

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD MENTAL EN
INTERNOS DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD
PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
2019**

**TESIS
PRESENTADA POR BACHILLER
HUALLANCA SARAVIA MIRIAM LISSET**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**LIMA - PERÚ
2022**

Asesora: Dra. Luz Olinda Fernández Henríquez

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por ser mi guía en cada paso dado en mi vida y por concederme la mejor de las familias.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Por fomentar en mi formación la calidad académica y humanística.

A la Escuela Profesional de Enfermería

Por brindarme una sólida formación y ofrecerme las facilidades para la realización de la investigación.

A mi asesora

Por su dedicación y ánimo en el desarrollo de la investigación.

DEDICATORIA

A mis padres y hermanos quienes siempre han estado presentes brindándome su apoyo y sus consejos para ser de mí una mejor persona y haber podido llegar a estas instancias de mi vida profesional.

A mi hija Cialé quien ha sido mi mayor fuente de motivación para nunca rendirme y llegar hacer un ejemplo para ella.

RESUMEN

Introducción: La salud mental requiere de ciertos factores o condiciones que favorezcan el manejo de las emociones para el control del estrés, estos incluyen habilidades cognitivas y emocionales. **Objetivo:** Determinar los factores protectores de la salud mental en Internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista, junio 2019. **Metodología:** El estudio de investigación fue de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y transversal, la población fue de 85 internos de Enfermería de IX y X ciclo, la muestra fue seleccionada por muestreo no probabilístico (n=80), aplico la técnica de la encuesta y como instrumento el cuestionario para la valoración de factores protectores de salud mental. **Resultados:** Los internos de Enfermería poseen factores protectores de salud mental medios 60% (48), bajo 25% (20) y 15% (12). Los internos de Enfermería respecto a las dimensiones de los factores protectores de salud mental fueron de nivel medio en personal 70% (56), emocional 48% (38) y social 60% (48) y bajo en lo cognitivo 60% (48). **Conclusiones:** Los internos de Enfermería tienen factores protectores de salud mental de nivel medio.

Palabras clave: Salud Mental – Factor protector.

ABSTRACT

Introduction: Mental health requires certain factors or conditions that favor the management of emotions to control stress, these include cognitive and emotional skills. **Objective:** To determine the protective factors of mental health in Nursing Interns of the San Juan Bautista Private University, June 2019. **Methodology:** The research study had a quantitative, descriptive and cross-sectional approach, the population was 85 nursing interns of the IX and X cycle, the sample was selected by non-probabilistic sampling (n = 80), I apply the technique of the survey and as an instrument the questionnaire for the assessment of protective factors of mental health. **Results:** Nursing interns have average mental health protective factors 60% (48), low 25% (20) and 15% (12). The nursing interns regarding the dimensions of the mental health protective factors were of medium level in personal 70% (56), emotional 48% (38) and social 60% (48) and low in cognitive 60% (48). **Conclusions:** Nursing interns have medium level mental health protective factors.

Keywords: Mental Health - Protective factor.

PRESENTACIÓN

En el contexto de la educación superior es necesario identificar aquellos aspectos que pueden favorecer el desarrollo académico de los estudiantes. La salud mental es un aspecto importante a considerar porque puede ser el desencadenante de la desmotivación e inclusive de conductas inapropiadas que impidan su interacción

El “objetivo de la investigación fue determinar los factores protectores de la salud mental en Internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista, junio 2019, con el propósito de que se puedan generar alternativas de promoción de la salud mental en estudiantes universitarios.

“El trabajo de investigación está distribuido en Capítulo I: El Problema, Capítulo II: Marco Teórico, Capítulo III: Metodología de la Investigación, Capítulo IV: Análisis de los Resultados, Capítulo V: Conclusiones y Recomendaciones, Referencias Bibliográficas, Bibliografía y Anexos.”

ÍNDICE

	Pág.
CARÀTULA	i
ASESORA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
PRESENTACIÓN	vii
ÍNDICE	viii
LISTA DE TABLAS	x
LISTA DE GRÁFICOS	xi
LISTA DE ANEXOS	xii
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	
I.a. Planteamiento del problema	13
I.b. Formulación del problema	14
I.c. Objetivos	14
I.d.1. Objetivo General	14
I.d.2. Objetivo Específico	14
I.d. Justificación	15
I.e. Propósito	16
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
II.a. Antecedentes bibliográficos	16
II.b. Base Teórica	18
II.c. Hipótesis	23

II.d. Variables	23
II.e. Definición Operacional de Términos	23

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

III.a. Tipo de estudio	24
III.b. Área de estudio	24
III.c. Población y muestra	24
III.d. Técnica e instrumento de recolección de datos	25
III.e. Diseño de recolección de datos	25
III.f. Procesamiento y análisis de datos	26

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

IV.a. Resultados	27
IV.b. Discusión	30

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

V.a. Conclusiones	33
V.b. Recomendaciones	34

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35
-----------------------------------	----

BIBLIOGRAFÍA	41
---------------------	----

ANEXOS	42
---------------	----

LISTA DE TABLAS

		Pág.
Tabla 1	“Datos generales de los Internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos mayo - 2019.”	27

LISTA DE GRÁFICOS

	Pág.
Gráfico 1 “Factores Protectores de la Salud Mental en Internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos mayo – 2019.”	28
Gráfico 2 “Factores protectores de la Salud Mental en Internos de Enfermería según dimensiones de la Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos mayo 2019.”	29

LISTA DE ANEXOS

		Pág.
Anexo 1	Operacionalización de variables	43
Anexo 2	Instrumento	44
Anexo 3	Validez de Instrumento	49
Anexo 4	Confiabilidad de Instrumento	50
Anexo 5	Escala de Valoración de Instrumento	51
Anexo 6	Consentimiento de informado	52

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

I.a. Planteamiento del problema

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2012 durante la Asamblea Mundial estableció como relevante la necesidad de acciones integrales para la identificación temprana y oportuna de las alteraciones de salud mental, así como la valoración de poblaciones vulnerables y de riesgo.¹

El equilibrio entre los factores de riesgo y protectores, de cada persona dan como resultado la capacidad de poder responder de manera adecuada a los cambios vitales y contextuales que pueden aparecer como consecuencia de un evento traumático.²

La etapa universitaria, constituye una experiencia donde confluyen diferentes tipos de factores de riesgo y el uso de factores de protección donde un grupo diverso de variables personales actúan para el logro del éxito o fracaso en el afrontamiento de situaciones difíciles.³

El Centro de Salud Mental del Reino Unido, informó a inicios del 2019 que los estudiantes universitarios atraviesan cada vez mayor cantidad de problemas de salud mental que afectan su rendimiento académico y su vida personal, por lo tanto, es importante el análisis del impacto de los factores protectores en la transición durante la educación universitaria.⁴

Durante el 2015 la Asociación de Salud Universitaria (ACHA) en una muestra de 93,034 encontraron datos respecto al diagnóstico de ansiedad en 15.8% de los participantes, asimismo el 13.1% padecían de depresión y 7.4% reportaron ataques de pánico.⁵

La Universidad de Chile, reportó datos que las federaciones estudiantiles de este país han requerido atención psicológica y psiquiátrica en las unidades de

bienestar estudiantil, a pesar de esto indican que difícilmente las universidades lograrían disminuir las tasas de prevalencia de problemas de salud mental.⁶

En un estudio realizado en Lima y Huánuco durante el 2017, hallaron que los niveles de estrés, el afrontamiento evitativo, el área interpersonal del estudiante universitario y su contexto educativo predecían el estado de bienestar de la salud mental.⁷

Durante los estudios universitarios se pudo evidenciar que los estudiantes de Enfermería manifestaban: “me siento angustiada y no sé cómo mejorar”, “hay días que puedo pasar todas las dificultades y otras no puedo”, “mi familia es la que me da soporte para superar las dificultades” entre diferentes comentarios.

Teniendo en cuenta esta realidad se formuló la siguiente pregunta:

I.b. Formulación del problema

¿Cómo son los factores protectores de la salud mental en Internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista, junio 2019?

I.c. Objetivos

I.d.1. Objetivo General

Determinar los factores protectores de la salud mental en Internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista, junio 2019.

I.d.2. Objetivo Específico

Identificar los factores protectores de la salud mental en internos de Enfermería según dimensiones:

- Personal
- Cognitivo
- Emocional
- Social.

I.d. Justificación

Justificación Teórica

El estudio de investigación pretende aportar con sus resultados a la actualización de información sobre los aspectos relacionados a los factores protectores de la salud mental en universitarios, sustentados en aspectos teóricos de Enfermería en Salud Mental, relacionada a la búsqueda del bienestar del estudiante de manera integral.

Justificación Práctica

Las opciones que pueden generarse a partir de la información encontrada servirían de base para la formulación de actividades preventivas y de promoción de la salud para evitar los riesgos respecto a la salud mental y favorecer el desempeño de los estudiantes en su aprendizaje.

Justificación Metodológica

El instrumento a utilizarse en la investigación tiene características de validez que permitiría replicarse en otras poblaciones similares, permitiendo obtener datos respecto a la variable con rigor científico.

I.e. Propósito

Los resultados de la investigación serán entregados a las autoridades de la Escuela Profesional de Enfermería, para establecer las estrategias de mejora para poder promover y fortalecer los factores protectores de la salud mental, y puedan mejorar su desempeño académico. Es importante considerar que estos aspectos deben considerarse dentro del trabajo de promoción de la salud global.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

II.a. Antecedentes bibliográficos

Antecedentes internacionales

Caballero-Domínguez et al⁸ realizaron en el año 2020 un trabajo de investigación titulado **ALGUNAS VARIABLES DE SALUD MENTAL ASOCIADAS CON LA PROPENSIÓN AL ABANDONO DE ESTUDIOS UNIVERSITARIOS** y tuvo como objetivo de establecer la asociación de algunas variables de salud mental sobre la propensión al abandono de los estudios universitarios. El diseño de investigación fue correlacional, en una muestra conformada por 252 estudiantes del programa de Enfermería, Medicina y Psicología. La técnica fue la encuesta y el instrumento fue el Maslach Burnout Inventory Student Survey. Obtuvieron como resultados que los estudiantes con propensión al abandono presentan 60.9% alta ansiedad rasgo, 5.7% alta depresión, 58.6% alto agotamiento y 24,1% alta ineficacia.

Delgado y Garay⁹, realizaron en el año 2020 un trabajo de investigación de diseño descriptivo, titulado **FACTORES Y DE RIESGO DE SALUD FÍSICA Y MENTAL EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS** con el objetivo de describir los factores protectores y de riesgo en la salud física y mental en cada uno de los sistemas del modelo ecológico en estudiantes de Psicología. La muestra estuvo compuesta por 380 estudiantes del programa de Psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia. La técnica fue la entrevista y el instrumento una Guía de Entrevista. Obtuvieron como resultados que entre los factores protectores de la salud mental están las relaciones estables, de acuerdo con lo mencionado por los participantes. Mencionan que la autoeficacia está asociada con un mejor desempeño académico, además que la percepción sobre el significado de la vida construye un mejor proceso de resiliencia que lleva al estudiante a un cambio frente a los retos.

Videla, et al¹⁰ en el año 2019 realizaron un trabajo de investigación titulado **FACTORES PROTECTORES DE SALUD MENTAL POSITIVA EN ALUMNOS UNIVERSITARIOS**, fue de diseño descriptivo, con el objetivo de identificar los factores protectores de salud mental positiva presentes en estudiantes universitarios. La muestra estuvo compuesta por 138 estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Santo Tomás. La técnica fue la encuesta y el instrumento la Escala de Salud Mental. Obtuvieron como resultado valores significativos de Salud Mental Positiva en los participantes, demostraron fuertes habilidades en criterios como crecimiento y autoactualización, percepción de la realidad y autonomía. Además, encontraron un 85% de respuesta positivas frente a las situaciones planteadas., siendo el menor puntaje obtenido respecto al criterio de integración con 72,5% de respuesta positivas.

Ferrand et al¹¹ realizaron en el 2017 un trabajo de investigación titulado **RELATIONSHIPS BETWEEN WORK-RELATED CHARACTERISTICS, NEEDS SATISFACTION, MOTIVATION AND MENTAL HEALTH IN MIDWIFERY STUDENTS**, de diseño correlacional, con el objetivo de examinar la asociación entre las características relacionadas con el trabajo en las pasantías, la satisfacción de las necesidades psicológicas, la motivación y la salud mental. La población estuvo compuesta por 214 estudiantes de parte de las escuelas francesas. La técnica fue la encuesta y los instrumentos fueron cuestionarios para evaluar la satisfacción de la necesidad de autonomía y competencia. Obtuvieron como resultados que los recursos laborales (control del trabajo y apoyo social) son factores protectores de la satisfacción de las necesidades psicológicas, y el rol de la competencia necesita satisfacción a través de la motivación en las relaciones entre los recursos naturales y la salud mental.

Antecedentes nacionales

Murillo¹², realizó en el año 2018 un trabajo de investigación titulado **SALUD MENTAL POSITIVA EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**, de diseño descriptivo, con el objetivo de determinar el nivel de salud Mental Positiva de los estudiantes de Enfermería. La muestra estuvo conformada por 222 estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. La técnica fue la encuesta y el instrumento fue la Escala de Salud Mental. Los resultados obtenidos fueron que el 50.9% de los estudiantes alcanzaron un nivel alto de Salud Mental Positiva, mientras el 47.7% nivel medio y el 1.4% nivel bajo. Con respecto a los factores componentes de la Salud Mental Positiva, la satisfacción personal y actitud prosocial tiene un nivel alto con el 64.4% y 55.4% respectivamente, el autocontrol un 59.5%, autonomía 52.3%, resolución de problemas y autoactualización 48.2%, y habilidades de relación interpersonal un 65.3% del nivel medio

II.b. Base Teórica

II.b.1. Salud Mental y Factores Protectores

Según la Organización Mundial de la Salud¹, la salud es considerada como una situación de bienestar total en el aspecto físico, mental y social, no solo es definida como la ausencia de enfermedades o afecciones, por lo tanto, manifiesta que la salud mental no solo es la ausencia de trastornos mentales¹³.

La salud mental “es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida”¹³. Teniendo una buena salud mental se puede realizar diversas acciones productivamente, ya sea en nuestro ambiente personal o con la sociedad; para esto se deben establecer políticas de salud mental dirigidas a la población y así evitar riesgos.

Las políticas de salud mental no solo deben abordar las alteraciones mentales, sino también en la promoción, prevención, diagnóstico y tratamiento de dichas patologías. Es necesario que se trabaje en conjunto con el sector educación, trabajo, justicia, transporte e instituciones gubernamentales y no gubernamentales¹³.

II.b.2. Dimensiones de los Factores Protectores de Salud Mental

Factores personales

a. Autoestima

La autoestima es definida como la evaluación que se hace uno mismo, ya sea en lo que sentimos, pensamos, lo que vivimos, comportamientos y emociones que se tienen a lo largo de la vida. Este proceso se desarrolla en las diferentes etapas de la vida e inicia cuando la persona comienza a interactuar con otros, lo cual hace posible la variación del “Yo”, debido a la aceptación que se brindan entre una persona a otra¹⁴.

b. Autoeficacia

Es considerada como la creencia en nuestras propias capacidades que desempeñamos en diversas situaciones y es considerada como una definición fundamental en el ámbito de la educación, debido a que es un factor que ayuda a predecir el progreso de las habilidades y conocimientos de la persona¹⁵.

La autoeficacia afecta como las personas sienten, piensan y actúan, cuando se habla de los sentimientos, ocurre que existe una baja perspectiva de autoeficacia y está relacionada ciertas enfermedades de salud mental, como la depresión, ansiedad y desamparo¹⁶.

Los niveles de autoeficacia elevan o disminuyen la motivación, es decir, que las personas que poseen un alto nivel de eficacia realizan labores más difíciles,

se ponen una meta y objetivos para superar a diferencia de las personas que tiene una autoeficacia baja¹⁶.

c. Habilidades sociales

Este tipo de habilidades nos ayudan a comportarnos de manera apropiada con los demás, son las diversas maneras de comunicarse, ya sea de forma verbal y no verbal con las personas. Las habilidades sociales son actitudes que resultan efectivas al momento de interactuar socialmente con otras personas y el ambiente que nos rodea¹⁷.

Factores cognitivos

a. Toma de decisiones

Este proceso es importante para emplear cualquier actividad humana, para esto es necesario analizar y razonar constantemente para tomar la decisión correcta, una mala decisión puede traer consecuencias que pueden afectar la vida de la persona¹⁸.

Factores emocionales

a. Optimismo

Es un valor que nos va a ayudar a afrontar los obstáculos de forma positiva y perseverante, verá el lado bueno que posee cada persona y las situaciones que enfrenta, fiándose de sus habilidades junto con el apoyo que se pueda recibir de las otras personas. El optimismo es la actitud constante de volver a comenzar y analizar las diversas circunstancias que ocurren en la vida, y poder comprender mejor los errores y contratiempos para superar los objetivos y metas propuestas¹⁹.

b. Resiliencia

Es la capacidad de la persona de afrontar flexiblemente las diversas situaciones límite que pueda pasar en su vida y poder sobreponerse a estas. Es necesario entender la resiliencia como “el proceso que se construye desde lo social, lo relacional y los ecosistemas humanos” aunque este proceso intervenga en actitudes propias de la persona o familia²⁰.

La resiliencia ayuda a protegernos de diversos trastornos de salud mental, tal como la ansiedad y la depresión, también influye como factor compensatorio en el riesgo de padecer alguna enfermedad de este tipo, como acoso o trauma previo. Si es que ya se presenta alguna afección de salud mental, la resiliencia ayuda en la mejora de la capacidad de afrontamiento en sucesos complejos²¹.

Factores sociales

a. Satisfacción personal con el contexto universitario

Es la satisfacción con la vida y se refiere a la autovaloración de la calidad de vida, la cual está determinada por evaluaciones subjetivas y objetivas, por lo que lo económico trasciende y es considerada la percepción, opinión, satisfacción y expectativas de la persona²².

La satisfacción está asociada a diversos aspectos, ya sea de carácter social como cultural, destacando el nivel socioeconómico y cultural de las personas entre las más relevantes, así como aspectos personales, entre las que se puede citar como la más importantes la edad, asimismo también el género, aptitudes y rasgos personales, los cuales podrían condicionar la valoración de la vida como más o menos satisfactoria²³.

II.b.3. Estudiante Universitario

El estudiante universitario es el responsable de su crecimiento como persona y esto lo logra con una actitud de emprendimiento, su interés por la investigación y aumentando sus deseos de superarse. En esta etapa se desarrolla una perspectiva más amplia de las diversas situaciones que puedan ocurrir en el mundo, para así reconocer la realidad²⁴.

El inicio de la vida universitaria implica varios sucesos, uno de ellos es establecer una relación con el docente y nuevo círculo social, en esta etapa se necesita tener un mayor compromiso personal para el aprendizaje. El deber central de un universitario es el de cumplir con los requisitos académicos, esta acción conlleva a que el estudiante no coma, duerma o descansa adecuadamente, ante todos estos hechos la persona pasa por un ambiente de estrés, lo cual produce el deterioro de su salud²⁵.

II.b.4. Enfermería

Es una disciplina que centra en el cuidado autónomo o en conjunto en las diferentes etapas de vida de la persona, familia o comunidad, ya sea que padezca una enfermedad o se encuentre sano. El cuidado brindado se realiza en los aspectos de promoción de la salud, prevención de la enfermedad y atención a enfermos o personas que están en estado de salud terminal²⁶.

En Enfermería son necesarios los conocimientos con base científica, los cuales se reflejarán en sus responsabilidades de dirección, planificación, organización, control y ejecución de los servicios en el área de salud, tanto en el nivel hospitalario como el comunitario.

En el área hospitalaria, la enfermera se enfocará en la atención de alta, medio o baja complejidad, en la pre y post consulta. Es en esta área en donde se encuentran las especialidades de Enfermería y ampliarán sus competencias para realizar un cuidado individualizado. Por otro lado, el área comunitaria, el actuar de la enfermera está centrado en la promoción, prevención, atención

directa, recuperación y rehabilitación de la salud de la persona, familia y comunidad; y todos los conocimientos se aplican de manera independiente como estrategias para cumplir sus objetivos²⁶.

La enfermera del área de salud mental posee cualidades de autonomía la cual está definida por fundamentos teóricos propios de la profesión, los cuales proporcionan conocimientos y habilidades que van a permitir aportar las competencias necesarias para la formación en consejería. Estas destrezas hacen que la enfermera desarrolle una actitud de entendimiento ante las diversas adicciones y necesidades que pueda presentar la persona²⁷.

Teoría de Callista Roy

Está basada en la adaptación del individuo para alcanzar una salud óptima y la máxima adaptabilidad para hacer frente a los cambios que suceden en el ambiente, esto quiere decir, que la persona que se adapta a los diversos sucesos de la vida es saludable.²⁸

Roy define adaptación como un proceso y resultado por el cual los pensamientos y sentimientos de las personas, ya sea individual o grupalmente, usan sus conocimientos y la elección consciente para crear la integración entre las personas y el medio ambiente, enfatiza que el individuo como sistema adaptativo es capaz de adaptarse y crear cambios en el entorno.²⁹

El modelo de Roy enfatiza en el concepto de adaptabilidad del individuo, quien constantemente busca un estímulo en su ambiente. En un paso final, lleva a cabo la reacción y después tiene lugar la adaptación. Esta reacción puede ser efectiva o no. El objetivo de Enfermería es promover la adaptación de la persona para así conservar su integridad y dignidad, contribuir a la promoción, mantenimiento y mejora de la salud, calidad de vida y muerte digna.³⁰

En este modelo, los principales procesos para enfrentar a los cambios son los subsistemas de regulación, en caso sea aplicado al individuo y subsistemas de estabilización e innovación cuando se trata de grupos. Los reguladores y

estabilizadores cognitivos sirven para el mantenimiento del proceso de vida de la persona o grupos.²⁹

El comportamiento como salida del sistema humano tiene una manera de respuesta adaptativa y reacciones ineficientes. Estas respuestas van a actuar como regeneradores o entrada adicional al sistema, lo que permite a las personas decidir aumentar o disminuir los intentos de enfrentar los estímulos.²⁹

II.c. Hipótesis

El estudio de investigación por ser descriptivo, no requiere la formulación de hipótesis, pues describirá la realidad estudiada de acuerdo a su contexto.

II.d. Variables

- Factores Protectores de la Salud Mental

II.e. Definición Operacional de Términos

Factor protector: Corresponde al recurso personal, cognitivo y social con los que el interno de Enfermería puede favorecer su desarrollo y equilibrio mental, aumentando su capacidad de sobreponerse a las situaciones difíciles.

Interno de Enfermería: Estudiante de los últimos semestres de la carrera profesional de Enfermería y que realiza prácticas pre profesionales para fortalecer sus competencias.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

III.a. Tipo de estudio

El estudio de investigación empleó el enfoque cuantitativo porque establecerá la medición de las variables utilizando análisis estadístico descriptivo para mostrar datos numéricos³¹.

El método de investigación será el descriptivo porque no se realizó ninguna manipulación en el entorno, además de corte transversal porque los datos se recolectarán en un solo momento determinado por la investigadora³².

III.b. Área de estudio

El proyecto de investigación se desarrolló en la Escuela Profesional de Enfermería, que pertenece a la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Privada San Juan Bautista, ubicada en la Av. Antonio Lavalle N° 302 – 304 (Ex – Hacienda Villa) en el distrito de Chorrillos.

III.c. Población y muestra

La población de estudio estuvo conformada por 85 internos de la carrera profesional de Enfermería de IX (48) y X ciclo (37), para la selección de la muestra se utilizará el muestreo no probabilístico por conveniencia, utilizando los siguientes criterios:

Criterios de inclusión:

- Internos de Enfermería de ambos sexos de IX y X ciclo de estudios.
- Internos de Enfermería que firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Internos de Enfermería que no firmen el consentimiento informado.

III.d. Técnica e instrumento de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento un cuestionario para la evaluación de los factores protectores de la salud mental en universitarios. Este instrumento cuenta con 38 ítems divididos en las siguientes dimensiones:

- Personal: 11 ítems
- Cognitivos: 4 ítems
- Emocional: 15 ítems
- Social: 7 ítems

Este cuestionario utilizó una escala de respuesta de Likert de la siguiente manera:

- Nunca o totalmente en desacuerdo
- Más bien en desacuerdo
- Ni acuerdo ni en desacuerdo
- Más bien de acuerdo
- Siempre o totalmente de acuerdo

El instrumento fue sometido a juicio de expertos para hallar prueba binomial ($p < 0,05$) y para la confiabilidad se realizó el Alfa de Cronbach (> 0.5) a través de la prueba piloto.

III.e. Diseño de recolección de datos

Para la recolección de datos se realizaron las gestiones con la Escuela Profesional de Enfermería para poder realizar la aplicación de la encuesta a los internos de Enfermería en un horario establecido conjuntamente con la

Coordinación Académica. La aplicación de la encuesta tuvo una duración de 15 a 20 minutos.

La investigación respetó los principios de la bioética del Informe Belmont, considerando para el principio de autonomía informar a los participantes acerca del propósito, beneficios y riesgos del estudio mediante el consentimiento informado para que cada participante seleccionado pueda dar su conformidad voluntaria.

Todos los participantes fueron tratados con respeto frente a sus derechos y sin ejercer ningún tipo de discriminación, asimismo la investigación buscó tener información que propicie estrategias de intervención para favorecer la salud mental. La investigación no representa ningún daño para los internos de Enfermería, la información fue confidencial y solo tuvieron acceso a ella, la investigadora con fines del estudio, para lo cual se utilizó un código de identificación (ID).

III.f. Procesamiento y análisis de datos

Para el procesamiento de los datos se procedió a la codificación de las respuestas del instrumento, luego se realizó la elaboración de la base de datos con ayuda de la hoja de cálculo de Excel 2016, luego la matriz fue exportada al paquete estadístico SPSS 21.0 para la elaboración de las tablas y gráficos.

El análisis que empleó la investigación fue descriptivo a través de tablas y gráficos para mostrar las frecuencias y porcentajes de medición de las variables, de acuerdo a los objetivos planteados.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

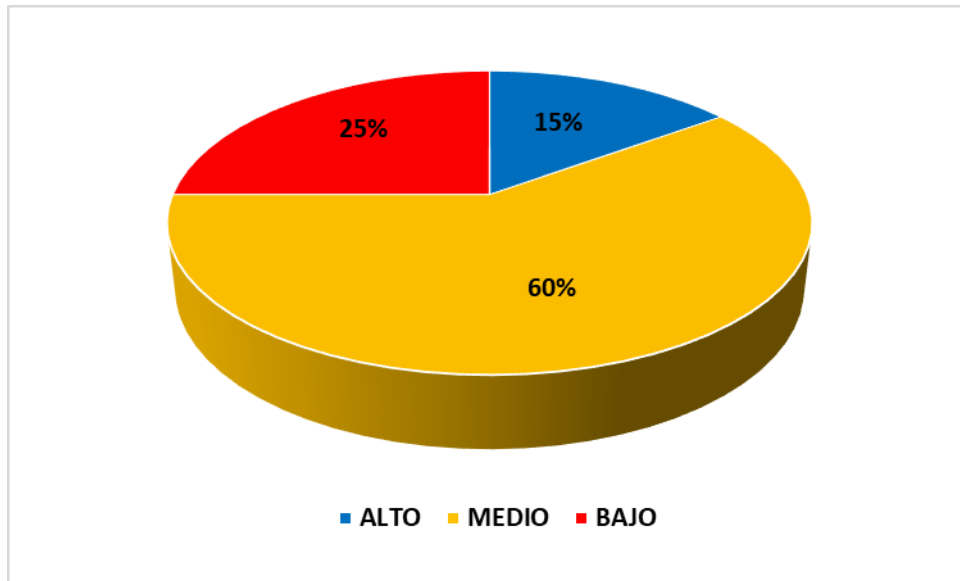
IV.a. Resultados

Tabla 1
“Datos generales de los Internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos mayo - 2019.”

DATOS	CATEGORIA	n=80	100%
Edad	22 a 25 años	30	38
	26 a 29 años	20	24
	30 a 34 años	18	23
	35 a 39 años	10	12
	40 años a más	2	3
Sexo	Femenino	73	91
	Masculino	7	9

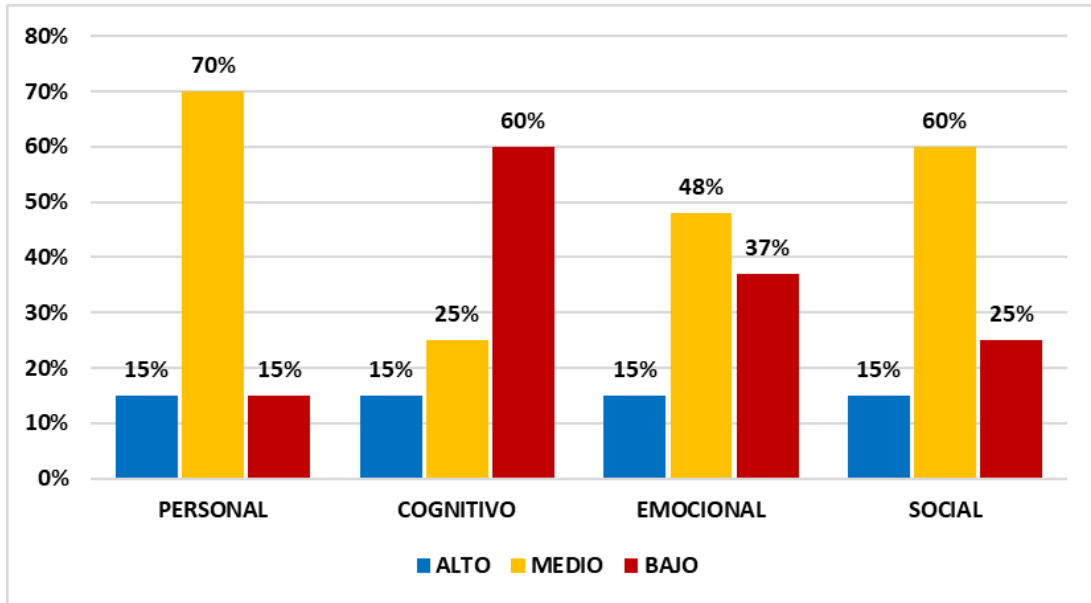
Los internos de Enfermería tienen en su mayoría edades de 22 a 25 años 38% (30) y son de sexo femenino 91% (73).

Gráfico 1
Factores Protectores de la Salud Mental en Internos de Enfermería de la
Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos
mayo – 2019.



Los internos de Enfermería poseen factores protectores de salud mental medios 60% (48), bajo 25% (20) y 15% (12).

Gráfico 2
Factores protectores de la Salud Mental en Internos de Enfermería
según dimensiones de la Universidad Privada
San Juan Bautista Chorrillos
mayo 2019.



Los internos de Enfermería tienen factores protectores de salud mental medios en la dimensión personal 70% (56), emocional 48% (38) y social 60% (48) y bajo en lo cognitivo 60% (48).

IV.b. Discusión

La salud mental requiere un abordaje integral, desde una perspectiva diferente, desde la generación políticas y estrategias que permitan establecer los factores de riesgo y protección para determinar las actividades que eviten los daños.

Los internos de Enfermería tienen en su mayoría edades de 22 a 25 años 38% y son de sexo femenino 91%. El estudiante universitario requiere un desarrollo holístico y para lo cual debe tener herramientas que le ayuden al logro de sus metas profesionales, para lo cual debe ampliar su perspectiva en el afrontamiento de los problemas, a través de habilidades diversas. La profesión de Enfermería es estudiada en su mayoría por mujeres, es importante resaltar que las tasas de problemas de salud mental como la depresión y ansiedad son mayores en este género², es importante determinar qué factores protectores poseen para afrontar situaciones complejas.

La actividad académica durante la formación implica diferentes tipos de exigencias para el logro de competencias óptimas que le permitan al interno de Enfermería asumir las situaciones reales en los diferentes campos de acción clínica y comunitaria.

Los internos de Enfermería poseen factores protectores de salud mental medios 60%, bajo 25% y 15% alto. Estos resultados difieren con Murillo¹² que encontró entre los estudiantes de Enfermería un 50.9% de nivel alto de salud mental, 47.7% nivel medio y 1.4% bajo. En la actualidad la salud mental es un aspecto considerado importante dentro del logro del bienestar, además por los efectos negativos que tiene sobre la vida de la persona. Por lo tanto, se requiere tener datos actualizados sobre aquellos aspectos de deben

fortalecerse para que los internos de Enfermería puedan hacer un adecuado afrontamiento de las situaciones estresantes propias del final de la carrera.

Es importante destacar que en la última década se ha dado más énfasis al trabajo sanitario para el logro de la salud mental, es decir para la promoción, prevención y diagnósticos oportuno de problemas asociados a la salud mental, sin embargo, aún quedan vacíos pendientes para un abordaje más integral.

Los internos de Enfermería tienen factores protectores de salud mental medios en la dimensión personal 70%, emocional 48% y social 60% y bajo en lo cognitivo 60%. Estos resultados difieren de los hallazgos de Videla et al¹⁰, que encontró valores significativos respecto a la salud mental positiva en aspectos de autoactualización, autonomía (dimensión personal). Asimismo, difiere de Ferrand et al¹¹ quienes encontraron que el apoyo social es un factor protector de satisfacción respecto a las variables psicológicas y estaban relacionadas además al desarrollo de competencias.

Por otro lado, coincide con Murillo¹², respecto al autocontrol con un 59.5%, autonomía 52.3%, resolución de problemas y autoactualización 48.2%, y habilidades de relación interpersonal un 65.3% del nivel medio. Existen diferentes factores que pueden actuar de manera positiva o negativa sobre la salud mental de las personas, pero existen grupos vulnerables como los niños, adolescentes y jóvenes. Por tanto, se requiere establecer los mecanismos de detección oportuna de problemas que pueden prevenirse en los diferentes contextos sanitarios.

En el aspecto personal se encuentra la autoestima, autoeficacia y habilidades sociales, que favorecen la interacción con los demás y el desempeño en diversas situaciones que pueden provocar ansiedad o depresión. Es relevante indicar que la autoeficacia es capaz de elevar la motivación para el desarrollo

de las actividades diarias. Asimismo, las habilidades sociales facilitan la interacción y ofrecen soporte para el afrontamiento de problemas.

Las dimensiones emocional y social conducen a la persona a poder sobrellevar las dificultades y encontrar mecanismos de superación para lograr las metas propuestas. Para la persona es importante tener resiliencia para protegerse de los eventos adversos e incrementar la capacidad de respuesta.

En el aspecto cognitivo es relevante destacar que está asociado a la toma de decisiones, por lo tanto, podría tener impacto determinante sobre el actuar de los internos de Enfermería, considerando que las decisiones incorrectas podrían conducir a diversos errores y riesgos.

El profesional de Enfermería tiene como rol promover la salud de las personas en sus diferentes dimensiones, es importante que se tenga la información pertinente acerca de los aspectos relacionados a la salud mental considerada un área con diversos problemas sin resolver. Asimismo, los estudiantes de Enfermería del último año requieren de diversas herramientas psicológicas que les permitan un desarrollo profesional óptimo, demostrando equilibrio personal, cognitivo, emocional y social en sus intervenciones de cuidado.

El soporte para alcanzar una salud mental en equilibrio es fundamental para fortalecer el quehacer del futuro profesional de Enfermería, saber empoderarse de sus funciones con una actitud positiva y con una perspectiva resiliente que permita afrontar las situaciones difíciles durante su desempeño en el cuidado de las personas.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

V.a. Conclusiones

- Los factores protectores de la salud mental en internos de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista son de nivel medio.
- Los factores protectores de la salud mental en internos de Enfermería son de nivel medio en la dimensión personal, emocional, social y de nivel bajo en aspectos cognitivos.

V.b. Recomendaciones

- A las autoridades de la Escuela Profesional de Enfermería para establecer intervenciones que favorezcan el desarrollo y fortalecimiento de factores protectores de la salud mental, para promover el crecimiento personal y profesional.
- Implementación de grupos de apoyo entre los estudiantes, así como talleres vivenciales para fomentar el desarrollo de factores protectores personales, emocionales y sociales que favorezcan los aspectos académicos.
- Propiciar talleres de toma de decisiones durante el desarrollo de su formación académica, para fortalecer los aspectos cognitivos y de liderazgo en los estudiantes de Enfermería.
- Realizar estudios de investigación de corte longitudinal, que permitan realizar el seguimiento de los estudiantes que tengan niveles bajos de factores protectores de salud mental.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Casañas R, Lalucat L. Promoción de la salud y bienestar emocional en los adolescentes: panorama actual, recursos y propuestas. Rev Estudios de Juventud [en línea] 2018 [consultado 12 octubre 2019] 18 (121): 117 – 132. Disponible en: <http://www.injuve.es>
2. Caldera J, Aceves B, Reynoso O. Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. Psicogente [en línea] 2016 [consultado 12 octubre 2021] 19(36): 227-239. Disponible en: <http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>.
3. Eisenberg D, Hunt J, Speer N, Zain K. Mental Health service utilization among College students in the United States. J Nerv Ment Dis. [en línea] 2011; [consultado 15 octubre 2021] 199(5): 301-308. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21543948/>.
4. Consejo General de la Psicología en España [home page] Aumentan los problemas de salud mental entre los estudiantes universitarios, según un informe [actualizada 1 noviembre 2021; consultado 01 diciembre 2021] Disponible: http://www.infocop.es/view_article.asp?id=7932.
5. Asociación Americana de Salud Universitaria. [home page] American College Health Association-National College Health Assessment II: Resumen ejecutivo del grupo de referencia Primavera de 2015, Hanover, MD: Asociación Estadounidense de Salud Universitaria. [actualizada 20 nov 2020; consultado 10 diciembre 2020] Disponible en: https://www.acha.org/NCHA/NCHA_Home.
6. Universidad de Chile [home page] Salud mental de estudiantes universitarios: ¿qué pueden hacer las universidades? [actualizada 23 abril

2019; consultado 15 octubre 2020] Disponible en: <https://www.uchile.cl/noticias/153079/salud-mental-de-estudiantes-universitarios->.

7. Chau C, Vilela P. Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Revista de Psicología (PUCP)*, [en línea] 2016 [consultado 15 octubre 2020] 35(2):387-422. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.18800/psico.201702.001>
8. Caballero-Domínguez C, Gallo-Barrera Y, Suarez-Colorado Y. Algunas variables de salud mental asociadas con la propensión al abandono de los estudios universitarios. *Psychol. Av. Discip.* [Internet]. 2018 [acceso 11 de octubre del 2021]; 12(2): 37-46. Disponible en: <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/3466/3236>.
9. Delgado M, Garay M. Factores y de riesgo de salud física y mental en los estudiantes universitarios. [Tesis de Licenciatura]. Colombia: Universidad Cooperativa de Colombia; 2020.
10. Videla J, Jaramillo Y, Contreras M, Donoso N, Tapia G. Factores protectores de salud mental positiva en alumnos universitarios. *Ágora de Enfermería* [Internet]. 2019 [acceso 11 de octubre del 2021]; 23(4): 164-169. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7197747>.
11. Ferrand C, Courtois R, Martinent G, Rivière M, Rusch E. Relationships between work-related characteristics, needs satisfaction, motivation and mental health in midwifery students. *Psychol Health Med.* [Internet]. 2017 [acceso 11 de octubre del 2021]. 22(6): 711 -718. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27687149/>

12. Murillo S. Salud Mental Positiva en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. [Tesis de Licenciatura]. Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2018.
13. Organización Mundial de la Salud. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta [Internet]. Who.int.; 2018 [actualizado 30 de marzo del 2018; acceso 9 de noviembre del 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
14. Arango M, Panesso K. La autoestima, proceso humano. Psyconex [Internet]. 2017 [acceso 9 de noviembre del 2021]; 9(4): 1-9. Disponible en: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/download/328507/20785325/>
15. Ruiz F. Influencia de la autoeficacia en el ámbito académico. Revista Digital de Investigación en docencia universitaria [Internet]. 2005 [acceso 9 de noviembre del 2021] 1(1): 1-16. Disponible en: <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/33>.
16. Olivari C, Urra E. Autoeficacia y conductas de salud. Cienc. Enferm. [Internet]. 2007 [acceso 9 de noviembre del 2021]; 13(1): 9-15. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532007000100002
17. Persum [homepage] Asturias: Psicologoviedo.com. 2018 [actualizada 31 de octubre del 2019; acceso 9 de noviembre del 2021]. Disponible en: <https://psicologosviedo.com/especialidades/ansiedad/habilidades-sociales/>.

18. Cabeza L, Muñoz A. Análisis del proceso de toma de decisiones. Cuadernos Latinoamericanos de Administración [Internet]. 2010 [acceso 9 de noviembre del 2021]; 6(10): 9-40. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4096/409634363002.pdf>
19. Universidad México Americana del Norte. El optimismo. Psicopedagogía y desarrollo [Internet] 2007 [acceso el 9 de noviembre del 2021]; 4(2):1-2. Disponible en: <http://www.uman.edu.mx/boletin/orienta%20febrero%202007.pdf>
20. Madariaga J. Nuevas miradas sobre la resiliencia. [Internet]. México: GEDISA; 2014 [acceso 10 noviembre del 2021]. Disponible en: https://books.google.com.pe/books?id=UCsIBQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=resiliencia&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=resiliencia&f=false
21. Mayo Clinic [homepage]. Mayo Clinic.org. 2020 [actualizado 27 de octubre del 2020; acceso 10 de noviembre del 2021]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/resilience-training/in-depth/resilience/art-20046311>
22. Cardono D, Agudelo H. Satisfacción personal como componente de la calidad de vida de los adultos de Medellín. Rev. Salud pública [Internet]. 2007 [acceso 10 de noviembre del 2021]; 9(4): 541-549. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v9n4/v9n4a06.pdf>.
23. Clemente A, Molero R, Gonzales F. Estudio de la satisfacción personal según la edad de las personas. Anales de psicología [Internet]. 2000 [acceso 10 de noviembre del 2021]; 16(2): 189-198. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16716208.pdf>.

24. Vega N, López B. ¿Qué significa ser estudiante universitario? [Internet]. Servicio Psicopedagógico de la Escuela Profesional de Psicología. 2020 [actualizado 30 de enero del 2020; acceso 11 de noviembre del 2021]. Disponible en: <http://fcctp.usmp.edu.pe/noticias/vida-universitaria/que-significa-ser-estudiante-universitario>.
25. Sánchez M, Alvares A, Flores T, Arias J, Saucedo M. El reto del estudiante universitario ante su adaptación y autocuidado como estrategia para disminuir problemas crónicos degenerativos. Educación y salud Boletín científico Instituto de ciencias de la salud [Internet]. 2014 [acceso 10 de noviembre del 2021]; 2(4). Disponible en: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/754>.
26. Elizalde H, Arce N, Burgueño F, Calle M, Rodríguez D. Enfermería más allá del cuidado: Reflexiones desde la experiencia personal [Internet]. California: Ibukku; 2019 [acceso 11 de noviembre del 2021]. Disponible en: https://books.google.com.pe/books?id=epepDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=enfermer%C3%ADa&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=enfermer%C3%ADa&f=false.
27. Martínez D. Cualidades del personal de Enfermería en salud mental para las consejerías en adicción a drogas. Revista Enfermería Actual [Internet] 2019 [acceso 11 de noviembre del 2021]; (37): 1-11. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/enfermeria/n37/1409-4568-enfermeria-37-223.pdf>.
28. Despaigne-Pérez C. Aplicabilidad del modelo de adaptación de Sor Callista Roy en el cuidado de personas con COVID-19. Revista Cubana de Enfermería [Internet]. 2021 [acceso 1 marzo 2022]; 37 (1). Disponible en: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4222>

29. Alarcón-Rosales M. Modelo de adaptación: aplicación en pacientes con diálisis peritoneal continua ambulatoria. Rev. Enferm Inst Mex Seguro Soc. [Internet]. 2007 [acceso 1 marzo 2022]; 15(3): 155-160. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2007/eim073g.pdf>
30. Blanco F, Caro C, Gómez O, Cortaza L. José, una mirada al ser: análisis de una narrativa de enfermería de acuerdo con el modelo de adaptación de Roy. Ene. [Internet]. 2019 [acceso 1 marzo 2022] ; 13(1): 13110. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2019000100010&lng=es. Epub 01-Oct-2019.
31. Hernández R. Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México: Mc Graw Hill; 2018.
32. Carrasco Díaz S. Metodología de la Investigación Científica: Pautas Metodológicas para diseñar y elaborar el Proyecto de Investigación 2da. ed. Lima: San Marcos; 2017.

BIBLIOGRAFÍA

- Carrasco Díaz S. Metodología de la Investigación Científica: Pautas Metodológicas para diseñar y elaborar el Proyecto de Investigación 2da. ed. Lima: San Marcos; 2017.
- Hernández R. Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México: Mc Graw Hill; 2018.

ANEXOS

ANEXO 1: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	VALOR FINAL
Factores protectores de Salud Mental	“Los factores protectores corresponden a recursos o condiciones con los que cuentan las personas como mecanismo de defensa ante las situaciones de riesgo o vulnerabilidad emocional, favoreciendo el manejo de emociones, la regulación del estrés y permitiéndoles potencializar sus capacidades humanas.”	Corresponde al recurso personal, cognitivo y social con los que el interno de Enfermería puede favorecer su desarrollo y equilibrio mental, aumentando su capacidad de sobreponerse a las situaciones difíciles.	Personal	Autoestima Autoeficacia Habilidades sociales	Alto Medio Bajo
			Cognitiva	Toma de decisiones	
			Emocional	Optimismo Resiliencia	
			Social	Satisfacción personal con el contexto universitario	

ANEXO 2: INSTRUMENTO

CUESTIONARIO PARA LA EVALUACIÓN DE FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Presentación: Estimado (a) interno (a) de Enfermería, el siguiente cuestionario trata de identificar factores protectores de salud mental, la información que brinde será confidencial.

Instrucciones: Lea atentamente cada pregunta y responda con veracidad de acuerdo a su experiencia, marcando con una "X".

I. DATOS GENERALES

1. Edad:

- a) 20 a 25 años
- b) 26 a 29 años
- c) 30 a 35 años
- d) 36 a 39 años
- e) 40 años a más

1. Sexo:

- a) Femenino
- b) Masculino

II. FACTORES PROTECTORES DE SALUD MENTAL

ítems	Nunca o totalmente en desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	Más bien de acuerdo	Siempre o totalmente de acuerdo
PERSONAL					
1. Desearía sentir aprecio por mí mismo/a					
2. Tiendo a pensar que soy un fracaso					
3. Creo que tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a					
4. En general estoy satisfecho conmigo mismo/a					
5. Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente					
6. Si me encuentro en una situación difícil, generalmente se me ocurre que debo hacer					
7. Me cuesta trabajo hablar cuando hay mucha gente					
8. Siento temor empezar una conversación con alguien que me atrae físicamente					
9. Me cuesta trabajo empezar una conversación con alguien que no conozco					
10. Suelo mediar en los problemas entre compañeros/as					
11. Me gusta decirle a una persona que estoy satisfecho/a por algo que ha hecho					

COGNITIVA					
	Nunca o totalmente en desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	Más bien de acuerdo	Siempre o totalmente de acuerdo
12. Considero todos los factores para tomar una decisión ante un problema					
13. Soy capaz de diseñar un buen plan de acción cuando tengo que decidir algo importante					
14. Al tomar una decisión, cuando pienso en varias opciones, las comparo con detalle					
15. Generalmente no analizo como mis decisiones actuales pueden afectar mis metas futuras					
EMOCIONALES					
16. No espero que cosas buenas me sucedan					
17. En tiempos de incertidumbre, tiendo a pensar que me va a ocurrir lo mejor					
18. Rara vez espero que las cosas salgan a mi manera					
19. Si algo malo me puede pasar, estoy segura(o) que me pasará					
20. Siempre soy optimista en cuanto al futuro					
21. Bajo presión, me mantengo enfocado/a y pienso claramente					
22. Creo que puedo lograr mis objetivos, incluso si hay obstáculos					

	Nunca o totalmente en desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	Más bien de acuerdo	Siempre o totalmente de acuerdo
23.No me desanimo fácilmente ante el fracaso					
24.Cuando me enfrento a los problemas intento ver su lado cómico					
25.Puedo enfrentarme a cualquier cosa					
26.Enfrentarme a las dificultades puede hacerme más fuerte					
27.Tengo tendencia a recuperarme pronto luego de enfermedades, heridas u otras dificultades					
28.Soy capaz de manejar sentimientos desagradables/dolorosos. Ej. Tristeza, temor y enfado.					
29.Soy capaz de adaptarme cuando surgen cambios					
30.Creo que soy una persona fuerte cuando me enfrento a los desafíos y dificultades vitales					
SOCIAL					
31.Las demandas académicas de la universidad a menudo me estresan					
32.Siento que me puedo acercar a mis profesores para conversar sobre cualquier problema que tenga					
33.Desde que ingresé en la universidad me he alejado de mis padres, incluso afectivamente					

	Nunca o totalmente en desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	Más bien de acuerdo	Siempre o totalmente de acuerdo
34. Considero que la oferta de actividades recreativas de la universidad es muy limitada					
35. Para mí la vida universitaria ha significado un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.					
36. Paso mucho tiempo en la universidad, comparto mis logros y dificultades con mis padres.					
37. Si tuviera que evaluar el grado de satisfacción que experimento como estudiante universitario lo ubicaría en el nivel.					

ANEXO 3

VALIDEZ DE INSTRUMENTO

Preguntas	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	Suma	P
1	1	1	1	1	1	5	0.03125
2	1	1	1	1	1	5	0.03125
3	1	1	1	1	1	5	0.03125
4	1	1	1	1	1	5	0.03125
5	1	1	1	1	1	5	0.03125
6	1	1	1	1	1	5	0.03125
7	1	1	1	1	1	5	0.03125
8	1	1	1	1	1	5	0.03125
9	1	1	1	1	1	5	0.03125
10	1	1	1	1	1	5	0.03125
							0.0313

“Se ha considerado:”

- 0= si la respuesta es negativa
- 1 = si la respuesta es positiva

Formula: $P = \frac{0.313}{10} = 0,0313$

10

“Si p es menor de 0.05 entonces la prueba es significativa: por lo tanto, el grado de concordancia es significativo. Siendo el instrumento válido según la prueba binomial aplicada al juicio de expertos $p=0,0313$.”

ANEXO 4
CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTO

FACTORES PROTECTORES DE SALUD MENTAL	Número de ítems	Alfa de Cronbach	Confiabilidad
General	37	0.807	Alta

“COEFICIENTE DE ALFA DE CRONBACH”

Donde:

N= Número de ítems

$\sum s^2(Y_i)$ Sumatoria de las varianzas de los ítems

s_x^2 Varianza de toda la dimensión

$$\alpha = \frac{N}{(N-1) \left[1 - \frac{\sum s^2(Y_i)}{s_x^2} \right]}$$

“El valor del Alfa de Cronbach, cuando se acerca a 1, denota una confiabilidad de la aplicación del instrumento.”

ANEXO 5

ESCALA DE VALORACIÓN DE INSTRUMENTO

Factores Protectores de Salud Mental	Puntaje
General	Bajo: 37 – 85
	Medio: 87 - 136
	Alto: 137 - 185
Personal	Bajo: 11 – 25
	Medio: 26 - 40
	Alto: 41 - 55
Cognitiva	Bajo: 4 – 9
	Medio: 10 - 15
	Alto: 16 - 20
Emocional	Bajo: 15 – 34
	Medio: 35 - 54
	Alto: 55 - 75
Social	Bajo: 7 – 16
	Medio: 17 - 26
	Alto: 27 - 35

ANEXO 6

“CONSENTIMIENTO INFORMADO”

“Estimado Interno de Enfermería, me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado: **“FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD MENTAL EN INTERNOS DE ENFERMERÍA”**. Antes que Usted acepte participar en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Propósito del estudio, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de manera libre y voluntaria.”

Propósito del estudio:

“El estudio de investigación pretende determinar los factores que protegen la salud mental de los internos de Enfermería.”

Riesgos:

“El estudio de investigación trabajará con instrumentos debidamente identificados, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, se considera que el estudio no representa ningún riesgo para el participante en el estudio, cualquier consulta puede realizarla a la Bachiller Miriam Lisset Huallanca Saravia, correo electrónico: miriam.huallanca@upsjb.edu.pe.”

Beneficios:

“El estudio no otorgará beneficios económicos para los participantes, es decir no existe ningún pago por su participación en el estudio. La información brindada de manera veraz ofrecerá datos que pueden utilizarse para gestionar soluciones acordes a la realidad estudiada respecto a la salud mental.”

Confidencialidad

“Para efectos de la investigación, la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora, para efectos de crear la base de datos se procederá a colocar Código de Identificación (ID) que consistirá en un número correlativo, para poder realizar el análisis estadístico, esta matriz de datos será conservada de manera confidencial.”

“Por lo tanto, yo _____, manifestó que he sido informado (a) sobre el estudio y doy mi conformidad para participar en el estudio.”

Nombre y Apellidos del participante

Firma

Nombre y Apellidos del investigador

Firma