



**“ESTRÉS LABORAL Y CALIDAD DE SUEÑO EN TRABAJADORES DE DOS
SERVICIOS DE ATENCIÓN AMBULATORIA EN UN INSTITUTO ESPECIALIZADO
DE SALUD III-2, LIMA, PERÚ EL AÑO 2022”**

Autores:

Andrea Mercedes Lavado Avendaño (<https://orcid.org/0000-002-5927-2866>)^{1,3,5}

Fernando Richard Bernedo Navarro (<https://orcid.org/0009-0006-8919-4463>)^{2,4,5}

Filiación:

1. Médico Especialista en Medicina de Rehabilitación
2. Médico Especialista en Psiquiatra
3. Instituto Nacional de Salud del Niño, Lima, Perú
4. Hospital Nacional Dos de Mayo, Lima, Perú
5. Universidad Nacional del Callao, Callao, Perú

Financiamiento: Autofinanciada

Conflictos de interés: Niega conflictos de interés.

Correspondencia: Andrea Mercedes Lavado Avendaño, Jr. Jorge Chávez 548-Breña, andregrecia@gmail.com, 966194089.

Lima – Perú

2023

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre estrés laboral y calidad del sueño en trabajadores de dos servicios de atención ambulatoria en un Instituto Especializado de Salud III-2 Lima-Perú, el año 2022

Material y método: Estudio de tipo observacional descriptivo, correlacional de corte transversal con una muestra de 101 trabajadores de los servicios de Medicina Física y Rehabilitación y Odontoestomatología; se aplicó las encuestas mediante cuestionario google, para medir la calidad de sueño se utilizó el instrumento de Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh y para el estrés laboral se utilizó el cuestionario de estrés laboral de la OIT-OMS; se realizó un muestreo no probabilístico con todos los trabajadores de los servicios de Medicina Física y Rehabilitación y Odontoestomatología del INSN que accedieron a participar en un periodo 3 meses entre octubre y diciembre del 2022, luego de la recolección de datos, se procedió a realizar el análisis estadístico utilizando el SPSS-22 y se determinó la relación con el coeficiente de correlación de spearman.

Resultados: El estudio incluyó 101 trabajadores, 55 (54.5%) fueron mujeres y 46 (45.5%) varones, grupo ocupacional: odontólogo 36,6%, tecnólogo medico 28,7%, médico asistente 12,9%. Presentaron problema grave de sueño 17,8%, merece atención y tratamiento médico 47,5%, merece atención médica 20,8% y sin problemas del sueño 13,9%. Se observó que los niveles de estrés se distribuyeron en nivel alto 35,6%, nivel bajo 55,4% y nivel medio 8,9%. Existe relación significativa entre las variables de estrés laboral e índice de calidad de sueño. Según la prueba de correlación de Spearman = 0,638.

Conclusión: Se concluye que existe relación entre la calidad de sueño y estrés laboral de manera inversa, a mayor nivel de estrés laboral, menor calidad de sueño se presentó en los trabajadores.

Palabras clave (DeCS): Estrés laboral, sueño, estrés ocupacional, sueño inadecuado, sueño insuficiente, calidad de vida.

ABSTRAC

Objective: To determine the relationship between work stress and sleep quality in workers of two ambulatory care services in a Specialized Institute of Health III-2 Lima-Peru, in the year 2022.

Material and method: Cross-sectional, descriptive, correlational, observational study with a sample of 101 workers from the Physical Medicine and Rehabilitation and Odontostomatology services; the surveys were applied using a google questionnaire, to measure sleep quality the Pittsburgh Sleep Quality Index instrument was used and for work stress the OIT-WHO work stress questionnaire was used; A non-probabilistic sampling was carried out with all the workers of the Physical Medicine and Rehabilitation and Odontostomatology services of the INSN who agreed to participate in a 3-month period between October and December 2022, after data collection, the evaluation was carried out. Statistical analysis using the SPSS-22 and the relationship with the Spearman correlation coefficient was determined.

Results: The study included 101 workers, 55 (54.5%) were women and 46 (45.5%) men, occupational group: dentist 36.6%, medical technologist 28.7%, medical assistant 12.9%. 17.8% presented serious sleep problems, 47.5% deserve medical attention and treatment, 20.8% deserve medical attention and 13.9% did not have sleep problems. It was observed that the stress levels were distributed in high level 35.6%, low level 55.4% and medium level 8.9%. There is a significant relationship between the variables of work stress and sleep quality index. According to Spearman's correlation test = 0.638.

Conclusion: It is concluded that there is a relationship between the quality of sleep and job stress inversely, the higher the level of job stress, the lower the quality of sleep occurred in the workers.

Keywords: Work stress, sleep, occupational stress, inadequate sleep, insufficient sleep, quality of life.