

**UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE ENFERMERÍA**



**ESTILOS DE VIDA Y EL SINDROME DE BURNOUT EN LOS
ENFERMEROS DE LA CLÍNICA LA LUZ, SANTA BEATRIZ, LIMA - 2018**

TESIS

**PRESENTADO POR:
BACH. KELLYN ROSY QUINTO QUISPE**

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

ASESORA: Mg. Fany Elena Maldonado Elguera

LIMA, PERÚ

2018

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el Síndrome de Burnout en los Enfermeros de la Clínica La Luz, Santa Beatriz, 2018. “El método aplicado es descriptivo, diseño correlacional de corte transversal, de tipo cuantitativa”. La muestra estuvo conformada por 50 enfermeros de la Clínica La Luz, primer semestre del 2018. Para la recolección de datos se utilizó dos cuestionarios, la cual obtuvo una confiabilidad fuerte de 0,769 y 0,932. Los resultados arrojaron que 30.00% de los enfermeros encuestados presentan un nivel bueno con respecto a la variable estilos de vida, el 56.00% presentan un nivel regular y un 14.00% un nivel malo, también se evidencia que el 92.00% de los enfermeros encuestados no presentan la variable síndrome de Burnout, en cambio el 8.00% sí lo presenta. Se concluyó que la variable estilos de vida está relacionada directa y positivamente con la variable Síndrome de Burnout, según la correlación de Spearman de 0.677 representado este resultado como moderado con una significancia estadística de $p=0.001$ siendo menor que el 0.01. En la cual se recomienda que hay que abordar la prevención de situaciones estresantes que deriven en un síndrome de Burnout desde un enfoque positivista y participativo: mejorando el ambiente y los conceptos de un estilo de vida saludable dentro y fuera del centro de trabajo, tomando en cuenta los resultados obtenidos en la presente investigación dando soluciones al problema presente.

Palabras clave: estilos de vida, síndrome de burnout, actividad física, hábitos nocivos, despersonalización.

ABSTRACT

This research aimed to determine the relationship between the lifestyles and Burnout Syndrome of the nurses of the Clínic La Luz, Santa Beatriz, 2018. Method was descriptive, correlational was cross-sectional, quantitative type design. The sample was conformed by 50 nurses from the Clínic La Luz, first half of 2018. For the collection of data was used two questionnaires, which obtained a strong reliability of 0,769, threw results 0. 932. The results: than 30.00% of surveyed nurses presented a good level with respect to the variable life styles, the 56.00% present a regular level and a 14.00% a bad level, there is evidence that the 92.00% of surveyed nurses do not have the variable Burnout Syndrome, instead the 8.00% have it. It was concluded that the variable lifestyles are directly and positively related to variable Burnout Syndrome, according to the Spearman correlation of 0.677 represented this as moderate result with a statistical significance of $p = 0.001$ being lower than the 0.01 therefore accepted the main hypothesis and the null hypothesis is rejected. In which it is recommended that we must deal with the prevention of stressful situations that result in a syndrome of Burnout from a positivist and participatory approach: improving the environment and the concepts of a healthy lifestyle inside and outside of the workplace taking into account the results obtained in this research solutions to the problem at hand.

Key words: lifestyle, burnout syndrome, physical activity, bad habits, depersonalization.