



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
FACULTAD DE MEDICINA
UNIDAD DE POSGRADO
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIZACIÓN EN ENFERMERÍA

**Conocimiento del profesional de enfermería sobre
pausas activas en prevención de enfermedades en
centro quirúrgico en la Clínica Sanna / San Borja
Lima – Perú 2015**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Para optar el Título de Especialista en Enfermería en Centro
Quirúrgico

AUTOR

Susana YATACO VASQUEZ

ASESOR

Juana Elena DURAND BARRETO

Lima - Perú

2018

RESUMEN

AUTOR: SUSANA YATACO VASQUEZ

ASESOR: JUANA ELENA DURAND BARRETO

El **objetivo** del estudio es determinar los conocimientos del profesional de enfermería sobre pausas activas en la prevención de enfermedades en Centro Quirúrgico en la Clínica SANNA/ San Borja Lima – Perú 2015. **Material y Método.** El estudio es de nivel aplicativo, tipo cuantitativo, método descriptivo de corte transversal. La población estuvo conformada por 25 enfermeros. La técnica fue la encuesta y el instrumento un formulario tipo cuestionario aplicado previo consentimiento informado. **Resultados.** Del 100 % (25), 52 % (13) conoce y 48 % (12) no conoce, en cuanto a la dimensión física 52 % (13) conoce y 48 % (12) no conoce, los ítems que conoce está dado por 92% (23) que el objetivo de las pausas activas es prevenir el riesgo biomédico y posibles alteraciones osteomusculares, 92% (23) uno de los beneficios físicos esperados por el trabajador es la disminución de la tensión muscular innecesaria, 88% (22) el riesgo ocupacional es la probabilidad de sufrir un accidente o enfermedad en el trabajo y durante la realización de actividad laboral y 88% (22) la ergonomía física se preocupa de las características anatómicas, antropométricas y biomecánicas del usuario, mientras que los ítems que no conoce está dado por 36% (9) la carga física, 32% (8) los movimientos articulares realizados durante las pausas activas, 28% (7) la ergonomía se encarga de obtener el máximo rendimiento reduciendo los riesgos y 28% (7) uno de los beneficios físicos es el aumento de la circulación y ventilación de las estructuras musculares; en la dimensión Psicosocial 20% (05) conoce y 80% (20) no conoce, los ítems que conoce está dado por 64% (16) los beneficios psicológicos del programa de pausas activas, mientras que los ítems que no conoce está dado por 48% (12) la salud mental como bienestar en la cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, 40% (10) el objetivo social de las pausas activas es promover el trabajo en equipo. **Conclusiones.** El mayor porcentaje de profesionales de enfermería conoce sobre pausas activas en prevención de enfermedades con respecto al riesgo ocupacional, la ergonomía física, el objetivo de las pausas activas, los beneficios psicológicos y un porcentaje considerable no conoce la manipulación de cargas, movimientos articulares, beneficios físicos y salud Mental. En la Dimensión Física el mayor porcentaje conoce las actividades que se realizan durante las pausas activas, los daños vinculados a la carga física, los factores de riesgo en el manejo de cargas seguido por y un porcentaje considerable no conoce la cantidad de veces que se debe repetir cada movimiento articular, definición de salud ocupacional como conjunto de actividades dirigidas a la promoción de la calidad de vida. En la Dimensión psicosocial el mayor porcentaje conoce sobre las relaciones interpersonales en el ámbito laboral, la Higiene mental como el conjunto de actividades que permiten que la persona esté en equilibrio con su entorno sociocultural y un porcentaje considerable no conoce las fases del estrés y los beneficios sociales de las Pausas Activas.

PALABRAS CLAVES. Conocimientos sobre pausas activas, Prevención de las enfermedades, Enfermería en Centro Quirúrgico

ABSTRACT

AUTHOR: SUSANA YATACO VASQUEZ
COUNSELOR: JUANA DURAND BARRETO

The **objective** of the study is to determine the knowledge of the nursing professional about active pauses in the prevention of diseases in the Surgical Center in the SANNA / San Borja Clinic Lima - Peru 2015. **Material and Method.** The study is of application level, quantitative type, descriptive method of cross section. The population consisted of 25 nurses. The technique was the survey and the instrument a questionnaire type form applied with prior informed consent. **Results** 100% (25), 52% (13) know and 48% (12) do not know, in terms of the physical dimension 52% (13) know and 48% (12) do not know, the items you know is given by 92% (23) that the objective of active breaks is to prevent biomedical risk and possible musculoskeletal disorders, 92% (23) One of the physical benefits expected by the worker is the reduction of unnecessary muscle tension, 88% (22) the occupational risk is the probability of suffering an accident or illness at work and during the performance of work activity and 88% (22) the physical ergonomics is concerned with the anatomical, anthropometric and biomechanical characteristics of the user, while the items that do not know is given by 36% (9) physical load, 32% (8) joint movements made during active breaks, 28% (7) ergonomics is responsible for obtaining maximum performance by reducing risks and 28% (7) one of the physical benefits is the increase in circulation ion and ventilation of muscular structures; in the Psychosocial dimension 20% (05) knows and 80% (20) does not know, the items she knows are given by 64% (16) the psychological benefits of the active pauses program, while the items she does not know are given by 48% (12) mental health as welfare in which the individual is aware of their own abilities, 40% (10) The social objective of active breaks is to promote teamwork. **Conclusions** The highest percentage of nursing professionals knows about active pauses in disease prevention with respect to occupational risk, physical ergonomics, the objective of active breaks, psychological benefits and a considerable percentage does not know the handling of loads, joint movements, benefits Physical and Mental health. In the Physical Dimension the greater percentage knows the activities that are carried out during the active breaks, the damages linked to the physical load, the risk factors in the handling of loads followed by and a considerable percentage does not know the amount of times that must be repeat every joint movement, definition of occupational health as a set of activities aimed at the promotion of quality of life. In the psychosocial dimension the highest percentage knows about interpersonal relationships in the workplace, mental hygiene as the set of activities that allow the person to be in balance with their sociocultural environment and a considerable percentage does not know the phases of stress and benefits Social of Active Pauses.

KEYWORDS. Knowledge on active pauses, Prevention of diseases, Nursing in Surgical Center