edu.pe">repositorio.unsa.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="https://estilonext.com">estilonext.com</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="https://repositorio.ucp.edu.pe">repositorio.ucp.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Autonoma del Peru Trabajo del estudiante	1%
9	<a href="https://repositorio.uta.edu.ec">repositorio.uta.edu.ec</a> Fuente de Internet	

Excluir citas Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía Activo