

Universidad Católica de Santa María

Facultad de Enfermería

Escuela Profesional de Enfermería



INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPSICOSOCIAL EN EL DESEMPEÑO LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA, AREQUIPA -2018

Tesis presentada por las Bachilleres:

Arias Llamoca, Vanessa Hade

Saraya Hernani, Katherin Rossi

para optar el Título Profesional de: Licenciada
en Enfermería

Asesora:

Dra. Núñez Chávez, Josefina Sonia

AREQUIPA – PERÚ

2019

DICTAMEN DE BORRADOR DE TESIS

A :Dra. Sonia Núñez Chávez
Decana de la Facultad de Enfermería

DE: Mgter. Gladys Escudero de Simborth
Mgter. Mirian Delgado Valdivia
Mgter. Rosemary Zapana Begazo
Miembros del jurado dictaminador

ASUSNTO: Dictamen del Borrador de Tesis titulado
**INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPSIICOSOCIAL EN EL
DESEMPEÑO LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA, AREQUIPA -2018**

AUTORAS :Arias Llamoca, Vanessa Hade
Saraya Hernani, Katherin Rossi

FECHA : 10 de enero del 2019

Previo atento saludo, me dirijo a usted para informarle que el Jurado dictaminador luego de haber revisado el Borrador de Tesis presentado por las interesadas y habiendo subsanado las observaciones indicadas, dicho documento cuenta con el **DICTAMEN FAVORABLE**, pudiendo pasar a la fase de sustentación.

Salvo mejor parecer.

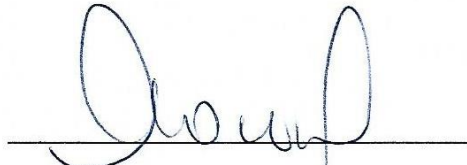
Atentamente.



Mgter. Gladys Escudero de Simborth
Jurado Dictaminador



Mgter. Rosemary Zapana Begazo
Jurado Dictaminador



Mgter. Mirian Delgado Valdivia
Jurado Dictaminador

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA
FACULTAD DE ENFERMERÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

INFORME DE ASESORIA DE TESIS

A: DRA. JOSEFINA SONIA NUÑEZ CHAVEZ
DECANA DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA

DE: DRA. JOSEFINA SONIA NUÑEZ CHAVEZ
DOCENTE PRINCIPAL FACULTAD DE ENFERMERIA

ASUNTO: Informe de Asesoría de Tesis titulada **INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPSIICOSOCIAL EN EL DESEMPEÑO LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA. AREQUIPA. 2018**, elaborado por las Srtas. Bachilleres:
ARIAS LLAMOCA, VANESSA HADE
SARAYA HERNANI, KATHERIN ROSSI
para optar el título Profesional de Licenciada en Enfermería

FECHA: Arequipa, 18 de diciembre del 2018.

Tengo a bien informar lo siguiente:

ANTECEDENTES:

En el mes de Octubre, habiendo sido designada para asesorar el trabajo de investigación aprobado por un jurado dictaminador, de las Srtas. Bachilleres antes mencionadas, se procede a revisar el mismo a través de reuniones, identificando sub indicadores de variables con escala de valoración e instrumentos, dialogando sobre la hipótesis, agregando contenidos de marco teórico, para su consecuente ejecución.

En el mes de noviembre aplican los instrumentos correspondientes a los sujetos de estudio, para posteriormente vaciar resultados en tablas para su análisis e interpretación, con asesoría de estadístico.

Se tuvo varias reuniones y entrevistas con las Srtas. Investigadoras hasta lograr los objetivos propuestos y verificar hipótesis, para llegar a las conclusiones y recomendación, quedando apto el trabajo para su presentación y continuar con el proceso respectivo.

APRECIACIÓN PERSONAL:

Las Srtas. Tesistas demostraron responsabilidad y perseverancia durante la asesoría, así como disposición a las sugerencias e intercambio de ideas.

Atentamente,


DRA. JOSEFINA SONIA NUÑEZ CHÁVEZ
DOCENTE ASESORA

DICTAMEN DE PROYECTO DE TESIS

A : Dra. Sonia Núñez Chávez
Decana de la Facultad de Enfermería

DE : Mg. Gladys Escudero de Simborth
Mg. Rosemary Zapana Begazo
Jurado Dictaminador

ASUNTO : Dictamen del Proyecto de Tesis titulado
**INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPSIICOSOCIAL EN EL DESEMPEÑO
LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE SANTA MARÍA, AREQUIPA-2018**
Bachilleres: Vanessa Hade Arias Llamoca
Katherin Rossi Saraya Hernani

FECHA : 21 de setiembre del 2018.

Previo atento saludo, me dirijo a usted para informarle que el Jurado Dictaminador luego de haber revisado el Proyecto de Tesis presentado por las interesadas y habiendo subsanado las observaciones indicadas, dicho documento cuenta con el **DICTAMEN FAVORABLE**, pudiendo pasar a la fase de ejecución.

Salvo mejor parecer.

Atentamente.


Mg. GLADYS ESCUDERO DE SIMBORTH
Jurado Dictaminador


Mg. ROSEMARY ZAPANA/BEGAZO
Jurado Dictaminador

PRESENTACIÓN

**SEÑORA DECANA DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE SANTA MARÍA.**

S.D.

De conformidad con lo establecido por la Facultad de Enfermería que Ud. tan acertadamente dirige, presentamos a su consideración y a la de los señores Miembros del Jurado el presente trabajo de investigación titulado: **INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPSICOSOCIAL EN EL DESEMPEÑO LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA, AREQUIPA - 2018**, requisito necesario para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

Esperamos que el presente trabajo de investigación sea de su conformidad y cumpla con los requisitos académicos y técnicos correspondientes.

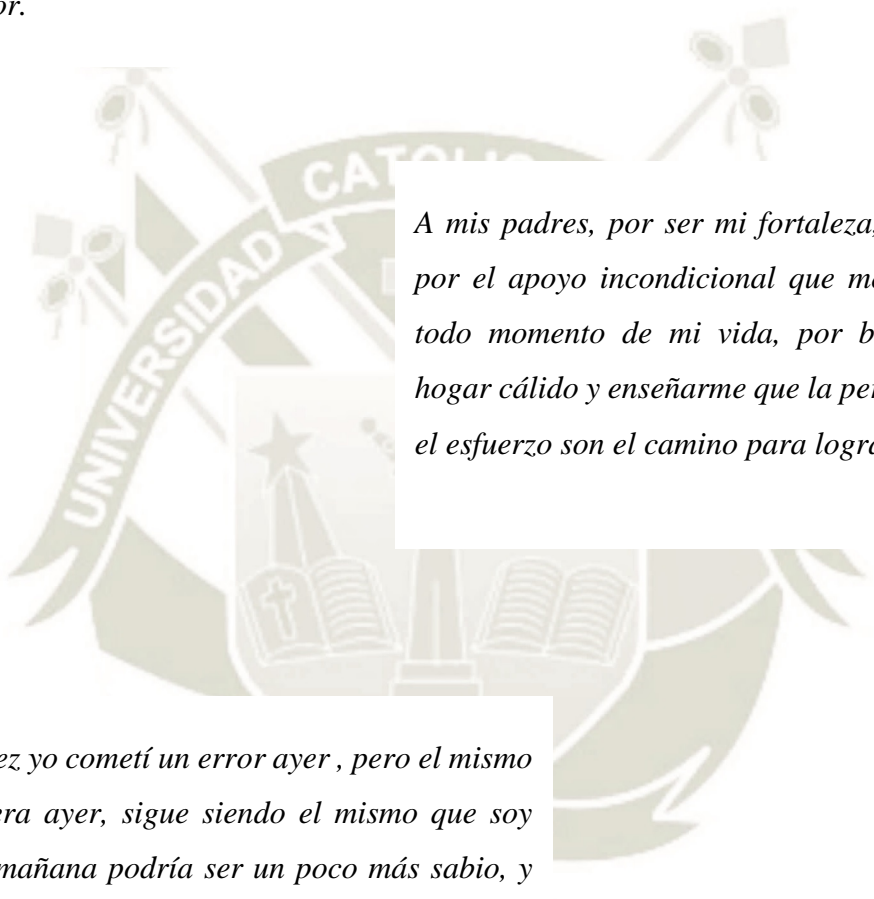
Arequipa, Enero del 2019

Arias Llamoca Vanessa Hade

Saraya Hernani Katherin Rossi

Dedico esta investigación con todo mi amor

A Dios por darme fe, fortaleza, salud por iluminar mis pasos y llenar mi vida de dicha y bendiciones. Además de su infinita bondad y amor.



A mis padres, por ser mi fortaleza, mis guías y por el apoyo incondicional que me brindan en todo momento de mi vida, por brindarme un hogar cálido y enseñarme que la perseverancia y el esfuerzo son el camino para lograr objetivos.

Tal vez yo cometí un error ayer , pero el mismo que era ayer, sigue siendo el mismo que soy hoy, mañana podría ser un poco más sabio, y seré yo también. Estas fallas y errores son lo que soy, formando las estrellas más brillantes en la constelación de mi vida.

Kim Namjoon - BTS

Vanessa Hade

Dedico esta investigación con todo mi amor

Agradezco a Dios por guiarme en mi camino y por permitirme concluir con mi objetivo.

A mis padres Felipe y Rosa Por su paciencia, amor incondicional y el apoyo suficiente para no decaer cuando todo parecía complicado.

A mis hermanos Jeff, Milagros y James mi admiración y gratitud por apoyarme en todas las etapas de mi vida.

A mis abuelitos Rosa y Gabino mi agradecimiento por su orientación, apoyo y su compañía.

Katherin Rossi

A la Universidad Católica de Santa María por darnos la oportunidad de estudiar y ser profesionales.

A la Facultad de Enfermería y a mis queridas profesoras enfermeras que en este andar por la vida, influyeron con sus lecciones y experiencias en formarnos como personas de bien y preparadas para los retos que pone la vida, a todos y cada uno de ellos les dedicamos cada una de estas páginas de nuestra tesis.

Vanessa Hade

Katherin Rossi

INTRODUCCIÓN

Con el transcurrir de los años, el medio laboral ha ido evolucionando dejando atrás las organizaciones tradicionales caracterizadas por tareas operativas, toma de decisiones centralizada, etc. En el mercado actual se requiere empresas organizadas, dinámicas, con alto estándar de calidad y que se adapten fácilmente a un entorno cambiante y exigente.

Hoy en día debido a los procesos de cambios y las nuevas tecnologías que surgen en el mercado y que determinan el desarrollo de más habilidades, destrezas y conocimientos, las organizaciones se han visto en la necesidad de implementar cambios en su estrategia laboral a la hora de enfrentar los retos que se les presentan. En este sentido, se hace necesario, que las empresas desarrollen nuevas técnicas de producción, mercado, distribución, servicio y atención al cliente, lo cual necesariamente amerita de la calidad del talento humano, la eficacia y eficiencia con la que trabaja, para enfrentar con una buena y rápida capacidad de respuesta los retos organizacionales; dejando muchas veces de lado el bienestar del trabajador y exigiéndoles más de lo que su cuerpo y mente puede soportar, en consecuencia no se logra un desempeño laboral óptimo.

Es así que se ha realizado el estudio: influencia del bienestar biopsicosocial en el desempeño laboral de los trabajadores de limpieza de la Universidad Católica de Santa María.

Por lo que el presente informe de investigación consta de tres capítulos. En el primer capítulo, Planteamiento Teórico, que incluye Problema de Investigación, Objetivos, Marco Teórico, Antecedentes Investigativos e Hipótesis. En el segundo capítulo, Planteamiento Operacional se encuentran, las Técnica e instrumento, campo de verificación, unidades de estudio y estrategia para recolección de datos en el tercer capítulo, Resultados, donde los datos obtenidos se procesan mediante el análisis e interpretación, que están incluidos en las tablas estadísticas y gráficos; finalmente, las conclusiones, las recomendaciones, las fuentes de referencia utilizada para el estudio y los anexos.

RESUMEN

Influencia del Bienestar Biopsicosocial en el Desempeño Laboral del Personal de Limpieza de la Universidad Católica de Santa María, Arequipa -2018

La presente investigación tiene como objetivos: precisar el bienestar biopsicosocial, determinar el desempeño laboral y establecer la influencia del bienestar biopsicosocial en el desempeño laboral del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María. Es un estudio de campo, de nivel relacional, corte transversal; en la metodología se usó como técnica el cuestionario y como instrumento la cedula de preguntas sobre bienestar biopsicosocial y el desempeño laboral, aplicado a 70 trabajadores del área de limpieza. Los datos estadísticos fueron procesados mediante tablas y Figuras. Concluyendo que, 49% mantienen un bienestar biopsicosocial regular y el 65% tiene un desempeño laboral óptimo existiendo una correlación débil de +0.35% deduciendo que el bienestar biopsicosocial tiene cierta influencia en el desempeño laboral de los trabajadores de limpieza.

Palabras Claves: Bienestar Biopsicosocial – Desempeño Laboral

ABSTRACT

The present investigation has like objectives: to precise the biopsychosocial well-being, to determine the labor performance and to establish the influence of the biopsychosocial well-being in the labor performance of the personnel of cleaning of the Catholic University of Santa Maria. It is a field study, relational level, cross section; In the methodology the questionnaire was used as a technique and as instrument the questionnaire on biopsychosocial well-being and work performance, applied to 70 workers in the cleaning area. The statistical data were processed using tables and figures. Concluding that, 49% maintain a regular biopsychosocial well-being and 65% have an optimal work performance, with a weak correlation of 0.35%, deducting that the biopsychosocial well-being has some influence on the job performance of the cleaning workers.

Key Words: Biopsychosocial Wellbeing - Labor Performance

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
1.1. Enunciado del problema	1
1.2. Descripción del problema.....	1
1.2.1. Campo, Área y Línea de Investigación	1
1.2.2. Operacionalización de las Variables	1
1.2.3. Interrogantes de Investigación	3
1.2.4. Tipo y Nivel del Problema	3
1.3. JUSTIFICACION DEL PROBLEMA	3
3. MARCO TEÓRICO	4
4. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS:.....	22
5. HIPÓTESIS.....	22

CAPÍTULO II

PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

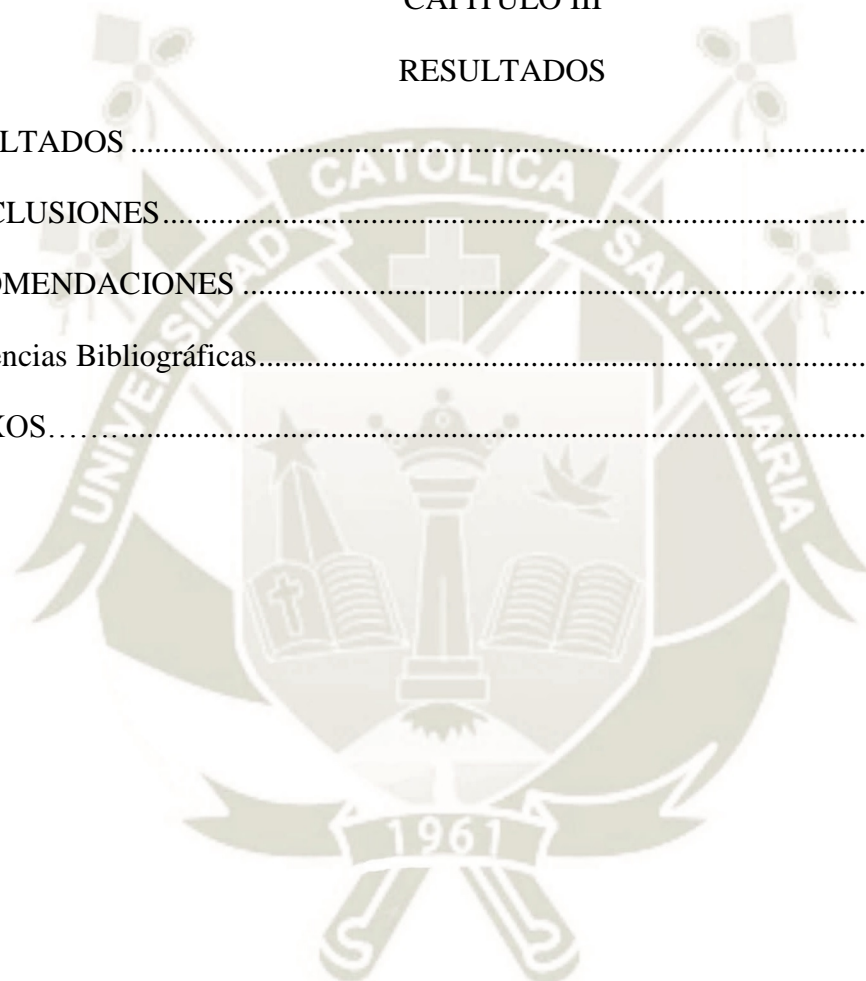
1. TÉCNICA E INSTRUMENTO:.....	23
1.1. Técnica.....	23
1.2. Instrumento.....	23
2. CAMPO DE VERIFICACIÓN:	26
2.1. Ubicación Geográfica.....	26
2.2. Ubicación Temporal.	26
2.3. Unidades de Estudio.....	26

2.3.1. Universo	26
2.3.2. Muestra.....	26
3. ESTRATEGIAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	27
3.1. Organización.....	27
4. Recursos.....	27

CAPÍTULO III

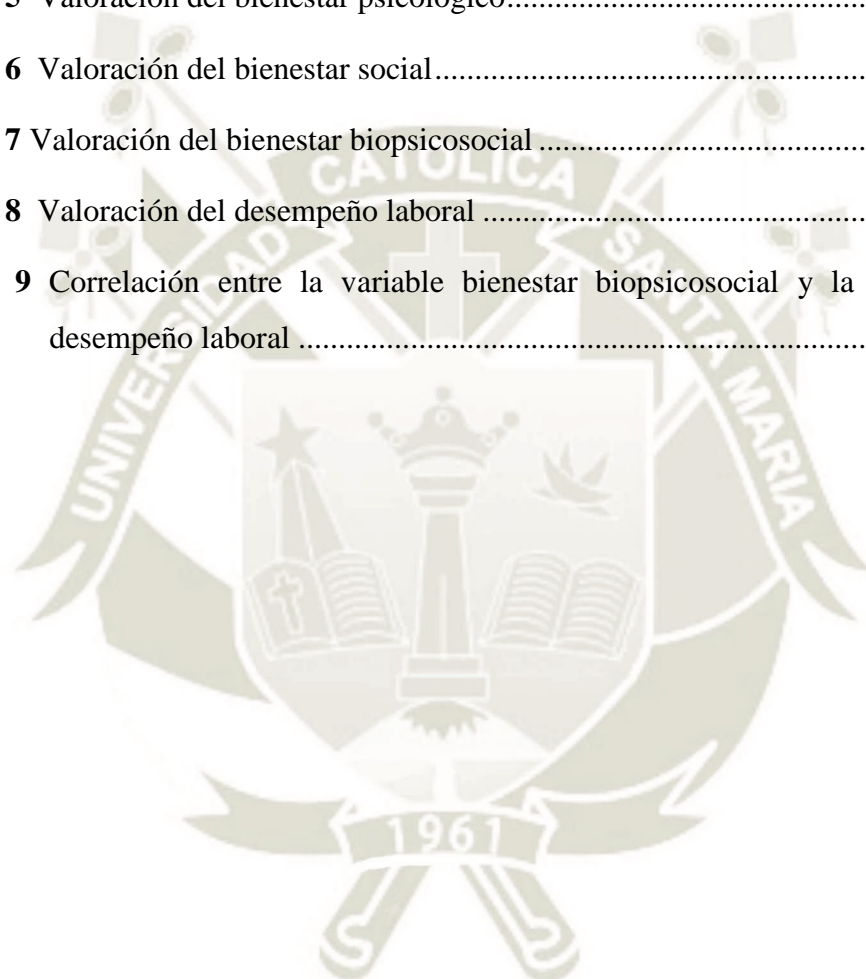
RESULTADOS

RESULTADOS	29
CONCLUSIONES.....	39
RECOMENDACIONES	40
Referencias Bibliográficas.....	41
ANEXOS.....	43



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de la población según edad.....	30
Tabla 2 Distribución de la población según género.....	31
Tabla 3 Distribución de población según grado de instrucción.....	32
Tabla 4 Valoración del bienestar físico	33
Tabla 5 Valoración del bienestar psicológico.....	34
Tabla 6 Valoración del bienestar social.....	35
Tabla 7 Valoración del bienestar biopsicosocial	36
Tabla 8 Valoración del desempeño laboral	37
Tabla 9 Correlación entre la variable bienestar biopsicosocial y la variable desempeño laboral	38



CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Enunciado del problema

INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPICOSOCIAL EN EL DESEMPEÑO LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA, AREQUIPA -2018

1.2. Descripción del problema

1.2.1. Campo, Área y Línea de Investigación

- A) Campo: Ciencias de la Salud
- B) Área: Enfermería en salud ocupacional
- C) Línea: Desempeño laboral

1.2.2. Operacionalización de las Variables

El presente estudio tiene dos variables:

- Independiente: Bienestar Biopsicosocial.
- Dependiente: Desempeño Laboral.

VARIABLES	INDICADORES	SUBINDICADOR	ESCALA DE VALORACIÓN
Datos Generales		Edad Genero Grado de instrucción	
Independiente: Bienestar biopsicosocial.	1 Físico	1.1 Alimentación Saludable. 1.2 Actividad Física. 1.3 Descanso y Sueño. 1.4 Control de la Salud.	Deficiente 60-120 pts.
	2 Psicológico	2.1 Auto aceptación. 2.2 Autonomía. 2.3 Crecimiento Personal. 2.4 Propósito de Vida. 2.5 Gestión del Estrés	Regular 121-180 pts. Óptimo 181-240 pts.
	3 Social	3.1 Calidad de Vida. 3.2 Relaciones Interpersonales. 3.3 Inclusión social.	
Dependiente: Desempeño Laboral.	1 Comunicación interpersonal.	1.1 Objetivos de la comunicación 1.2 Comunicación interpersonal en el trabajo	Deficiente 30-70 pts. Regular 71-110 pts. Óptimo 111-150 pts.
	2 Autonomía para la toma de decisiones.	2.1 Ventajas de toma de decisiones. 2.2 Desventajas de toma de decisiones.	
	3 Motivación laboral.	3.1 Motivación y necesidades	
	4 Productividad laboral.	4.1 Principio de la productividad laboral. 4.2 Importancia de la productividad laboral.	
	5 Eficacia.	5.1 Conductas del trabajador eficaz	
	6 Eficiencia laboral.	6.1 Métodos para conseguir una mejor eficiencia laboral	

1.2.3. Interrogantes de Investigación

- ¿Cómo es el bienestar biopsicosocial del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María?
- ¿Cómo es el desempeño laboral del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María?
- ¿Cuál es la influencia del bienestar biopsicosocial en el desempeño laboral del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María?

1.2.4. Tipo y Nivel del Problema

- **Tipo** : De Campo
- **Nivel** : Relacional, de corte transversal.

1.3. JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

Los trabajadores constituyen la mitad de la población del mundo y son los máximos contribuyentes al desarrollo económico y social. Su salud no está condicionada sólo por los peligros en el lugar de trabajo, sino también por factores físicos psicológicos y sociales (1).

De ahí que el presente estudio sea de una relevancia social contemporánea y humana, ya que el bienestar biopsicosocial de los trabajadores es fundamental para las empresas en términos de productividad, sostenibilidad y competitividad.

Las razones por las cuales se ha elegido el presente estudio, es porque el tema de bienestar biopsicosocial, no ha sido suficientemente abordado en investigaciones, a pesar de ser un tema relevante y gran utilidad para los ámbitos laborales, lo que a su vez determina su originalidad.

El tema es de relevancia científica, dado que se evidencian problemas en el desempeño laboral de las personas debido a que no tienen bienestar físico, psicológico y social.

Esta investigación es pertinente, pues el bienestar biopsicosocial de una persona significa el funcionamiento eficiente de su cuerpo, mente y relaciones sociales, objetivo fundamental del ser humano, que debe compartir una organización, en

relación a sus trabajadores, lo que también muestra la trascendencia social de este estudio.

Es factible, ya que se cuenta con el apoyo de la Universidad Católica de Santa María en donde se encuentra nuestra población objetivo y de donde se podrá obtener la información necesaria para el estudio.

Finalmente, con el presente estudio las investigadoras lograran obtener el título profesional de Licenciadas en Enfermería.

2. OBJETIVOS

- Precisar el bienestar biopsicosocial del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María.
- Determinar el desempeño laboral del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María.
- Establecer la influencia del bienestar biopsicosocial en el desempeño laboral del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María.

3. MARCO TEÓRICO

3.1. Bienestar Biopsicosocial

El bienestar biopsicosocial es el estado de equilibrio entre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, este equilibrio se mantiene con factores protectores y se pierde con factores de riesgo, entendiéndose que el bienestar se divide en tres partes.

3.1.1. Bienestar Físico

Se da cuando la persona siente que ninguno de sus órganos o funciones están menoscabados; el cuerpo funciona eficientemente y hay una capacidad física apropiada para responder ante diversos desafíos de la actividad vital de cada uno.

3.1.1.1. Alimentación Saludable

Una alimentación saludable es aquella que cubre las necesidades nutricionales y fisiológicas con el objetivo de asegurar un adecuado crecimiento y desarrollo. Por tanto de ser equilibrada, saludable, variada y adecuarse, en cada etapa, a los requerimientos dietéticos y nutricionales (2).

A. Características de una Alimentación Saludable

- **Completa:** debe contener todos los macro y micronutrientes (proteína, grasa, carbohidratos, vitaminas y minerales), agua y fibra.
- **Equilibrada:** debe incluir cantidades adecuadas de los grupos alimentos, los cuales al ser combinados aporten la proporción de nutrientes para promover el crecimiento y /o mantenimiento de la salud.
- **Suficiente:** en energía y nutrientes para suplir las necesidades del cuerpo.
- **Adecuada:** se ajusta a los gustos, preferencias, recursos económicos y hábitos alimentarios de los individuos
- **Inocua:** es aquella que es libre de contaminantes, sustancias tóxicas y otros factores que van en detrimento del estado de salud de quien la consume (2).

B. Leyes de la Alimentación

Pedro Escudero, pionero de la alimentación cinética en América del sur, resumió en cuatro leyes los requisitos de la alimentación correcta. Entre ellas se encuentran:

- **Ley de la Cantidad:** La cantidad de alimentos ingeridos debe ser suficiente para cubrir las necesidades calóricas y energéticas que el organismo necesita con el fin de mantener el peso normal del mismo.
- **Ley de la Calidad:** El régimen alimentario debe ser completo para ofrecer al organismo todas las sustancias que necesita para su funcionamiento. Debe contener proteínas, hidratos de carbono, grasas, minerales, vitaminas y agua.
- **Ley de la Armonía:** Las cantidades y los principios de la alimentación deben conservar una porción adecuada entre sí. De igual manera, sino se come en armonía, difícilmente los alimentos incorporados se digieran de manera óptima para que el organismo lo pueda utilizar.

- Ley de la Adecuación: La alimentación del individuo debe ser la apropiada, de ello depende las necesidades propias del mismo. Así, por ejemplo, el régimen alimenticio debe adecuarse de acuerdo, al sexo, edad, actividad, hábitos culturales, estado de salud, y economía. Todo esto implica una adecuada elección de los alimentos, así como una adecuada preparación (2).

C. Errores en la alimentación que perjudican la salud

- Comer sin hambre: el hombre se alimenta no de lo que come, sino de lo que digiere. Es precisamente la inapetencia una advertencia y una defensa del organismo para impedir que se agregue repletando un estómago débil que no podrá digerir normalmente.
- Comer en exceso: la ley natural nos impone ser sobrios. Un organismo sano necesitara solo el alimento para renovar las fuerzas gastadas en el trabajo y mantener el proceso de la vida. El mecanismo que regula esta necesidad en precisamente la sensación de hambre.
- Considerar las frutas un alimento superfluo: error profundo y dañino para la salud es considerar la fruta como un detalle de la alimentación que puede comerse de vez en vez. Ella debe ser la base de nuestra nutrición digestiva por las sustancias vitales que contiene y por la celulosa, que favorece el trayecto intestinal del bolo alimenticio y aumenta las contracciones peristálticas, normalizando así la adecuada eliminación de los residuos intestinales.
- Ingerir comidas y sustancias malsanas: muchas veces por darnos el placer de gustar un manjar exquisitamente preparado, más pasados los momentos de deleite en el comer ¿Qué viene? Largas noches de insomnio y terribles molestias (2).

3.1.1.2. Actividad Física

La OMS define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. Ello incluye las actividades realizadas al trabajar, jugar y viajar, las tareas domésticas y las actividades recreativas (1).

El ejercicio físico y el deporte se han englobado dentro de la actividad física.

- Ejercicio físico: es toda actividad física planificada y estructurada que se realiza con la intención de mejorar o mantener uno o varios aspectos de la condición física (3).
- **Deporte: es una actividad física que se realiza siguiendo una serie de reglas y en un espacio determinado, está asociado a las competencias.**

A. Clasificación de la Actividad Física

- Las Actividades Cardiovasculares: son ejercicios de baja o media intensidad y de larga duración. Éstas ayudan al fortalecimiento del corazón, el refuerzo del sistema inmunológico, la mejora del sistema respiratorio y la mejora del sueño, así como también ayuda a reducir el riesgo de presión arterial alta, diabetes, y colesterol alto. Otras ventajas de realizar ejercicio aeróbico de forma regular son el control calórico y la reducción de patologías asociadas a la salud mental, como el estrés. Un ejemplo de este tipo de ejercicios sería correr, nadar o ir en bicicleta.
- Las Actividades de Fuerza y Resistencia Muscular: incluyen tanto ejercicios de corta duración y alta intensidad como de baja intensidad y larga duración. Las ventajas de practicarlas van desde el aumento de fuerza y resistencia en músculos, huesos y ligamentos, a la mejora de la coordinación y el equilibrio.
- Las Actividades de Flexibilidad: que resultan beneficiosas para el mantenimiento de la tonificación corporal y la movilidad articular.
- Las Actividades de Coordinación: muy importantes para la prevención de caídas, sobre todo en la edad avanzada (4).

B. Beneficios de la Actividad Física

- Disminución de los depósitos de grasa.
- Favorece la pérdida de peso.
- Ayuda a normalizar la sensación fisiológica de hambre y saciedad.

- Aumento del metabolismo basal.
- Aumenta la elasticidad y movilidad articular.
- Mejora la coordinación, habilidad y capacidad de reacción (4).

3.1.1.3. Control de la Salud

La Organización Mundial de Salud (OMS) definió la salud en 1948 como: Un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades (1).

La vigilancia de la salud tiene como finalidad promover y mantener el mayor grado de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones, así como prevenir todo daño a la salud causado por condiciones de trabajo y factores de riesgo, adecuando el trabajo al trabajador.

A. Examen Médico Periódico

El examen médico periódico consiste en pruebas médicas que realizan para procurar la salud en las personas. Como su nombre lo dice, se hace periódicamente para conocer el estado de salud como una forma de prevenir, evitar y/o atender enfermedades oportunamente.

Qué enfermedades se pueden prevenir: Debido el examen médico periódico es muy completo, hay una gran cantidad de enfermedades que se pueden prevenir, como:

- Problemas cardiacos
- Desnutrición
- Infecciones renales
- Diabetes
- Desequilibrios mentales
- Problemas motrices (huesos, músculos, articulaciones)
- Problemas metabólicos
- Problemas respiratorios

- Parásitos

Los reconocimientos médicos preventivos podrían definirse como una actuación sanitaria con las siguientes características:

- Realizada bajo la dirección médica.
- Con fines preventivos.
- Dirigida a la evaluación del estado de salud de los trabajadores en relación con el trabajo.
- Incluye actividades de control biológico y de detección precoz de enfermedades o factores de riesgo (incluyendo factores de riesgo laboral, y en su caso, extralaboral).
- Puede incluir otras especialidades preventivas, como inmunizaciones o consejo médico.

B. Objetivos del control de salud:

- Detección precoz de las alteraciones de la salud.
- Valoración el estado de salud de los trabajadores, con vistas a establecer medidas de prevención prioritarias.
- Incorporar medidas preventivas y evaluar su cumplimiento y eficacia.

3.1.1.4. Descanso y Sueño

A. Definición de Descanso

El descanso es un estado de actividad mental y física reducido, que hace que el sujeto se sienta fresco, rejuvenecido y preparado para continuar con las actividades cotidianas. El descanso no es simplemente inactividad, requiere tranquilidad, relajación sin estrés emocional y liberación de la ansiedad. La persona que descansa se encuentra mentalmente relajada, libre de ansiedad y físicamente calmada (5).

- **Características asociadas al descanso**

Las personas pueden descansar cuando:

- Sienten que las cosas están bajo control.
- Se sienten aceptados.
- Están libres de molestias e irritaciones.
- Realizan un número satisfactorio de actividades concretas.
- Saben que recibirán ayuda cuando la necesiten.

- **Situaciones que favorecen un descanso adecuado**

- Comodidad física.
- Eliminación de preocupaciones.
- Sueño suficiente.

B. Definición del Sueño

El sueño es un estado definido de la mente y el cuerpo en donde nuestro organismo en el que éste se encuentra en una relativa quietud y en el que la respuesta a estímulos externos está atenuada, se repite periódicamente durante un tiempo determinado cuya función es restaurar la energía y bienestar de la persona(5).

- **Fases del sueño**

Existen dos tipos diferentes de sueño:

- El sueño NREM: se denomina sueño reparador y está asociado a un descenso del tono vascular periférico, y a una disminución de la presión sanguínea, frecuencia respiratoria y metabolismo basal. Puede haber sueños pero estos no se recuerdan porque no tiene lugar un proceso de consolidación de los mismos en la memoria. Representa el 80% de la duración del sueño.
- El sueño REM: Se produce después de cada ciclo NREM (90 minutos después de iniciado el sueño). Es la fase donde es más difícil despertar al sujeto, dura de 10 a 20 minutos. Durante esta fase la persona revisa los acontecimientos del día y procesa y almacena la información. También se reorganizan los sistemas

involucrados en mantener la energía y confianza en uno mismo y se produce una adaptación a los procesos emocionales. En esta fase se fijan los recuerdos recientes y mejora la adquisición de aprendizaje (5).

3.1.2. Bienestar Psicológico

El bienestar psicológico es un concepto amplio que incluye aspectos sociales, subjetivos y psicológicos, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo.

Está relacionado en cómo la gente lucha en su día a día afrontando los retos que se van encontrando en sus vidas, ideando modos de manejarlos, aprendiendo de ellos y profundizando su sensación de sentido de la vida(6).

Se identifica por lo tanto como un factor de motivación intrínseca para el individuo. Este bienestar depende de algunas variables como la edad, el género y la cultura; se puede medir a través de algunos de sus componentes, tanto afectivos como cognitivos, los cuales tienen que ser analizados en diferentes contextos, entre otros, la familia y el espacio laboral.

3.1.2.1. Aspectos del Bienestar Psicológico

A. Auto Aceptación

Consiste en aceptar y aprobarse a uno mismo y cada una de las partes que nos forman o nos integran, aceptando los aspectos positivos y negativos de nuestro ser, valorando siempre positivamente nuestro pasado, ya que este es una fuente de aprendizaje.

B. Autonomía

La autonomía personal es la capacidad del individuo para hacer elecciones, tomar decisiones y asumir las consecuencias de las mismas. Las personas con mayor autonomía son más capaces de resistir la presión social y regulan mejor su comportamiento, son más independientes y se evalúan a sí mismas en función de estándares personales. Las personas con baja autonomía están preocupadas por las evaluaciones y expectativas de los demás y se dejan influir o guiar por ellas, toman sus

decisiones en base a las opiniones de los demás y se conforman ante la presión social, actuando y pensando en base a lo que los demás esperan de ellos (7).

C. Crecimiento personal

Esta es la capacidad que tenemos las personas para aprender de nosotras mismas, dejando nuestra puerta abierta a nuevas experiencias aunque resulten un desafío; hace referencia al desarrollo humano.

Consiste en sacar el mayor partido a tus talentos y habilidades, utilizando todas tus capacidades, desarrollar tus potencialidades y seguir creciendo como persona.

D. Propósito de vida

Responde a preguntas existenciales como "por qué" y "para qué". Se relacionado con la necesidad de la persona de encontrar un significado a su propia existencia.

Es decir, que tu vida tenga un sentido y un propósito. Las personas necesitan marcarse metas y definir una serie de objetivos que les permitan dotar a su vida de sentido (7).

E. Gestión del estrés

El término gestión del estrés hace referencia a un conjunto de técnicas que tienen la finalidad de equipar a una persona de mecanismos eficaces para afrontar el estrés.

Estrés: Es una respuesta adaptativa por que predispone al organismo, a través de una serie de cambios fisiológicos, a preservar su integridad frente a las amenazas o demandas que se producen en su entorno. Sin embargo, ha llegado un punto en que nuestra herramienta de supervivencia se nos ha vuelto en contra, entonces el estrés pasa de ser una respuesta necesaria, con principio y fin, a un estado permanente que nos enferma y envejece aceleradamente (7).

- **Variables que interactúan para que se produzca estrés**

- Características del estímulo. Es lo que llamaremos el estresor, denominando con ello la capacidad potencial que ciertas situaciones tienen de provocar estrés.
- La capacidad del sujeto para responder al mismo. Características de personalidad, capacidad de afrontamiento, historia previa, salud y hábitos más o menos saludables.
- La valoración cognitiva y emocional que haga de sus capacidades de respuesta. Sensación de control, evaluación de recursos, expectativas, frustración (7).

- **Síntomas más comunes de Estrés**

Cuando el estrés se extiende en el tiempo, produce un agotamiento en el sistema que se manifiesta física, psicológica y conductualmente.

- **Síntomas físicos**

- Elevación de la presión arterial
- Gastritis y úlceras en el estómago y el intestino.
- Disminución de la función renal
- Problemas de sueño
- Agotamiento

- **Síntomas psicológicos**

- Ansiedad
- Irritabilidad
- Miedo
- Confusión

- **Síntomas conductuales**

- Reacciones impulsivas
- Predisposición a accidentes
- Trastornos del apetito y sueño
- Aumento de tendencia a consumo de sustancias (8).

3.1.3. Bienestar Social

Es el conjunto de factores que se conjugan para que los integrantes de una sociedad puedan satisfacer sus necesidades fundamentales y, en consecuencia, tener óptimos niveles de calidad de vida, también influyen factores de índole social, aspectos económicos y culturales.

3.1.3.1. Aspectos del Bienestar Social

A. Calidad de vida

Si se toma en cuenta el concepto de calidad de vida según la OMS, dice que es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, normas y sus inquietudes (2).

Es un conjunto de condiciones que contribuyen al bienestar de los individuos y a la realización de sus potencialidades en la vida social. La calidad de vida comprende factores tanto subjetivos como objetivos. Entre los factores subjetivos se encuentra la percepción de cada individuo de su bienestar a nivel físico, psicológico y social. En los factores objetivos, por su parte, estarían el bienestar material, la salud y una relación armoniosa con el ambiente físico y la comunidad (1).

B. Relaciones interpersonales

Las relaciones interpersonales son las diversas maneras de interacción entre las personas. De la habilidad individual para llevar a cabo estas interrelaciones y convivir con los demás, respetando su forma de ser sin dejar de ser nosotros mismos.

C. Inclusión social

Se define a la inclusión social como un proceso que asegura que aquellas personas que están en riesgo de pobreza y exclusión social, tengan las oportunidades y recursos necesarios para participar completamente en la vida económica, social y cultural disfrutando un nivel de vida y bienestar que se considere normal en la sociedad en la que ellos viven. Pone énfasis en el derecho de las personas de tener una vida asociada siendo un miembro de una comunidad.

Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos, es la primera frase de la Declaración Universal de Derechos Humanos, adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1948. Las personas tienen el derecho de vivir en su comunidad, disfrutar de salud y bienestar, recibir una buena educación y tener la oportunidad de trabajar (8).

- **Barreras a la Participación e Inclusión Social**

- Actitudes sociales negativas
- Ausencia de políticas y legislaciones apropiadas
- Respuesta institucional a la provisión de asistencia
- Enfoque sectorial al trabajo en discapacidad
- Falta de enfoques alternativos a la asistencia
- Falta de personal calificado (8).

3.2. Desempeño Laboral

El desempeño laboral es un proceso para determinar qué tan exitosa ha sido una organización, un individuo ó un proceso en el logro de sus actividades y objetivos laborales.

El desempeño laboral ha sido motivo por las cuales las compañías actuales, menos jerárquicas y más orientadas al servicio estudian a su personal y como trabaja, hoy en día se reconocen tres tipos principales de conductas que constituyen el desempeño laboral (9).

- Desempeño de las tareas: Se refiere al cumplimiento de las obligaciones y responsabilidades que contribuyen a la producción de un bien o servicio a la realización de las tareas.
- Civismo: Se refiere a las acciones que contribuyen al ambiente psicológico de la organización, como brindar ayuda a los demás aunque esta no se solicite respaldar objetivos organizaciones, tratar a los compañeros con respecto, críticas constructivas.
- Falta de productividad: Esto incluye las acciones que dañan de manera activa a la organización, tales conductas incluyen el robo, daños a la propiedad de la compañía, comportándose de forma agresiva con los compañeros y ausentarse con frecuencia. (10).

3.2.1. Aspectos del Desempeño Laboral

3.2.1.1. Comunicación interpersonal

La comunicación es el medio para garantizar la imagen y la cultura, tanto laboral como general y desempeña un papel fundamental en la interacción de la entidad con su entorno, ya que las organizaciones no pueden existir sin comunicación (11).

A. Objetivos de la comunicación en la actividad laboral

Los objetivos del uso de la comunicación en el trabajo son:

- Alcanzar los objetivos del trabajo
- Facilitar y mantener las relaciones en el trabajo
- Mantener o mejorar la relación con la otras personas
- Mantener la autoestima de la persona.

B. La comunicación interpersonal en el trabajo

En la comunicación interpersonal en el trabajo se establecen dos tipos fundamentales: formales e informales. Las comunicaciones interpersonales formales en una organización son ascendentes,

horizontales y descendentes. La organización se comunica a su vez con el entorno (12).

3.2.1.2. Autonomía para la toma de decisiones

Con el pasar de los años la toma de decisiones ya no es algo exclusivo del líder o de los líderes de grupo (gerente, jefe, supervisor, etc.) porque hay ocasiones en que se debe aprovechar el conocimiento y la experiencia de un mayor número de personas, para tomar mejores decisiones. Esto también propicia que al estar participando en la toma de la decisión, el personal se siente más comprometido a lograr los resultados deseados, convirtiéndose en un poderoso motivador para los trabajadores el que se les tome en cuenta en el momento de decidir. Implicar a sus trabajadores en el proceso de toma de decisiones de la organización es fundamental para el éxito de la organización. Por lo general, los empleadores se quejan de la falta de eficiencia y rendimiento de los trabajadores que termina afectando en el desempeño laboral de cada uno de los trabajadores y también en su conjunto (13).

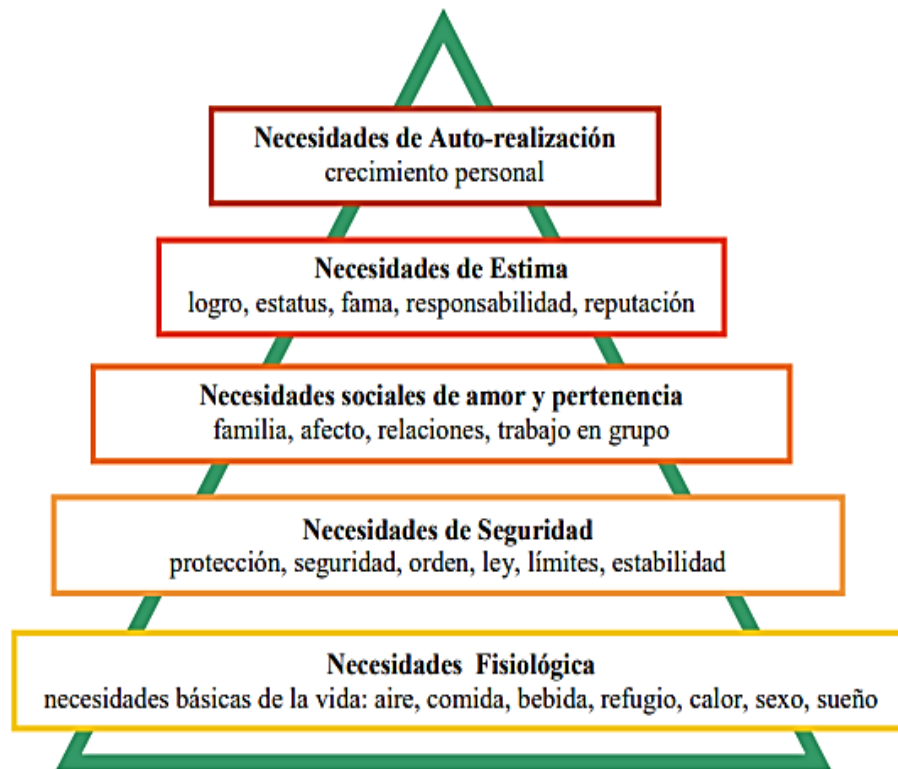
- **Las ventajas son:**
 - Una mayor concentración de conocimientos, experiencias e información.
 - Una mayor variedad de puntos de vista.
 - Se facilita la aceptación de la solución final.
 - Se reducen los problemas de comunicación.
- **Las desventajas:**
 - La presión social que se genera.
 - El predominio que ejercen los líderes informales del grupo sobre los demás.
 - Los propósitos ocultos, que muchas veces influyen en las opiniones: intereses personales, políticos, etc.

- La manipulación del compromiso, con la finalidad de llegar a una decisión más rápidamente.
- **Puntos a considerar para lograr una toma de decisiones exitosa:**
 - Realizar reuniones semanales o bisemanales para mantenerse informados sobre los avances y problemas que se presenten.
 - Durante las reuniones adoptar un enfoque para el diagnóstico de la solución de los problemas.
 - Desarrollo de la solución, sin una intervención dominante del líder del grupo que debe adoptar una posición más de apoyo que de intervención activa, dejando que el grupo sugiera y proponga, sin inmiscuirse directamente en los debates.
 - Discusión de la solución final.
 - Retroalimentación. Después de que se haya escogido e implantado una solución, el líder del grupo debe estar retroalimentando al mismo, sobre los avances, éxitos o fallas que se presenten (13).

3.2.1.3. Motivación Laboral

La motivación es esencial para casi todos los aspectos de la vida, y haciendo referencia al ámbito laboral, se considera que el principal determinante de la conducta laboral es a parte de las capacidades y limitaciones del trabajador, la motivación laboral. Tiene una indudable trascendencia si tomamos en cuenta su efecto sobre el comportamiento. (14)

Según Maslow dijo: El principio primordial de la organización de la motivación humana es la ordenación de las necesidades básicas en una jerarquía de mayor o menor prioridad o potencia. Partiendo de esto, el ser humano tiene necesidades que satisfacer, para ello debe ordenarlas para poder satisfacerlas. Existen cinco necesidades que se consideran primordiales Como lo son: las fisiológicas, seguridad, amar, estima, autorrealización (15).



Chapman A. (2007). Maslow's Hierarchy of Needs.

3.2.1.4. Productividad laboral

La productividad laboral es cuando el personal utiliza su experiencia y conocimientos en el cambio, la innovación continua, la calidad del trabajo, mejorar el servicios lo cual conlleva a un incremento de la productividad de la organización.

- **Principios de la productividad laboral**
 - Despertar el sentido de pertenencia hacia la empresa
 - Motivar al personal
 - Considerar la importancia de cada cargo
 - Permitir tomar decisiones
 - Compensar salarialmente acorde con los resultados
 - Aplicar la mega gerencia (16).

- **Importancia de la Productividad laboral**

Es importante ya que implica altos ingresos reales tanto para el trabajador como para las organizaciones, alta inversión en investigación y desarrollo y más atención a los problemas del medio laboral.

3.2.1.5. Eficacia

La eficacia "está relacionada con el logro de los objetivos/resultados propuestos, es decir con la realización de actividades que permitan alcanzar las metas establecidas. La eficacia es la medida en que alcanzamos el objetivo o resultado" (17)

A. Conductas del trabajador eficaz

Si la persona centra su actuación en estos comportamientos, obtendrá resultados positivos en su trabajo. A continuación, enumeraremos las principales conductas:

- Responsabilidad
- Capacidad
- Automotivación
- Autogestión
- Suerte
- Simplificación (17).

3.2.1.6. Eficiencia laboral

Eficiencia significa utilización correcta de los recursos (medios de producción) disponibles.

La definición de eficiencia es la relación que existe entre los recursos empleados en un proyecto y los resultados obtenidos con el mismo. Hace referencia sobre todo a la obtención de un mismo objetivo con el empleo del menor número posible de recursos o cuando se alcanzan más metas con el mismo número de recursos o menos. Es decir conseguir el máximo rendimiento con el mínimo coste.

- Teniendo en cuenta a las personas.
- Potenciando un modelo en el que las interacciones y la confianza entre los integrantes de la organización sea el motor de la compañía.
- Logrando el compromiso de las personas, especialmente en negocios intensivos en capital humano.
- Garantizando el diseño eficiente de la organización y sus roles, la colaboración y la gestión del talento (18).

3.3. Participación de la enfermera en salud ocupacional

La Salud Ocupacional es una rama de la enfermería cuyo objetivo es la conservación de la salud del trabajador, la participación de la enfermera dentro de las organizaciones es de suma importancia ya que mientras más saludables estén los trabajadores, mayor será la productividad del equipo de trabajo.

La enfermera cumple con funciones importantes dentro de las organizaciones:

- Vigilar la salud de los trabajadores y brindar atención primaria en accidentes, incidentes o algún padecimiento leve que pudiera presentar el colaborador.
- Prevenir situaciones que pongan en riesgo a los trabajadores y promover una cultura de salud en la organización.
- Gestionar y planificar protocolos y procedimientos que garanticen un ambiente saludable para todos los miembros de la organización.
- Realizar investigaciones relacionadas con temas de salud laboral.

La enfermera en salud ocupacional ha tomado fuerza en los últimos años, dado que el requerimiento es cada vez mayor, debido a la complejidad de las empresas y los requerimientos del mercado.

4. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

4.1. INTERNACIONALES

- A. LARA SOTOMAYOR, JUAN EDUARDO, (2014) QUITO. ECUADOR.** “Los riesgos biopsicosociales y su influencia en el desempeño laboral, en los trabajadores que laboran a turnos especiales del Cuerpo de Bomberos del Distrito Metropolitano de Quito”. Se concluye que en el Cuerpo de Bomberos del Distrito Metropolitano de Quito el desempeño laboral de cada individuo se ve afectado debido a los turnos de trabajo, estrés, exclusión de varios individuos del grupo, fatiga laboral, el continuo cambio de encargados de pelotón que conlleva a un malestar en el grupo la de jornadas laborales, los problemas sociales como las familiares influyen directamente en las funciones de cada trabajador ya que no permite un desempeño laboral correcto.
- B. PASPUEL BENAVIDES, LEDY ESMERALDA, (2014) QUITO, Ecuador** “Identificación de factores psicosociales para mejorar el desempeño laboral en los trabajadores de Lavanderías Ecuatorianas C.A.” Se concluye que la identificación de los factores psicosociales en el personal operativo de las lavanderías se encuentra en un estado de peligro debido a que el estrés, depresión, ansiedad, nutrición, problemas de sueño y problemas en el entorno social tienen repercusiones negativas en la salud y en el desempeño laboral del trabajador.

5. HIPÓTESIS

Dado que el bienestar biopsicosocial es el estado de equilibrio entre los aspectos físico, psicológico y social.

Es probable que el bienestar biopsicosocial influya en el desempeño laboral del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María.

CAPÍTULO II PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

1. TÉCNICA E INSTRUMENTO:

1.1. Técnica

La técnica que se utilizó en el presente trabajo de investigación fue el cuestionario.

1.2. Instrumento

Tanto para la variable independiente como para la variable dependiente se hizo uso de la cédula de preguntas la que contiene enunciados de una serie de actividades que han sido cuidadosamente seleccionadas en respuesta a los indicadores, este instrumento fue sometido a la prueba de confiabilidad Alfa de Cronbach debido a que se adaptaron algunos términos de los enunciados para mejor entendimiento de los participantes.

Para la variable independiente se utilizó el “**Cuestionario de Estilo de vida**” y se adjuntó el cuestionario “**Scales of psychological wellbeing-reduced**”.

Utilizado y validado por: Ponte Apcho Milagros Vanessa para optar el título de Licenciada en Enfermería, la validación del contenido fue mediante juicio de expertos de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM) Lima- Perú. A este instrumento se le adjuntó la escala propuesta por Carol Riff (1995), unificando y adaptando estos dos instrumentos para lograr los objetivos del presente estudio de investigación. Cada respuesta tiene opciones predefinidas que tendrán la siguiente valoración: siempre (4), algunas veces (3), frecuentemente (2), nunca (1), consta de

60 ítems divididos en 3 sub escalas: bienestar físico, bienestar psicológico, bienestar social.

Para la variable dependiente Desempeño Laboral el instrumento que se utilizó fue “**Clima Organizacional y Desempeño Laboral**”.

Utilizado y validado por: Quispe Vargas Edgar para obtener el título profesional de Licenciado en Administración de Empresas siendo validado por un juicio de expertos de la Universidad Nacional José María Arguedas Andahuaylas- Perú. Cada respuesta tiene opciones predefinidas teniendo la siguiente valoración: siempre (5), casi siempre (4), algunas veces (3), muy pocas veces (2) y nunca (1), está conformado por 30 ítems dividido en 6 sub escalas: comunicación interpersonal, autonomía para toma de decisiones, motivación laboral, productividad laboral, eficacia, eficiencia laboral.

Las calificaciones por cada ítem

A. **Bienestar Biopsicosocial**

- **Bienestar físico**

- Alimentación saludable (ítems 1,2,3,4,5)
- Actividad física (ítems 6,7,8,9,10)
- Descanso y sueño (ítems 11,12,13,14,15)
- Control de la salud (ítems 16,17,18,19,20)

- **Bienestar psicológico**

- Auto aceptación (ítems 21,22,23,24,25)
- Autonomía (ítems 26,27,28,29,30)
- Crecimiento personal (ítems 31,32,33,34,35)
- Propósito de vida (ítems 36,37,38,39,40)
- Gestión del estrés (ítems 41,42,43,44,45)

- **Bienestar social**

- Calidad de vida (ítems 46,47,48,49,50)
- Relaciones interpersonales (ítems 51,52,53,54,55)
- Inclusión social (ítems 56,57,58,59,60)

- **Calificación:** Cada respuesta obtiene una puntuación de 1 a 4; para cada una de ellas, utilizando una escala que consta de la siguiente calificación:
 - Nunca 1 pts.
 - Algunas veces 2 pts.
 - Frecuentemente 3 pts.
 - Siempre 4 pts.

- **Baremo:** las puntuaciones obtenidas en cada ítem se suman obteniendo un resultado que significa que a mayor puntuación mayor bienestar.
 - Deficiente 60-120 pts.
 - Regular 121-180 pts.
 - Óptimo 181-240 pts.

B. Desempeño Laboral

- Comunicación interpersonal (ítems 1,2,3,4,5)
- Autonomía para la toma de decisiones (ítems 6,7,8,9,10)
- Motivación laboral (ítems 11,12,13,14,15)
- Productividad laboral (ítems 16,17,18,19,20)
- Eficacia (ítems 21,22,23,24,25)
- Eficiencia laboral (ítems 26,27,28,29,30)

- **Calificación:** cada respuesta obtiene una puntuación de 1 a 5; para cada una de ellas, utilizando una escala que consta de la siguiente calificación:
 - Nunca 1 pts.
 - Muy pocas veces 2 pts.
 - Algunas veces 3 pts.
 - Casi siempre 4 pts.
 - Siempre 5 pts.

- **Baremo:** las puntuaciones obtenidas en cada ítem se suman obteniendo un resultado en donde mayor puntuación mejor desempeño laboral.
 - Deficiente 30-70 pts.
 - Regular 71-110 pts.

- Óptimo 111-150 pts.

2. CAMPO DE VERIFICACIÓN:

2.1. Ubicación Geográfica

El presente estudio se realizó en el campus central de la Universidad Católica de Santa María que se encuentra ubicado en la Urbanización San José s/n Umacollo, en el Distrito de Yanahuara, Arequipa-Perú.

2.2. Ubicación Temporal.

El siguiente proyecto de investigación se realizó en los meses de agosto del 2018 a enero del 2019.

2.3. Unidades de Estudio.

Están conformadas por el personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa.

2.3.1. Universo

El universo está conformado por 75 trabajadores de limpieza que laboran en el presente año en la Universidad Católica de Santa María de Arequipa que representa el 100%.

- **Criterio de Inclusión**

- Personal de limpieza que acepte participar del estudio de investigación, mediante su autorización en el consentimiento informado.

- **Criterios de Exclusión**

- Personal de limpieza que no acepte participar del estudio de investigación.
- Personal de limpieza que se encuentre de vacaciones.

2.3.2. Muestra

Del total de trabajadores de limpieza, según los criterios de Inclusión y Exclusión, la muestra queda conformada por 70 trabajadores.

3. ESTRATEGIAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.1. Organización

- Se solicitó a la Decana de la Facultad de Enfermería, se emita una carta de presentación al Vicerrectorado Administrativo de la Universidad Católica Santa María para coordinar la aplicación del instrumento de investigación.
- Para la recolección de datos, se coordinó con el Vicerrectorado Administrativo a efecto de determinar fechas, horarios y lugar.
- Se aplicó el instrumento:
 - Antes de dar inicio a la aplicación del instrumento se dió a conocer al personal de limpieza el propósito de la investigación y se les motivó a ser lo más sinceros posibles para poder obtener resultados verídicos y cercanos a la realidad.
 - La aplicación del instrumento se realizó en el mes de octubre del presente año durante 20 minutos a cada encuestado, en el sótano del pabellón “E” de la Universidad Católica Santa María.
- Concluida la recolección de datos se procedió a la tabulación de los datos, análisis e interpretación de los mismos.
- Se realizó la Prueba estadística coeficiente de correlación (es el valor numérico que da a conocer el grado de relación que existe entre dos o más variables se representa por la letra r , el coeficiente de relación tiene un valor que oscila entre $+1$ y -1 , se utiliza la fórmula de Pearson utilizando una matriz de datos) para la verificación de la relación entre variables.

4. Recursos

A. Recursos Humanos

- **Investigadores**
 - Arias Llamoca Vanessa Hade
 - Saraya Hernani Katherin Rossi

B. Colaboradores

- Personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa.

C. Recursos Físicos

- Instalaciones de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa.

D. Recursos Económicos

- El presupuesto para la recolección de datos fueron asumidas por las investigadoras.

4.1. Procesamiento de datos

- Medición de fiabilidad por Alfa de Cronbach.
- Se realizó la tabulación manual de los datos para luego poder realizar la elaboración de una base de datos en el programa Microsoft Excel 2013.



CAPÍTULO III

RESULTADOS

INFORMACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA

Tabla 1

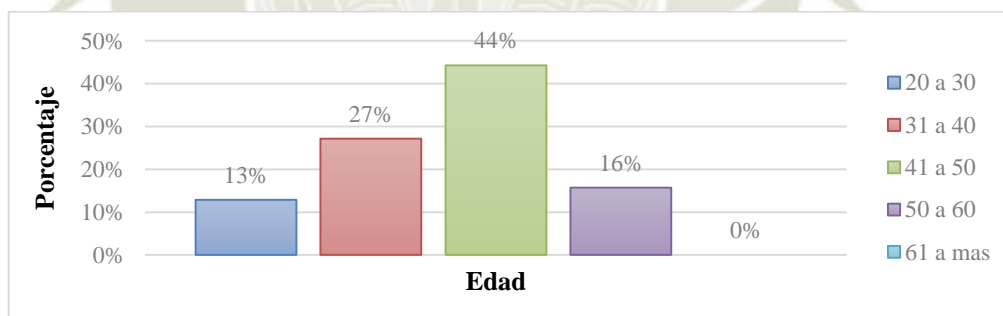
Distribución de la Población según Edad

Edad	f	%
20 a 29	9	13
30 a 39	19	27
40 a 49	31	44
50 a 59	11	16
60 a mas	0	0
Total	70	100

Fuente: Elaboración propia

Figura 1

Población por Edad



Fuente: Elaboración propia

En la tabla y figura 1, población por edad, se observa que, del total del personal de limpieza de la Universidad Católica Santa María, el 44% tienen entre 40 a 49 años de edad; el 27% de 30 a 39 años; el 16% más de 50 a 59 años; y el 13% de 20 a 29 años de edad.

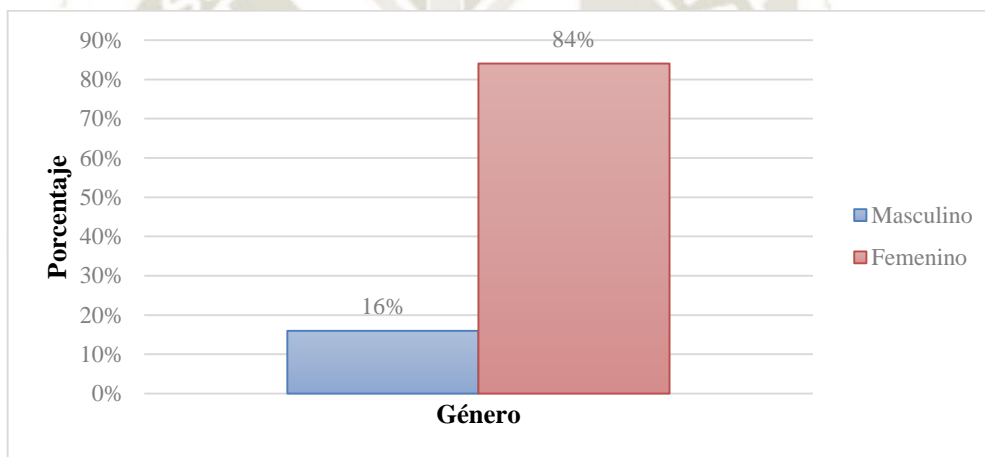
De lo que se deduce que más de las tres cuartas partes (87%) de la población estudiada son adultos.

Tabla 2
Distribución de la Población según Género

Género	f	%
Masculino	11	16
Femenino	59	84
Total	70	100

Fuente: Elaboración propia

Figura 2
Población por Género



Fuente: Elaboración propia

En la tabla y figura 2, población por género, se observa que, del total del personal de limpieza de la Universidad Católica Santa María, el 84% son mujeres y el 16% restante son varones.

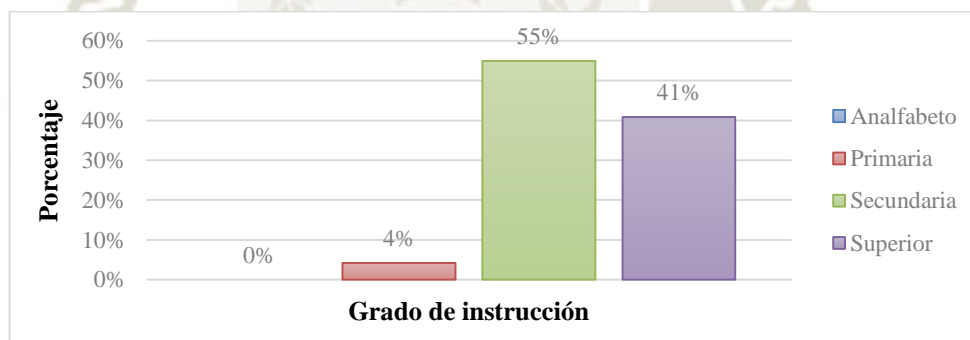
De lo que se deduce que más de las tres cuartas partes (84%) de la población sujeto de estudio son mujeres.

Tabla 3
Distribución de población según Grado de Instrucción

Grado de instrucción	f	%
Analfabeto	0	0
Primaria	3	4
Secundaria	38	55
Superior	29	41
Total	70	100

Fuente: Elaboración propia

Figura 3
Distribución de Población según Grado de Instrucción



Fuente: Elaboración propia

En la tabla y figura 3, población por grado de instrucción, se aprecia que, del total del personal de limpieza de la Universidad Católica Santa María, el 54% tiene instrucción secundaria, el 41% superior y el 4% restante primaria.

De lo que se infiere que el total de la población estudiada es instruida. Y más de la cuarta parte (41%) tiene instrucción superior.

Tabla 4
Valoración del Bienestar Físico

Bienestar Físico	Deficiente		Regular		Óptimo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Alimentación	10	14	30	43	30	43	70	100
Actividad física	17	24	30	43	23	33	70	100
Descanso y sueño	6	9	37	52	27	39	70	100
Control de salud	16	22	40	57	15	21	70	100
\bar{x}	12	17	34	49	24	34	70	100

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 4 se puede observar que los mayores porcentajes de cada indicador declaran: el 57% acuden a sus controles de salud para prevenir el desarrollo de enfermedades; el 43% tiene una alimentación óptima; el 24% tiene actividad física deficiente debido a que no realizan ningún deporte ni ejercicio físico.

Lo que permite deducir que en promedio el 49% del personal de limpieza conserva un Bienestar físico en condiciones regulares.

Tabla 5
Valoración del Bienestar Psicológico

Bienestar Psicológico	Deficiente		Regular		Óptimo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Autoaceptación	6	8	43	61	22	31	70	100
Autonomía	18	26	39	56	12	17	70	100
Crecimiento Personal	8	11	34	48	29	41	70	100
Propósito De Vida	5	7	29	42	36	51	70	100
Gestión De Estrés	19	27	30	43	21	30	70	100
\bar{x}	11	16	35	50	24	34	70	100

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 5 se aprecia que los mayores porcentajes de cada indicador declaran: el 61% se encuentra psicológicamente regular debido a que es capaz de autoaceptarse y aprobarse a sí mismo; el 51% encuentra un significado a su propia existencia y tiene propósito de vida por lo cual está en estado psicológico óptimo; el 27% no tiene mecanismos eficaces para afrontar el estrés por lo que es deficiente.

De lo que se infiere que en promedio el 50% del personal de limpieza conserva un Bienestar psicológico en condición regular.

Tabla 6
Valoración del Bienestar Social

Bienestar Social	Deficiente		Regular		Óptimo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Calidad de Vida	4	6	29	41	37	53	70	100
Relaciones Interpersonales	13	19	39	56	18	25	70	100
Inclusión Social	23	33	30	43	17	25	70	100
\bar{x}	13	19	33	47	24	34	70	100

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 6 se puede apreciar que los mayores porcentajes de cada indicador declaran: el 56% se encuentran socialmente en estado regular ya que interaccionan de diversas maneras con las demás; la calidad de vida en el 53% es óptima; el 33% no cree estar integrado a la comunidad por lo que es deficiente en el aspecto social.

Lo que revela que en promedio el 47% del personal de limpieza conserva el Bienestar social en una condición regular.

Tabla 7
Valoración del Bienestar Biopsicosocial

Bienestar Biopsicosocial	Deficiente		Regular		Óptimo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Físico	12	17	34	49	24	34	70	100
Psicológico	11	16	35	50	24	34	70	100
Social	13	19	33	47	24	34	70	100
\bar{x}	12	17	34	49	24	34	70	100

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 7 se puede observar que los mayores porcentajes de cada indicador declaran: que el bienestar físico, psicológico y social se encuentran en un estado regular. Así mismo dentro del indicador regular, el bienestar psicológico tiene mayor influencia en el desempeño laboral del personal de limpieza evidenciado en un 50%.

Lo que revela que en promedio, el 49% de los trabajadores de limpieza conserva un bienestar biopsicosocial regular.

Tabla 8
Valoración del Desempeño Laboral

Desempeño Laboral	Óptimo		Regular		Deficiente		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
• Comunicación interpersonal	29	41	36	51	5	8	70	100
• Autonomía toma de decisiones	45	64	16	22	9	13	70	100
• Motivación laboral	31	45	27	38	12	17	70	100
• Productividad laboral	50	71	18	26	2	3	70	100
• Eficacia	62	89	5	7	3	4	70	100
• Eficiencia laboral	55	78	13	18	3	4	70	100
\bar{x}	45	65	19	27	6	8	70	100

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 8 se puede apreciar que los mayores porcentajes declaran: el 89% de trabajadores realiza su trabajo con calidad y cumpliendo las tareas que se les asigna logrando así los objetivos de su institución evidenciándose una eficacia optima; el 51% evidencia una comunicación interpersonal regular dado que casi siempre entiende los mensajes que se le da en la institución y algunas veces no tiene una adecuada relación con sus compañeros; el 17% no está de acuerdo con su remuneración salarial, el ambiente no le permite desenvolverse en su trabajo, los beneficios de salud que reciben no son adecuados, el tiempo de sus vacaciones no les parece suficiente, por estas razones se evidencia una motivación laboral deficiente.

De lo que se infiere que en promedio el 65% de trabajadores de limpieza tiene un desempeño laboral óptimo.

Tabla 9
Correlación entre la variable Bienestar Biopsicosocial y la
variable Desempeño Laboral

	Desempeño laboral \bar{x}		Bienestar biopsicosocial \bar{x}		Diferencia	
	f	%	f	%	f	%
Óptimo	45	65	24	34	↑21	50
Regular	19	27	34	49	↓15	35
Deficiente	6	8	12	18	↓6	15
Total	70	100	70	100	43	100

Fuente: Elaboración propia

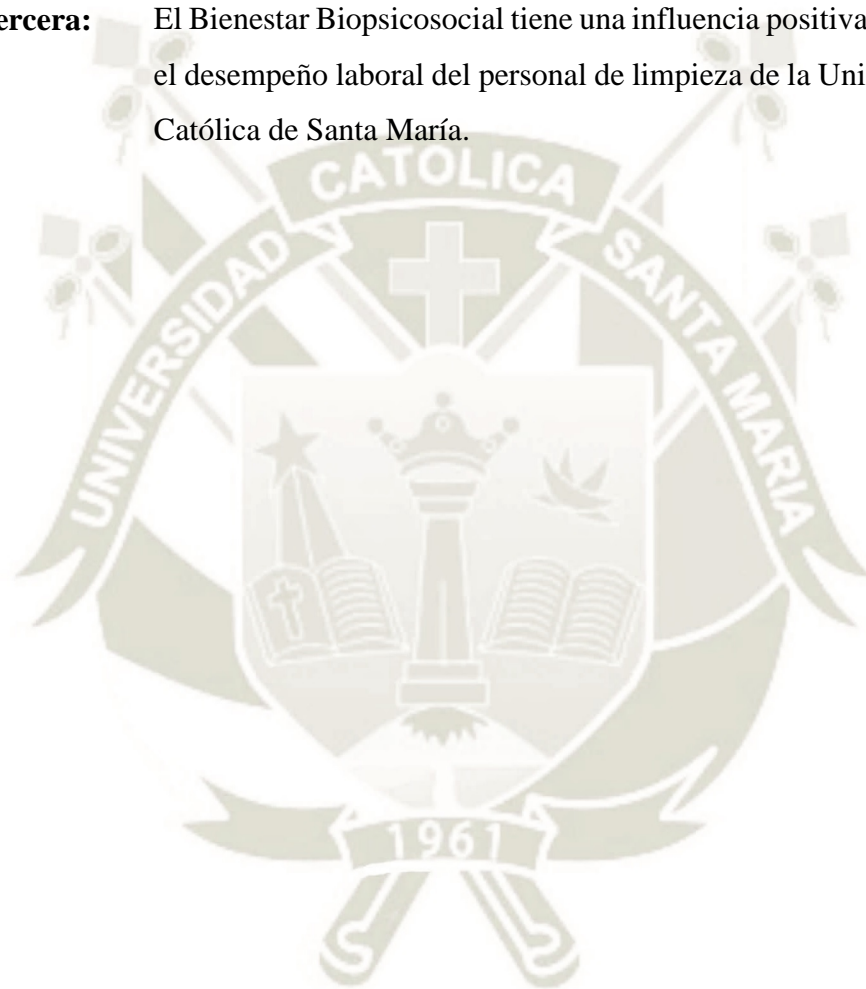
Coefficiente de Correlación $r = +0.35$

En la tabla 9, se puede observar que según al coeficiente de correlación $+0.35$ los trabajadores conservan un bienestar biopsicosocial regular en un 49%; mantienen un desempeño laboral óptimo en un 65%.

Según la diferencia estadística, existe una relación directa entre los indicadores Regular y Deficiente; mientras en el indicador Óptimo es inverso. De lo que se infiere que el Bienestar Biopsicosocial tiene una correlación positiva débil en el Desempeño Laboral de los trabajadores de limpieza de la Universidad Católica Santa María.

CONCLUSIONES

- Primera:** En promedio el personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María, conserva un Bienestar Biopsicosocial Regular.
- Segunda:** En promedio el personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María tiene un Desempeño Laboral Óptimo.
- Tercera:** El Bienestar Biopsicosocial tiene una influencia positiva débil en el desempeño laboral del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María.



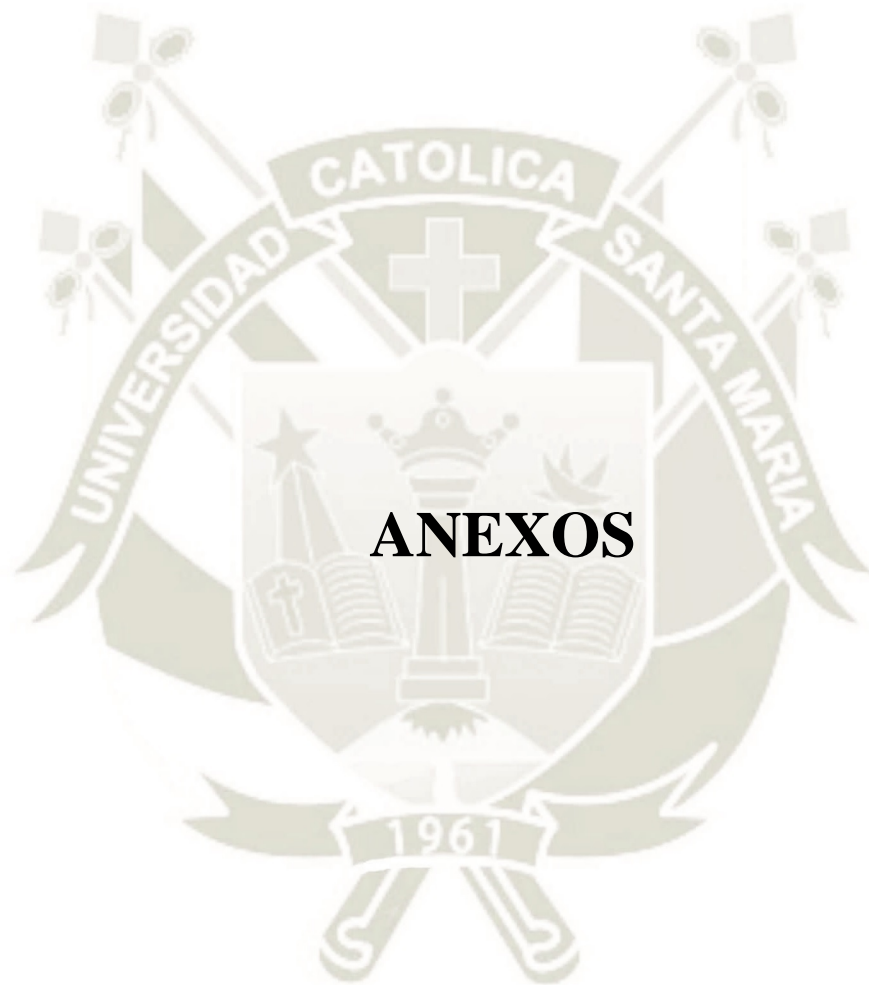
RECOMENDACIONES

- Primera:** Que la Universidad Católica de Santa María en coordinación con la Empresa Prestadora de Servicio formule un programa de gestión, prevención para controlar debidamente los factores que ponen en riesgo el Bienestar Biopsicosocial del personal de limpieza.
- Segunda:** La Universidad Católica de Santa María en conjunto con la Empresa Prestadora de Servicio debe incentivar el Desempeño Laboral del personal de limpieza , a través de programas de motivación y satisfacción laboral, que permita seguir manteniendo el nivel óptimo respecto a la productividad laboral, eficacia y eficiencia laboral y mejorar la comunicación interpersonal.
- Tercera:** Que la Empresa Prestadora de Servicio en conjunto con la Universidad Católica de Santa María realicen controles periódicos para identificar específicamente cuales son los factores Biopsicosociales que influyen en el Desempeño Laboral.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/> Extraído: 05/10/18 hora: 1:15
2. Herrero G Alimentación saludable [en línea]. 1.^a ed. España: Profit; 2018. [Citado: 2018 noviembre 25]. Disponible en <https://books.google.com.pe/books?id=EPFUDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=alimentacion+saludable&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiUhojInfAhUBneAKHfyDBCEQ6AEIKzAB#v=onepage&q&f=false>.
3. Serra Ll Actividad física y salud [en línea]. 1.^a ed. España: Elsevier; 2006. [Citado: 2018 noviembre 18]. Disponible en <https://books.google.com.pe/books?id=HoBRW1Nk8SIC&printsec=frontcover&dq=actividad+fisica&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjYg-ooInfAhVHMt8KHVYUABoQ6AEINzAD#v=onepage&q&f=false>
4. Actividades Físicas [en línea]. Madrid: Fundación Alimentum; 2010 [fecha de acceso 13 de octubre del 2018]. URL disponible en: http://www.infoalimenta.com/actividad_fisica/1/113/como-clasificamos-la-actividad-fisica/
5. Necesidad de Descanso y Sueño. Mexico: FESI-UNAM; 2013 [fecha de acceso 16 de octubre del 2018]. URL disponible en: <https://mira.ired.unam.mx/enfermeria/wpcontent/uploads/2013/05/necesidades.pdf>
6. ¿Qué es el bienestar psicológico? El modelo de Carol Ryff Mexico: about español ; 2017 [fecha de acceso 11 de noviembre del 2018]. URL disponible en: <https://www.aboutespanol.com/que-es-el-bienestar-psicologico-el-modelo-de-carol-ryff-2396415>
7. http://www.uniminuto.edu/documents/702814/0/Qu%C3%A9+es+el+bienestar+psicol%C3%B3gico/94cf47ca-be8b-44cf-85a7_9359f351f95?version=1.0 Extraído: 05/12/18 hora: 6:18
8. <https://books.google.com.pe/books?id=IOtCDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=estres&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwj85bTsnY7fAhXRTd8KHeC8CX8Q6AEIKDAA#v=onepage&q&f=false> Extraído: 05/10/18 hora: 7:15
9. Robbins, Stephen, P., & Coulter, M. (2013). Administración. Un empresario Competitivo. Mexico: Pearson Educacion, Mexico.

10. Robbins, S., y Judge, T. (2013). Comportamiento Organizacional. México : Pearson Educacion.
11. CHIAVENATO I. (2007). Administración de Recursos Humanos. Sao Paulo, Brasil. 8va Edición
12. http://biblioteca.utec.edu.sv/siab/virtual/elibros_internet/55772.pdf Extraído: 26/10/18 hora: 6:20
13. Schein, E. (1993): Psicología organizacional, México, Ed. Publimex. 252pp.
14. <https://www.gestiopolis.com/participacion-empleados-toma-decisiones/> Extraído: 02/11/18 hora: 7:05
15. Chapman A. (2007). Maslow's Hierarchy of Needs. Documento en línea recuperado el 15 noviembre de 2018: www.businessballs.com/maslow.htm
16. Van Der (2005) Gestión y gerencias empresariales Eco ediciones. bogota Colombia. 2da Edición
17. Da Silva O.Reinaldo. (2008) <http://www.promonegocios.net/administracion/definicion-eficacia.html>.
18. <https://recursos-humanos.infojobs.net/factores-de-la-eficacia-trabajo> Extraído: 16/12/18 hora: 8:22



ANEXO N° 01

CONSTANCIA DE EJECUCIÓN DE INSTRUMENTO



Universidad Católica de Santa María

☎ (51 54) 382038 Fax:(51 54) 251213 ✉ ucsm@ucsm.edu.pe 🌐 http://www.ucsm.edu.pe Apartado:1350

AREQUIPA - PERÚ

El Jefe de la Oficina de Infraestructura y Servicios Generales, por medio del presente manifiesta que las señoritas Vanessa Hade Arias Llamoca y Katherin Rossi Saraya Hernani Bachilleres de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María, realizaron su investigación con los trabajadores de Service Minkawasi, con la finalidad de elaborar su tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería “Influencia del Bienestar Bipiscosocial en el desempeño laboral del personal de limpieza de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – 2018”.

Se otorga la presente, para los fines indicados anteriormente.

Arequipa, 06 de diciembre del 2018.

UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA



Dr. Marco Llaza Loayza
Jefe de la Oficina de Infraestructura
y Servicios Generales

ANEXO N° 02

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____ otorgo mi consentimiento para participar en la investigación titulada: INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPSIOSOCIAL EN EL DESEMPEÑO LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA, AREQUIPA - 2018, presentada por las señoritas Arias Llamoca Vanessa Hade y Saraya Hernani Katherin Rossi para fines de obtención del Título Profesional de Licenciadas de Enfermería

Declaro haber sido informado de la naturaleza, objetivos, fines y alcances de la presente investigación.

También declaro haber sido informado de mi derechos y obligaciones que como unidad de estudio me atañen, así como del respeto a los principios de beneficencia, anonimato y confidencialidad de la información, trato digno y justo, participación voluntaria y libre determinación.

FIRMA

Nombres y Apellidos:

N° DNI: _____

ANEXO N° 03

CUESTIONARIO DE BIENESTAR BIOPSIICOSOCIAL



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA
FACULTAD DE ENFERMERÍA

Las siguientes respuestas serán únicamente usadas para la investigación titulada: : “INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPSIICOSOCIAL EN EL DESEMPEÑO LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA, AREQUIPA – 2018”
Agradecemos anticipadamente su participación.

Datos sociodemográficos:

Datos sociodemográficos:

Edad: _____

Género: M () F ()

Grado de instrucción: Analfabeto () Primaria () Secundaria () Superior ()

Nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Siempre
1 0 veces.	2 de 1 a 2 veces	3 de 3 a 5 veces	4 a diario

BIENESTAR FÍSICO				
Alimentación saludable	N	Av	F	S
1. Tomo desayuno.				
2. Consumo 2 – 3 frutas diarias.				
3. Escojo una dieta baja en grasas.				
4. Límite el consumo de azúcares (dulces).				
5. Cumpro con almorzar.				
Actividad Física	N	Av	F	S
6. Sigo un programa de ejercicios planificado.				
7. Realizo ejercicios de recreación por 20 minutos y con una frecuencia mínima de 2 veces por semana (andar en bicicleta, caminar, bailar, nadar, gimnasio, otros).				
8. Suelo participar de eventos deportivos (paseos, caminatas, maratones, fútbol, vóley, etc.)				
9. Realizo actividad física diariamente como utilizar escaleras, caminar después de almorzar u otros.				
10. Mi trabajo exige una actividad física durante al menos 10 minutos consecutivos				
Descanso y Sueño	N	Av	F	S
11. Tomo tiempo para relajarme todos los días.				
12. Realizo actividades de distracción para prevenir el cansancio.				
13. Duermo entre 5 -6 horas diarias como mínimo.				
14. Me concentro en pensamientos agradables a la hora de acostarme.				
15. Me siento recuperado después de mis horas de sueño				
Control de la Salud	N	Av	F	S
16. Busco orientación de los profesionales de la salud cuando tengo un problema de salud.				
17. Examino mi cuerpo por lo menos mensualmente, en busca de cambios físicos o señales peligrosas.				
18. Informo a un profesional de la salud sobre cualquier señal inusual o síntoma extraño.				
19. Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones y ampliar conocimientos.				
20. Leo, escucho o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.				

BIENESTAR PSICOLÓGICO				
Autoaceptación	N	Av	F	S
21. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento de cómo han resultado las cosas.				
22. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo (a).				
23. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.				
24. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.				
25. En la mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.				
Autonomía	N	Av	F	S
26. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.				
27. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.				
28. Se realmente lo que quiero.				
29. Eres consecuente con tus valores y creencias.				
30. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.				
Crecimiento Personal	N	Av	F	S
31. Con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.				
32. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer cambios en mi vida.				
33. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.				
34. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.				
35. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento.				
Propósito de Vida	N	Av	F	S
36. Encuentro cada día interesante y estimulante.				
37. Creo que mi vida tiene un propósito.				
38. Siento que hay una fuerza superior que guía mis pasos.				
39. Miro hacia el futuro.				
40. Acepto aquellas cosas en mi vida que ya no puedo cambiar.				
Gestión del Estrés	N	Av	F	S
41. Utilizo métodos para afrontar mi estrés.				
42. Practico técnicas de relajación por 20 minutos diariamente.				
43. Mi vida diaria consiste en hacer siempre lo mismo.				
44. Mi trabajo es muy exigente y agotador.				
45. Las personas que conozco y convivo tienen actitudes hostiles hacia mí.				
BIENESTAR SOCIAL				
Calidad de Vida	N	Av	F	S
46. Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.				
47. Me siento satisfecho y en paz conmigo mismo (a).				
48. Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.				
49. Trabajo hacia metas de largo plazo en mi vida.				
50. Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.				
Relaciones Interpersonales	N	Av	F	S
51. Paso tiempo con mis amigos.				
52. Mantengo relaciones interpersonales significativas y enriquecedoras.				
53. Converso sobre mis preocupaciones con personas allegadas.				
54. Tengo facilidad para demostrar y aceptar contacto físico con las personas que me importan.				
55. Utilizo el diálogo como fuente importante para tomar acuerdos.				
Inclusión social	N	Av	F	S
56. He sentido que no respetan mis derechos humanos.				
57. Soy un miembro activo en algún grupo social (junta vecinal, sindicatos, gremios, organizaciones ecologistas, asociaciones religiosas, etc.)				
58. Me he sentido discriminado por origen racial, étnico, identidad sexual, género, aspecto físico.				
59. Suelo estar atento de las cosas que pasan en mi (vecindario, trabajo).				
60. He estado satisfecho con el trato que se me da (trabajo, vecindario).				

ANEXO N° 04

FIABILIDAD CUESTIONARIO DE BIENESTAR BIOPSIICOSOCIAL

1. Valores del instrumento:

- Nunca : 1
- Algunas Veces : 2
- Frecuentemente : 3
- Siempre : 4

2. La fiabilidad de los resultados

Cuadro 1. Estadísticos de fiabilidad

Variables	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Bienestar Biopsicosocial	.947	60

Cuadro 2: Escala de confiabilidad

0,53 a menos	Nula confiabilidad
0,54 a 0,59	Baja confiabilidad
0,60 a 0,65	Confiable
0,66 a 0,71	Muy confiable
0,72 a 0,99	<i>Excelente confiabilidad</i>
1,00	Perfecta confiabilidad

RESULTADOS DE LA ENCUESTA PILOTO

VARIABLE: BIENESTAR BIOPSIICOSOCIAL

Nº	Alimentación saludable					Actividad física					Descanso y sueño					Control de salud				Autoaceptación					Autonomía					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1	4	1	1	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	1	4	2	2	3	2	4	
2	4	2	2	2	4	1	1	4	4	4	2	1	4	4	4	4	2	2	1	4	2	2	4	2	2	4	2	2	3	
3	3	1	1	2	4	2	2	1	3	2	1	2	4	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	2	1	
4	4	2	3	3	4	2	3	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	
5	4	1	3	4	4	2	2	2	4	2	1	2	4	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	1	4	3	2	4	1	1
6	4	2	2	1	4	2	2	1	4	3	2	2	4	3	2	3	2	2	3	2	2	4	2	2	4	3	1	3	3	1
7	4	2	2	1	4	2	2	1	3	3	2	2	4	4	4	2	1	1	1	4	2	4	3	2	2	4	2	2	1	1
8	4	2	2	2	4	1	1	2	2	4	2	2	4	2	4	4	2	4	4	2	2	2	4	2	4	2	1	4	2	2
9	4	2	1	1	4	2	2	2	4	4	2	1	2	1	4	2	1	1	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	3	2
10	4	2	1	2	4	1	2	1	4	3	2	2	2	2	10	1	2	1	1	2	2	4	4	2	2	4	1	4	4	1
11	4	2	2	3	4	1	1	2	4	4	3	2	4	3	2	2	1	2	2	2	4	4	4	1	2	4	1	4	2	2
12	4	1	1	2	4	1	1	1	4	4	4	1	4	2	4	2	1	1	1	1	3	2	4	2	2	3	1	3	3	2
13	4	4	4	4	4	1	2	2	2	4	4	2	0	4	2	2	4	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	0	2	4
14	2	1	2	2	1	1	3	1	4	4	1	1	2	3	2	4	3	1	1	2	2	1	1	1	1	4	2	1	1	1
15	4	4	3	2	4	2	1	2	3	4	2	3	4	4	4	2	1	1	2	1	3	4	3	1	3	2	3	0	2	1
16	2	3	1	2	4	1	1	2	4	4	2	1	4	4	2	1	1	2	0	2	2	4	4	2	3	4	1	3	2	2
S	0.7	0.9	0.9	0.9	0.7	0.6	0.8	0.9	0.7	0.7	1.0	0.8	1.2	1.0	1.9	1.0	1.0	1.1	1.1	0.9	0.8	1.1	0.8	0.4	1.0	0.8	1.3	0.8	1.0	
	0	7	3	3	5	3	9	6	3	3	1	5	0	7	9	6	5	5	6	1	2	9	8	0	5	3	2	1	6	
S2	0.5	0.9	0.8	0.8	0.5	0.4	0.7	0.9	0.5	0.5	1.0	0.7	1.4	1.0	3.8	1.1	1.1	1.3	1.3	0.9	0.6	1.2	0.7	0.2	1.0	0.7	1.7	0.6	1.1	
	0	3	6	7	6	0	8	2	3	3	3	3	3	0	7	8	3	2	2	2	5	6	8	3	0	3	0	3	5	3
ΣS	97.21																													
2																														

Nº	Crecimiento personal					Propósito de vida					Gestión de estrés					Calidad de vida					Relaciones interpersonales					Inclusión social					TOTAL	
	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60		
1	4	4	0	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	4	2	4	1	0	2	2	2	4	1	1	2	2	179	
2	4	1	4	4	4	1	4	1	4	4	1	1	4	2	2	4	2	2	1	4	2	1	2	1	4	2	4	4	4	1	160	
3	2	2	4	2	3	2	3	2	4	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	1	1	2	1	3	123	
4	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	2	1	2	3	3	170	
5	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	1	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	1	2	4	182	
6	3	2	2	4	3	2	4	3	4	4	3	2	2	4	3	2	4	4	2	1	2	2	1	2	2	3	3	1	1	2	2	150
7	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	2	1	2	1	2	4	2	3	4	3	2	1	2	2	3	2	4	2	4	2	149	
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	1	4	4	2	4	4	4	4	4	2	25	2	2	2	4	1	4	1	2	194	
9	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	1	4	4	2	4	2	2	2	1	2	2	4	2	4	4	1	4	2	2	141	
10	4	2	2	3	4	4	4	4	3	4	1	1	4	4	2	4	3	2	2	2	1	2	3	4	4	1	1	1	4	2	159	
11	4	2	0	3	4	3	4	4	4	2	1	1	4	4	2	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	1	1	2	2	3	164	
12	2	2	2	4	4	2	1	2	4	1	1	4	4	4	0	4	4	2	0	1	4	0	4	4	1	0	1	4	4	1	140	
13	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	2	1	2	4	2	2	4	4	4	1	177	
14	2	2	1	2	1	0	2	2	2	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	3	3	3	1	4	2	1	3	110	
15	4	4	4	3	3	3	4	3	4	1	1	1	4	4	4	3	4	4	4	4	1	1	2	1	3	2	2	4	1	1	159	
16	4	2	4	2	4	3	4	4	4	2	1	1	4	3	3	4	3	4	3	3	1	0	2	3	3	3	1	4	2	3	154	
S	0.86	0.96	1.41	0.77	0.89	1.09	0.96	1.06	0.58	1.03	0.96	1.18	0.96	1.03	0.82	0.93	1.09	1.21	1.12	0.89	6.01	0.87	1.08	0.93	1.20	1.41	1.31	1.21	0.91	21.82		
S2	0.73	0.93	2.00	0.60	0.78	1.20	0.92	1.13	0.33	1.07	0.92	1.40	0.93	0.97	1.07	0.67	0.86	1.18	1.46	1.26	0.80	36.12	0.76	1.16	0.86	1.45	2.00	1.72	1.46	0.83	476.33	
ΣS2	97.21																															

FUENTE: Elaboración propia

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Donde:

K = Número de ítems

$\sum S_i^2$ = Sumatoria de los cuadrados de las varianzas de las respuestas de cada ítem.

S_T^2 = Cuadrado de la sumatoria de la varianza de la sumatoria de los puntajes de cada cuestionario aplicado.

Si el alfa “ α ” de Cronbach está más cerca de 1, más alto es el grado de confiabilidad que existe en el instrumento a validar.

Entonces: K = 60, $\sum S_i^2 = 97,21$, $S_T^2 = 476,33$ reemplazando en la fórmula: $\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$

$\alpha = \frac{60}{60-1} \left[1 - \frac{97.21}{476.33} \right] = 0.809$, como dicho valor está muy cerca de 1, la confiabilidad del instrumento es alta.

ANEXO N° 05

BASE DE DATOS – BIENESTAR BIOPSIOSOCIAL

N°	BIENESTAR FÍSICO																				BIENESTAR PSICOLÓGICO																						
	Alimentación saludable					Actividad física					Descanso y sueño					Control de salud					T	Autoaceptación					Autonomía					Crecimiento personal											
	1	2	3	4	5	T	6	7	8	9	10	T	11	12	13	14	15	T	16	17		18	19	20	T	21	22	23	24	25	T	26	27	28	29	30	T	31	32	33	34	35	T
1	4	2	2	2	4	14	1	1	4	4	4	14	2	1	4	4	4	15	4	2	2	1	4	13	56	2	2	4	2	2	12	2	4	2	2	3	13	4	1	4	4	4	17
2	4	2	3	1	4	14	2	4	1	4	4	15	4	4	4	2	4	18	4	1	3	4	2	14	61	2	3	2	2	4	13	2	2	4	2	3	13	4	2	2	1	1	10
3	4	2	2	1	1	10	2	1	1	4	4	12	2	2	4	4	2	14	2	3	1	4	2	12	48	4	4	1	2	4	15	3	1	4	3	2	13	2	2	2	4	4	14
4	4	4	2	3	4	17	1	2	2	4	4	13	4	1	2	3	2	12	1	2	1	1	4	9	51	4	3	4	2	4	17	1	1	2	2	2	8	4	2	3	4	4	17
5	4	1	1	2	4	12	1	2	4	4	3	14	1	1	4	4	3	13	3	4	1	4	4	16	55	3	4	4	2	4	17	3	2	3	3	2	13	4	2	1	3	4	14
6	4	2	3	2	4	15	2	1	4	3	4	14	2	2	1	4	2	11	4	2	2	2	2	12	52	4	4	4	4	4	20	2	2	4	2	1	11	4	4	3	3	4	18
7	4	2	2	2	4	14	1	1	2	2	4	10	2	2	4	2	4	14	4	2	4	4	2	16	54	2	2	4	2	4	14	2	1	4	2	2	11	4	4	4	4	4	20
8	2	1	2	2	4	11	2	3	2	2	4	13	4	2	4	2	4	16	2	1	2	4	3	12	52	3	4	2	2	3	14	2	1	4	2	2	11	4	2	2	4	4	16
9	3	1	4	4	4	16	1	1	1	3	4	10	2	1	4	2	3	12	2	2	1	1	2	8	46	2	4	4	2	2	14	2	1	2	2	1	8	4	2	1	2	2	11
10	4	2	4	4	4	18	2	2	1	4	4	13	2	2	4	2	4	14	1	3	3	3	2	12	57	2	4	2	2	2	12	2	1	4	4	2	13	3	2	2	4	3	14
11	4	3	3	2	4	16	4	2	3	4	4	17	2	3	3	4	3	15	2	4	2	2	3	13	61	4	4	2	1	4	15	4	1	4	2	2	13	2	1	2	4	4	13
12	4	2	2	3	4	15	1	1	2	4	4	12	3	2	4	3	2	14	2	1	2	2	2	9	50	4	4	4	2	1	15	4	1	4	2	2	13	4	2	1	3	4	14
13	4	2	2	3	4	15	2	2	2	4	4	14	4	4	4	4	2	18	1	2	2	2	2	9	56	2	4	4	1	2	13	1	1	4	2	1	9	2	1	4	4	2	13
14	4	1	1	2	4	12	1	1	1	4	4	11	4	1	4	2	4	15	2	1	1	1	1	6	44	3	2	4	2	2	13	3	1	3	3	2	12	2	2	2	4	4	14
15	4	2	3	3	4	16	2	3	2	4	4	15	3	3	3	2	3	14	3	3	3	3	3	15	60	2	2	3	2	3	12	3	2	3	2	3	13	3	2	3	3	3	14
16	4	2	2	2	2	12	2	2	2	4	4	14	4	3	3	2	4	16	2	3	4	3	2	14	56	2	3	3	1	2	11	3	1	4	2	2	12	3	2	4	2	3	14
17	4	2	4	4	4	18	2	3	2	4	2	13	2	4	4	4	2	16	3	2	4	2	4	15	62	3	4	4	2	3	16	1	4	2	2	1	10	4	2	4	2	2	14
18	2	1	2	3	3	11	2	2	2	1	1	8	1	1	4	3	2	11	2	2	1	2	2	9	39	2	3	3	2	3	13	2	1	4	3	2	12	3	2	4	4	4	17
19	4	2	1	3	4	14	1	1	1	4	4	11	1	1	3	2	4	11	4	2	2	4	2	14	50	2	3	2	2	4	13	4	1	2	4	2	10	4	2	4	4	2	16
20	3	2	1	1	4	11	1	2	1	3	1	8	2	1	2	3	2	10	2	3	2	3	2	12	41	2	3	1	2	3	11	2	1	2	3	2	10	3	3	1	3	3	13
21	4	1	3	4	4	16	2	2	2	4	2	12	1	2	4	3	3	13	4	2	3	2	3	14	55	3	4	3	1	4	15	3	2	4	1	1	11	3	2	4	4	4	17
22	4	2	2	3	4	15	1	2	1	4	4	12	1	2	4	1	4	12	4	1	2	3	2	12	51	2	3	3	2	2	12	3	1	2	1	2	9	2	1	2	1	2	8
23	4	2	2	2	4	14	1	1	1	4	1	8	2	4	4	2	4	16	4	2	4	1	1	12	50	2	4	2	1	4	13	2	2	4	2	3	13	4	4	4	4	1	17
24	4	4	1	4	4	17	1	3	1	3	3	11	2	3	4	3	3	15	1	1	1	2	2	7	50	3	4	2	2	3	14	2	1	4	2	2	11	3	2	1	4	3	13
25	4	4	3	2	4	17	2	1	2	3	4	12	2	3	4	4	4	17	2	1	1	2	1	7	53	3	4	3	1	3	14	2	3	1	2	1	9	4	4	4	3	3	18
26	4	3	3	3	4	17	3	2	2	2	4	13	2	3	2	2	2	11	2	2	2	2	3	11	52	2	2	4	2	4	14	2	1	2	2	2	9	4	2	3	3	1	13
27	2	2	1	2	4	11	4	2	1	4	4	15	3	2	4	3	4	16	1	1	2	2	4	10	52	4	4	1	2	3	14	3	2	2	4	2	13	2	1	1	4	2	10
28	4	2	3	2	4	15	2	2	2	2	3	11	2	4	4	2	4	16	2	2	2	4	4	14	56	4	4	2	2	4	16	4	2	4	1	1	12	4	2	2	2	2	12
29	2	2	4	1	4	13	2	2	4	4	4	16	4	2	4	4	4	18	2	3	2	4	2	13	60	4	4	4	1	1	14	2	1	1	4	2	10	3	2	2	3	4	14
30	4	3	3	3	4	17	1	3	2	4	1	11	2	2	4	2	4	14	4	2	2	3	2	13	55	2	3	3	2	2	12	4	2	3	2	1	12	4	2	2	4	3	15
31	4	4	4	4	4	20	1	2	2	2	4	11	4	2	1	4	2	13	2	4	4	2	4	16	60	2	2	4	2	4	14	2	2	1	2	4	11	4	4	2	4	4	18
32	2	1	2	2	1	8	1	3	1	4	4	13	1	1	2	3	2	9	4	3	1	1	2	11	41	2	1	1	1	1	6	4	2	1	1	1	9	2	2	1	2	1	8
33	4	2	1	2	4	13	1	2	1	4	3	11	2	2	2	2	4	12	1	2	1	1	2	7	43	2	4	4	2	2	14	4	1	4	4	1	14	4	2	2	3	4	15
34	4	3	2	2	4	15	3	2	2	1	4	12	3	4	4	2	4	17	2	4	2	4	2	14	58	2	2	3	2	4	13	1	2	2	1	1	7	2	2	4	4	4	16
35	4	2	3	2	4	15	2	2	3	4	4	15	4	3	4	3	4	18	4	3	4	4	4	19	67	4	3	3	3	3	16	4	2	2	1	1	10	3	1	3	4	3	14
36	4	1	1	3	4	13	3	4	4	4	4	19	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	18	70	2	4	4	1	4	15	2	2	3	2	4	13	4	4	1	4	4	17
37	4	1	3	1	4	13	1	2	4	2	4	13	3	2	2	4	2	13	2	1	1	3	4	11	50	2	4	4	2	3	15	2	1	1	2	4	10	4	4	4	4	3	19
38	4	2	2	1	4	13	2	2	1	3	3	11	2	2	4	4	4	16	2	1	1	1	4	9	49	2	4	3	2	2	13	4	2	2	1	1	10	3	2	2	3	3	13
39	4	4	1	1	4	14	1	1	1	4	3	10	4	1	3	2	4	14	1	3	1	2	4	11	49	1	4	1	1	3	10	2	1	2	4	1	10	4	4	2	2	4	16
40	3	1	3	3	2	12	2	2	1	4	4	13	2	2	3	3	2	12	3	1	1	1	1	7	44	2	2	2	2	3	11	4	3	4	2	1	14	4	3	2	3	3	15

41	4	2	1	2	4	13	1	2	1	4	1	9	2	2	2	3	2	11	1	1	1	1	2	6	39	2	3	2	2	2	11	1	2	4	3	2	12	3	2	1	4	4	14
42	4	2	1	1	4	12	2	2	2	4	4	14	2	1	2	1	4	10	2	1	1	2	2	8	44	4	2	4	2	2	14	2	2	2	3	2	11	2	2	2	3	2	11
43	4	2	2	2	4	14	1	2	2	2	4	11	1	2	3	4	4	14	2	1	2	2	2	9	48	3	2	3	2	3	13	3	2	3	2	1	11	3	2	4	4	4	17
44	4	2	4	2	4	16	2	4	2	3	3	14	3	3	4	4	4	18	4	2	2	2	2	12	60	2	2	2	2	2	10	2	1	3	1	1	8	3	2	4	4	4	17
45	4	4	3	3	4	18	1	3	2	2	4	12	4	2	2	4	2	14	2	1	2	2	2	9	53	2	3	4	2	3	14	2	1	1	2	2	8	4	2	1	3	1	11
46	2	3	1	2	4	12	1	1	2	4	4	12	2	1	4	4	2	13	1	1	2	1	2	7	44	2	4	4	2	3	15	4	1	3	2	2	12	4	2	4	2	4	16
47	3	1	1	2	4	11	2	2	1	3	2	10	1	2	4	2	2	11	2	1	2	1	2	8	40	1	2	3	2	2	10	3	2	2	2	1	10	2	2	4	2	3	13
48	4	4	4	2	4	18	1	2	2	4	4	13	4	4	4	2	2	16	2	3	3	4	4	16	63	4	4	2	2	4	16	2	4	4	4	1	15	1	4	1	1	1	8
49	4	4	4	2	4	18	2	2	2	4	2	12	2	3	4	3	4	16	1	4	4	1	2	12	58	2	3	3	2	3	13	4	1	3	3	1	12	4	1	4	4	4	17
50	4	3	1	1	4	13	3	2	4	3	1	13	2	2	4	3	2	13	2	1	1	3	1	8	47	4	4	3	2	1	14	2	1	1	3	3	10	3	4	4	1	4	16
51	2	2	2	3	4	13	2	1	3	4	4	14	1	1	2	2	2	8	4	1	3	1	3	12	47	4	1	3	1	4	13	4	2	2	3	2	13	3	4	1	3	4	15
52	4	2	1	2	4	13	2	1	1	2	1	7	3	1	4	4	4	16	4	2	2	1	2	11	47	2	4	4	3	2	15	3	2	3	2	1	11	1	4	4	3	4	16
53	3	3	4	2	4	16	2	2	1	2	4	11	4	2	4	2	4	16	2	2	2	4	2	12	55	2	4	1	1	4	12	2	1	3	1	1	8	2	1	2	1	2	8
54	4	4	3	4	2	17	1	1	1	3	1	7	2	1	3	4	2	12	3	2	2	4	2	13	49	3	2	4	2	3	14	2	1	3	2	1	9	4	2	4	3	4	17
55	3	1	1	1	3	9	1	1	2	3	4	11	2	4	4	4	2	16	2	2	1	3	4	12	48	2	2	3	1	2	10	2	4	4	1	1	12	3	3	3	4	4	17
56	4	3	3	3	4	17	3	3	1	4	4	15	3	3	4	4	3	17	3	2	2	3	1	11	60	2	3	3	2	2	12	3	2	2	2	2	11	2	2	3	1	1	9
57	4	4	4	2	4	18	1	2	2	4	4	13	4	2	4	3	2	15	4	1	4	4	4	17	63	2	2	4	2	2	12	4	2	4	3	4	17	4	2	2	4	4	16
58	4	2	2	2	2	12	2	2	2	2	4	12	2	4	2	4	4	16	2	2	2	4	4	14	54	4	4	2	2	3	15	1	1	2	2	2	8	4	2	4	4	4	18
59	4	2	3	3	4	16	1	2	2	4	4	13	1	1	4	3	2	11	2	2	2	4	2	12	52	2	4	4	3	3	16	2	1	4	2	2	11	4	2	2	4	3	15
60	4	2	1	2	4	13	4	2	3	4	4	17	2	1	4	4	2	13	2	3	3	4	1	13	56	2	4	2	2	2	12	4	3	4	1	1	13	2	2	1	3	4	12
61	4	2	4	1	4	15	4	4	4	4	4	20	2	2	4	4	4	16	1	1	1	2	4	9	60	2	4	2	3	4	15	3	1	2	2	2	10	4	4	3	4	4	19
62	4	2	2	2	4	14	2	2	1	2	4	11	2	2	2	4	4	14	2	3	2	1	1	9	48	2	4	3	2	4	15	2	1	1	3	2	9	3	2	4	4	4	17
63	4	2	3	3	4	16	1	2	1	4	4	12	2	4	4	4	3	17	2	3	1	1	4	11	56	2	4	4	1	4	15	2	1	2	2	1	8	4	2	4	3	3	16
64	4	2	2	1	4	13	2	2	1	4	3	12	2	2	4	3	2	13	3	2	2	3	2	12	50	2	4	2	2	4	14	3	1	3	3	1	11	3	2	2	4	3	14
65	4	3	4	1	4	16	1	3	3	4	4	15	3	2	3	4	2	14	4	3	2	3	2	14	59	4	4	3	2	3	16	2	1	4	2	1	10	4	3	2	4	4	17
66	4	4	4	2	4	18	4	4	4	4	4	20	3	3	4	4	4	18	4	4	4	2	1	15	53	3	4	4	4	4	19	2	3	4	2	4	15	4	2	2	4	4	16
67	4	1	1	2	4	12	2	4	1	4	1	12	2	2	4	4	4	16	3	2	2	4	2	13	53	3	4	2	2	4	15	4	1	3	1	1	10	2	2	2	4	3	13
68	4	3	1	2	4	14	1	3	2	4	4	14	4	1	2	3	2	12	2	2	2	2	2	10	50	4	2	4	1	2	13	4	2	2	2	4	14	2	1	4	1	2	10
69	4	2	3	1	4	14	1	2	1	2	4	10	2	3	2	2	4	13	4	2	2	4	2	14	51	2	3	3	2	4	14	4	2	1	2	4	13	3	2	3	4	1	13
70	4	3	3	1	4	15	2	4	4	4	3	17	3	3	2	4	4	16	4	2	2	2	2	12	60	2	2	4	2	4	14	2	2	3	2	2	11	4	2	2	4	3	15

Nº	BIENESTAR PSICOLÓGICO												T	BIENESTAR SOCIAL												T	T						
	Propósito de vida						Gestión de estrés							Calidad de vida						Relaciones interpersonales								Inclusión social					
	36	37	38	39	40	T	41	42	43	44	45	T		46	47	48	49	50	T	51	52	53	54	55	T			56	57	58	59	60	T
1	1	4	1	4	4	14	1	1	4	2	2	10	66	4	2	2	1	4	13	2	1	2	1	4	10	2	4	4	4	1	15	38	160
2	4	4	4	4	2	18	2	1	4	2	2	11	65	2	3	1	3	3	12	2	1	2	4	3	12	1	1	2	4	2	10	34	160
3	2	2	4	2	2	12	1	4	3	3	2	13	67	4	4	3	2	4	17	2	2	2	2	2	10	1	1	4	4	3	13	40	155
4	1	4	1	4	4	14	1	4	1	4	1	11	67	4	2	4	3	4	17	3	3	1	2	4	13	2	1	4	2	1	10	40	158
5	1	4	4	4	4	17	4	3	4	4	4	19	80	4	4	4	4	2	18	2	4	2	1	4	13	1	1	1	2	1	6	37	172
6	4	4	4	4	2	18	1	1	4	2	2	10	77	3	4	2	4	4	17	1	2	2	4	4	13	3	2	1	2	4	12	42	171
7	4	4	4	4	2	18	1	1	4	4	2	12	75	4	4	4	4	4	20	2	4	2	2	2	12	4	1	4	1	2	12	44	173
8	4	2	4	4	3	17	3	1	4	3	1	12	70	2	2	1	3	4	12	2	1	2	4	4	13	4	2	2	2	2	12	37	159
9	4	4	4	4	2	18	2	2	4	3	2	13	64	4	4	4	1	2	15	2	1	2	4	3	12	1	1	2	3	3	10	37	147
10	2	3	2	4	2	13	2	2	3	2	1	10	62	3	3	1	3	2	12	2	2	3	2	2	11	2	1	2	4	3	12	35	154
11	2	2	3	4	2	13	2	1	3	4	1	11	65	1	4	4	4	3	16	1	1	2	2	3	9	2	4	1	2	3	12	37	163
12	3	4	4	4	2	17	1	1	4	4	2	12	71	4	3	4	3	4	18	2	3	4	4	4	17	1	1	2	2	3	9	44	165
13	2	2	2	4	2	12	1	2	4	4	2	13	60	4	4	4	4	4	20	1	2	2	2	4	11	2	1	1	4	2	10	41	157
14	2	1	2	4	1	10	1	4	4	4	1	14	63	4	4	2	1	1	12	4	1	4	4	1	14	1	1	4	4	1	11	37	144
15	2	3	4	4	2	15	3	4	3	3	2	15	69	3	2	2	3	3	13	3	3	3	4	4	17	2	1	2	3	3	11	41	170
16	3	4	4	4	2	17	1	2	2	2	3	10	64	4	3	2	2	4	15	1	2	3	4	1	11	1	4	4	2	3	14	40	160
17	2	4	4	4	2	16	3	2	2	2	2	11	67	1	3	4	1	4	13	2	1	2	4	4	13	2	1	2	1	2	8	34	163
18	3	3	4	3	3	16	1	1	3	3	2	10	68	4	4	4	4	4	20	2	3	3	2	3	13	1	1	1	3	3	9	42	149
19	4	2	4	4	1	15	1	1	2	1	2	7	64	4	3	2	4	1	14	1	2	1	3	4	11	4	1	1	2	4	12	37	151
20	4	3	4	4	4	19	2	1	2	2	1	8	61	3	3	3	3	3	15	2	4	3	3	3	15	1	1	1	2	3	8	38	140
21	4	4	4	4	4	20	3	2	4	3	1	13	76	4	4	4	4	4	20	3	4	4	3	4	18	2	4	1	2	4	13	51	182
22	3	2	3	4	1	13	1	1	4	4	2	12	54	4	4	2	1	4	15	1	2	4	4	3	14	1	3	1	4	1	10	39	144
23	4	4	2	4	4	18	4	2	4	4	4	18	79	4	4	4	2	4	18	1	4	2	1	1	9	4	1	1	3	2	11	38	167
24	3	3	2	4	2	14	1	2	4	1	1	9	61	4	3	1	3	2	13	2	2	3	2	4	13	4	1	4	4	3	16	42	153
25	3	4	3	4	1	15	1	1	4	4	4	14	70	3	4	4	4	4	19	1	1	2	1	3	8	2	2	4	1	1	10	37	160
26	2	3	2	4	1	12	3	1	4	4	2	14	62	4	3	4	4	3	18	2	1	2	3	4	12	2	1	4	3	2	12	42	156
27	3	4	2	4	2	15	1	1	4	4	3	13	65	4	4	2	4	4	18	4	1	2	2	4	13	2	3	1	4	3	13	44	161
28	2	4	4	4	2	16	1	2	4	4	4	15	71	4	4	4	4	4	20	2	2	4	4	4	16	4	1	1	4	4	14	50	177
29	2	3	4	4	2	15	2	1	3	4	4	14	67	2	2	4	3	4	15	1	2	4	2	4	13	2	1	2	2	3	10	38	165
30	2	1	2	4	4	13	1	2	4	3	2	12	64	3	2	4	3	3	15	2	1	3	2	4	12	2	1	1	2	3	9	36	155
31	2	4	4	4	2	16	4	2	2	4	4	16	75	4	4	4	2	4	18	2	1	2	4	2	11	2	4	4	4	1	15	44	179
32	1	2	2	2	3	10	1	1	1	2	1	6	39	2	2	1	2	2	9	1	1	3	3	3	11	1	4	2	1	3	11	31	111
33	4	4	4	3	4	19	1	1	4	4	2	12	74	4	3	2	2	2	13	1	2	3	4	4	14	1	1	1	4	2	9	36	153
34	4	2	4	3	4	17	1	2	4	4	1	12	65	4	4	4	4	4	20	1	3	2	2	2	10	4	1	1	2	3	11	41	164
35	4	3	3	4	2	16	2	2	4	2	1	11	67	4	3	3	3	4	17	2	3	3	4	4	16	2	3	1	3	3	12	45	179
36	2	4	4	4	2	16	2	4	4	4	2	16	77	2	4	4	2	4	16	1	1	2	2	2	8	4	1	1	2	2	10	34	181
37	4	2	4	4	3	17	1	4	4	4	1	14	75	4	4	2	4	2	16	2	2	2	4	4	14	3	1	4	2	2	12	42	167
38	3	3	2	4	4	16	2	1	2	1	2	8	60	4	2	3	4	3	16	2	1	2	2	3	10	2	4	2	4	2	14	40	149
39	4	3	4	4	2	17	1	1	2	4	2	10	63	2	4	4	3	4	17	2	2	4	2	3	13	1	1	2	4	4	12	42	154
40	2	4	3	4	3	16	1	2	4	4	2	13	69	4	4	2	3	1	14	1	3	2	4	4	14	2	4	1	2	1	10	38	151
41	4	4	4	4	4	20	2	2	4	4	2	14	71	4	4	4	4	4	20	1	2	2	4	4	13	1	1	1	2	4	9	42	152

42	2	2	2	3	2	11	1	1	4	4	2	12	59	4	2	2	2	1	11	2	2	4	2	4	14	4	1	4	2	2	13	38	141
43	4	1	2	2	2	11	2	1	4	4	2	13	65	4	4	4	4	2	18	4	1	3	4	3	15	3	1	1	4	4	13	46	159
44	4	2	3	4	2	15	2	1	4	4	1	12	62	4	4	4	3	3	18	1	3	2	2	4	12	2	1	2	2	2	9	39	161
45	3	3	4	4	2	16	1	1	4	1	4	11	60	2	3	4	3	3	15	2	2	3	3	4	14	2	1	4	4	2	13	42	155
46	3	4	4	4	2	17	1	1	4	3	3	12	72	4	3	4	3	3	17	1	1	2	3	3	10	3	1	4	2	3	13	40	156
47	2	3	2	4	2	13	1	1	3	2	1	8	54	2	2	2	2	2	10	3	1	2	2	3	11	1	1	2	1	3	8	29	123
48	4	1	1	1	1	8	2	1	1	1	2	7	54	1	4	1	4	4	14	1	3	4	4	4	16	4	1	2	4	1	12	42	159
49	4	4	4	4	3	19	2	1	4	4	1	12	73	4	4	3	4	2	17	1	3	1	4	4	13	2	4	1	3	1	11	41	172
50	2	4	2	4	1	13	2	2	4	2	2	12	65	4	3	2	3	3	15	2	2	4	4	4	16	3	1	1	3	3	11	42	154
51	2	3	1	4	4	14	2	2	1	1	2	8	63	4	4	4	2	4	18	2	2	1	2	4	11	4	4	1	1	4	14	43	153
52	2	4	4	3	4	17	1	3	2	3	2	11	70	4	2	2	2	4	14	2	1	2	3	3	11	4	4	1	4	2	15	40	157
53	4	4	4	4	2	18	4	4	4	4	1	17	63	4	4	4	4	2	18	2	2	2	4	4	14	2	2	1	2	2	9	41	159
54	3	4	3	2	4	16	2	3	3	4	1	13	69	4	3	2	2	3	14	1	1	2	3	4	11	1	2	1	4	3	11	36	154
55	3	4	4	2	4	17	1	1	3	3	3	11	67	4	3	4	4	1	16	3	1	3	3	4	14	4	1	2	4	2	13	43	158
56	1	2	2	2	3	10	2	2	3	3	3	13	55	2	3	2	3	2	12	1	1	1	2	1	6	1	1	2	2	2	8	26	141
57	4	3	4	4	3	18	2	1	3	4	2	12	75	4	4	2	2	3	15	1	3	2	3	4	13	1	4	1	4	4	14	42	180
58	4	4	4	4	2	18	2	2	4	4	2	14	73	4	4	4	4	4	20	2	2	2	4	4	14	2	4	2	4	2	14	48	175
59	2	4	4	4	1	15	2	2	2	4	2	12	69	3	4	2	4	4	17	2	1	4	3	3	13	2	1	1	4	3	11	41	162
60	4	4	3	1	2	14	4	4	3	4	2	17	68	4	2	4	4	4	18	3	1	2	2	4	12	1	4	4	4	4	17	47	171
61	4	4	4	4	4	20	4	2	4	4	2	16	80	4	4	4	3	4	19	4	2	1	2	4	13	2	3	2	4	4	15	47	187
62	2	4	4	4	4	18	2	1	4	2	1	10	69	2	3	2	4	2	13	2	2	4	3	2	13	2	2	2	1	4	11	37	154
63	2	4	4	4	4	18	1	4	4	4	2	15	72	2	2	4	4	2	14	1	1	2	2	3	9	2	1	4	1	2	10	33	161
64	2	4	3	4	3	16	2	2	4	3	2	13	68	4	4	2	1	2	13	2	1	2	2	3	10	3	1	1	2	2	9	32	150
65	2	3	4	4	2	15	2	3	4	4	3	16	74	4	4	4	3	2	17	2	3	2	2	3	12	2	1	2	3	4	12	41	174
66	4	4	4	4	4	20	2	2	2	4	3	13	83	4	4	4	4	4	20	2	2	2	4	4	14	3	4	1	4	4	16	50	204
67	1	4	4	3	2	14	2	1	4	3	1	11	63	4	2	4	4	4	18	1	2	4	4	3	14	2	2	2	1	2	9	41	157
68	3	3	2	4	1	13	2	2	4	1	3	12	62	4	3	3	2	1	13	2	1	3	4	3	13	1	1	2	2	2	8	34	146
69	2	1	4	4	2	13	2	1	4	4	2	13	66	4	4	2	4	2	16	2	2	2	2	4	12	1	1	2	2	3	9	37	154
70	4	3	2	4	4	17	1	1	4	4	1	11	68	4	3	4	4	3	18	2	1	4	3	4	14	2	1	4	2	4	13	45	173

ANEXO N° 06

CUESTIONARIO DE DESEMPEÑO LABORAL

Para evaluar las variables, marcar con una “x” en el casillero correspondiente según a la siguiente escala:

Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Muy pocas veces	Nunca
5	4	3	2	1

N°	ÍTEM	5	4	3	2	1
COMUNICACIÓN INTERPERSONAL						
1	¿Para Ud. existe una relación interpersonal adecuada entre los compañeros de trabajo?					
2	¿Coopera con sus compañeros, en lo que sea necesario, aunque no esté dentro de sus funciones?					
3	¿Ud. entiende los mensajes que se da dentro de la organización?					
4	¿Comparte su experiencia y conocimiento con los nuevos integrantes de su organización?					
5	¿Su organización le permite tener interrelación con otras áreas de trabajo?					
AUTONOMÍA PARA TOMA DE DECISIONES		5	4	3	2	1
6	¿Ud. Tiene iniciativa para realizar su trabajo?					
7	¿Ud. es responsable del trabajo que realiza?					
8	¿Ud. conoce las exigencias del trabajo?					
9	¿El horario de trabajo le permite desarrollar su tarea con calidad?					
10	¿Su organización le permite tomar decisiones dentro de su puesto de trabajo?					
MOTIVACIÓN LABORAL		5	4	3	2	1
11	¿Para Ud. los beneficios de salud que brinda su organización son adecuadas?					
12	¿Ud. está de acuerdo con su sueldo?					
13	¿Su organización permite nuevas formas de hacer las cosas?					
14	¿El medio ambiente le permite desenvolverse adecuadamente en su trabajo?					
15	¿El tiempo de vacaciones que le dan por su trabajo es un tiempo suficiente para Ud.?					

	PRODUCTIVIDAD LABORAL	5	4	3	2	1
16	¿Logra eficientemente las tareas asignadas?					
17	¿Cumple con eficacia su trabajo dentro de la organización?					
18	¿Su nivel de producción es acorde a lo que está establecido por su organización?					
19	¿Se esfuerza por superar los objetivos deseados por su organización?					
20	¿Realiza su trabajo sin necesidad de supervisión constante?					
	EFICACIA	5	4	3	2	1
21	¿Ud. cumple con las metas establecidas por su organización?					
22	¿Ud. cumple con las tareas asignadas?					
23	¿Ud. conoce las funciones que se desarrolla en su puesto de trabajo?					
24	¿Ud. logra desarrollar su trabajo con calidad?					
25	¿Ud. Cumple con los horarios de trabajo establecidos?					
	EFICIENCIA LABORAL	5	4	3	2	1
26	¿Demuestra interés en mejorar constantemente su trabajo?					
27	¿El nivel de conocimiento que posee permite su desenvolvimiento en su puesto de trabajo?					
28	¿Logra desarrollar con liderazgo y cooperación sus tareas en el trabajo?					
29	¿Logra adaptarse con rapidez a los cambios que se generan en su entorno?					
30	¿Ud. cree que el tiempo de realización de las actividades que hace es lo óptimo?					

GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN.

ANEXO N° 07

FIABILIDAD CUESTIONARIO DE DESEMPEÑO LABORAL

1. Valores del instrumento:

- Siempre (5)
- Casi siempre (4)
- Algunas veces (3)
- Muy pocas veces (2)
- Nunca (1)

2. La fiabilidad de los resultados

Cuadro 1. Estadísticos de fiabilidad

Variables	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Desempeño laboral	.809	30

Cuadro 2: Escala de confiabilidad

0,53 a menos	Nula confiabilidad
0,54 a 0,59	Baja confiabilidad
0,60 a 0,65	Confiable
0,66 a 0,71	Muy confiable
0,72 a 0,99	<i>Excelente confiabilidad</i>
1,00	Perfecta confiabilidad

RESULTADOS DE LA ENCUESTA PILOTO

VARIABLE: DESEMPEÑO LABORAL

N°	Comunicación interpersonal					Autonomía toma de decisiones					Motivación laboral					Productividad laboral					Eficacia					Eficiencia laboral					TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	3	3	3	3	0	3	4	3	4	0	3	5	0	3	2	4	3	4	3	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	104
2	3	2	2	3	2	1	5	5	3	2	1	1	1	4	5	4	3	3	3	4	5	5	5	4	4	3	3	4	5	98	
3	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	2	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	3	4	4	130	
4	4	4	5	4	5	4	5	4	3	3	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	4	4	127	
5	4	5	5	4	4	3	5	5	4	2	4	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	133	
6	3	4	4	5	3	5	5	5	4	2	3	1	2	3	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	1	5	4	116	
7	3	3	1	3	3	1	5	5	4	5	4	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5	3	4	4	5	112	
8	5	1	5	5	2	5	5	4	5	4	2	3	4	5	5	4	5	4	3	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	128	
9	4	2	4	5	2	3	5	5	5	1	5	5	0	5	4	5	0	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	120	
10	5	3	4	5	5	5	5	5	3	4	5	1	1	2	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	128	
11	3	3	5	4	2	0	5	5	4	4	5	4	4	3	4	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	125	
12	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	4	0	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	5	1	1	43	
13	2	3	3	5	0	2	2	4	2	2	5	1	5	3	5	2	3	3	3	2	3	2	4	5	5	2	3	4	2	90	
14	2	3	2	2	0	3	4	2	1	1	3	1	0	2	2	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	5	4	4	2	77	
15	2	3	3	3	1	2	3	4	5	0	1	1	2	3	2	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	89	
16	1	2	4	2	4	2	5	5	3	3	4	3	2	3	1	5	4	4	3	3	4	5	4	4	4	3	3	3	2	98	
S	1.2	0.9	1.3	1.3	1.7	1.5	1.2	1.2	1.3	1.6	1.5	1.5	1.7	1.1	1.5	0.9	1.3	0.8	1.0	1.3	1.1	1.0	1.0	1.0	1.0	1.3	1.0	1.0	1.3	24.31	
	4	7	1	0	9	7	5	2	2	3	0	3	1	5	5	7	9	9	8	4	3	2	3	2	3	6	6	0	4	1	
S2	1.5	0.9	1.7	1.7	3.2	2.4	1.5	1.5	1.7	2.6	2.2	2.3	2.9	1.3	2.4	0.9	1.9	0.7	1.1	1.8	1.2	1.0	1.0	1.0	1.0	1.8	1.1	1.0	1.8	590.92	
	3	3	3	0	0	7	6	0	3	6	6	3	2	2	0	3	3	8	6	0	7	5	6	5	7	5	3	0	0	2	
ΣS	49.83																														
2																															

FUENTE: Elaboración propia

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Donde:

K = Número de ítems

$\sum S_i^2$ = Sumatoria de los cuadrados de las varianzas de las respuestas de cada ítem.

S_T^2 = Cuadrado de la sumatoria de la varianza de la sumatoria de los puntajes de cada cuestionario aplicado.

Si el alfa “ α ” de Cronbach está más cerca de 1, más alto es el grado de confiabilidad que existe en el instrumento a validar.

Entonces: K = 30, $\sum S_i^2 = 49.83$, $S_T^2 = 590.92$ reemplazando en la fórmula: $\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$

$\alpha = \frac{30}{30-1} \left[1 - \frac{49.83}{590.92} \right] = 0.947$, como dicho valor está muy cerca de 1, la confiabilidad del instrumento es alta.

ANEXO N° 08

BASE DE DATOS BASE DE DATOS – DESEMPEÑO LABORAL

N°	Productividad laboral						Eficacia					Eficacia laboral						Comunicación interpersonal						Autonomía toma de decisiones						Motivación laboral						T	
	1	2	3	4	5	T	6	7	8	9	10	T	11	12	13	14	15	T	16	17	18	19	20	T	21	22	23	24	25	T	26	27	28	29	30		T
1	1	3	2	5	5	16	4	4	5	5	5	23	5	4	1	5	4	19	5	3	3	4	5	20	5	3	5	4	1	18	1	1	3	4	5	14	110
2	5	5	3	5	3	21	2	5	5	5	5	22	5	4	4	4	3	20	5	4	4	2	2	17	3	4	5	3	5	20	4	5	4	4	2	19	119
3	4	3	4	3	3	17	4	5	5	5	5	24	5	5	3	2	3	18	3	3	5	5	2	18	5	5	4	3	1	18	4	4	4	4	1	17	112
4	5	2	5	3	5	20	3	4	4	5	5	21	3	5	5	5	4	22	3	3	3	3	1	13	3	5	5	5	3	21	3	1	3	2	5	14	111
5	4	5	3	5	5	22	5	5	5	5	5	25	5	5	5	4	4	23	3	3	5	4	2	17	1	5	5	4	4	19	5	4	4	3	4	20	126
6	5	5	4	4	5	23	3	4	5	5	5	22	5	5	4	5	3	22	3	2	4	3	1	13	1	5	5	5	3	19	5	4	2	5	2	18	117
7	5	5	4	5	5	24	5	5	4	5	5	24	3	4	3	5	3	18	1	3	5	2	3	14	5	5	5	4	5	24	3	1	1	4	5	14	118
8	2	5	4	3	5	19	5	5	5	1	5	21	5	3	5	5	5	23	3	4	3	2	4	16	3	4	4	4	5	20	5	3	2	5	5	20	119
9	2	2	2	2	1	9	1	2	1	1	1	6	1	5	1	1	1	9	1	3	2	1	1	8	1	1	1	1	1	5	1	4	1	1	1	8	45
10	5	5	3	5	5	23	5	5	5	4	4	23	5	4	4	3	5	21	4	3	4	5	2	18	1	5	2	4	1	13	3	5	4	2	5	19	117
11	1	5	5	4	4	19	5	2	4	5	5	21	4	4	4	5	3	20	3	4	4	4	4	19	5	5	5	1	5	21	4	2	3	4	5	18	118
12	4	5	4	5	4	22	5	5	5	5	5	25	5	5	5	5	4	24	2	3	5	5	3	18	4	4	5	5	4	22	3	3	5	3	4	18	129
13	4	3	4	3	3	17	5	5	5	5	4	24	5	5	4	4	4	22	4	4	3	4	2	17	1	5	5	4	5	20	2	5	3	5	5	20	120
14	5	4	4	3	3	19	4	5	4	4	4	21	3	3	3	2	3	14	1	2	4	2	4	13	2	5	5	3	3	18	4	3	2	3	1	13	98
15	5	5	4	4	5	23	4	4	5	4	5	22	4	1	5	4	4	18	3	4	4	5	3	19	5	5	5	4	2	21	3	1	2	3	4	13	116
16	5	5	5	5	5	25	3	2	5	5	5	20	5	5	4	5	5	24	4	3	3	3	1	14	4	5	5	5	3	22	5	1	4	5	5	20	125
17	5	5	5	4	5	24	5	4	5	5	5	24	5	5	5	3	3	21	3	3	5	4	4	19	1	5	3	4	3	16	4	5	4	5	2	20	124
18	4	5	4	5	3	21	2	5	1	4	4	16	4	5	4	5	4	22	5	3	2	5	4	19	1	5	5	5	5	21	3	3	1	4	2	13	112
19	4	5	5	5	4	23	4	4	4	4	5	21	1	5	4	4	4	18	3	3	5	3	1	15	4	4	5	4	1	18	3	2	3	2	2	12	107
20	4	4	1	5	5	19	4	4	5	4	4	21	2	3	4	4	4	17	1	5	2	3	2	13	2	5	4	1	5	17	2	1	5	4	3	15	102
21	5	5	5	5	5	25	5	5	5	5	5	25	5	4	4	5	4	22	5	3	4	5	5	22	5	5	5	3	4	22	5	1	1	2	3	12	128
22	4	3	3	3	4	17	5	5	5	4	4	23	3	3	4	5	3	18	3	2	2	3	2	12	1	5	5	3	2	16	1	1	1	4	5	12	98
23	5	5	4	5	5	24	5	5	5	5	5	25	5	5	5	2	3	20	5	3	5	4	2	19	5	5	1	4	5	20	5	1	2	3	5	16	124
24	5	4	4	2	5	20	5	5	2	4	4	20	5	5	5	5	5	25	1	2	2	4	5	14	4	3	4	4	1	16	3	4	2	3	5	17	112
25	3	5	2	3	3	16	5	5	5	5	4	24	5	3	4	5	5	22	3	4	3	2	2	14	4	5	5	2	3	19	3	3	2	3	5	16	111
26	4	3	4	4	5	20	5	4	5	5	2	21	5	2	3	4	3	17	2	2	3	4	2	13	5	5	4	5	3	22	1	1	3	5	5	15	108
27	4	4	4	3	4	19	5	5	5	5	1	21	4	5	5	3	4	21	2	3	4	4	1	14	5	5	4	5	3	22	4	4	1	5	4	18	115
28	4	5	5	5	5	24	5	5	5	5	5	25	1	3	4	4	4	16	4	4	5	4	5	22	4	5	4	3	3	19	4	4	4	4	5	21	127
29	5	3	3	5	2	18	1	2	5	5	5	18	4	5	4	2	4	19	4	4	4	5	5	22	5	5	5	5	5	25	4	2	5	4	1	16	118
30	5	5	4	4	5	23	3	4	5	4	5	21	5	4	4	4	5	22	3	3	3	2	2	13	1	5	5	5	3	19	5	1	2	4	4	16	114
31	5	5	5	5	5	25	5	5	4	5	5	24	5	4	4	5	4	22	4	5	5	4	4	22	3	5	5	4	2	19	4	3	4	5	5	21	133
32	2	3	3	3	2	13	3	2	4	5	5	19	2	3	4	2	3	14	2	3	3	5	1	14	2	2	4	2	2	12	5	1	5	3	5	19	91
33	5	4	5	5	5	24	4	4	5	1	5	19	3	4	5	5	3	20	2	5	2	5	2	16	2	4	5	5	2	18	5	1	2	3	2	13	110
34	5	5	3	5	3	21	5	4	4	5	4	22	4	4	5	4	5	22	3	4	5	4	4	20	5	5	5	4	4	23	5	4	2	5	5	21	129
35	3	5	5	5	5	23	5	4	5	5	2	21	5	2	5	5	5	22	3	2	4	3	2	14	5	5	4	5	3	22	4	3	2	5	1	15	117
36	5	4	1	3	4	17	5	5	5	5	5	25	5	1	5	5	3	19	3	3	4	4	2	16	4	5	5	2	5	21	5	1	2	3	5	16	114
37	4	4	4	4	4	20	5	5	5	4	5	24	4	3	4	4	5	20	4	4	5	5	5	23	4	5	5	5	5	24	5	3	2	4	5	19	130
38	4	3	4	3	3	17	5	5	5	5	5	25	4	5	5	4	4	23	3	3	3	3	1	13	3	4	3	4	1	15	3	5	1	3	2	14	107
39	1	3	4	3	5	16	5	5	4	1	5	20	5	5	4	5	4	23	2	4	5	5	2	18	3	5	5	4	4	21	1	3	2	3	5	14	112
40	4	5	2	5	4	20	4	5	4	4	4	21	5	5	3	5	5	23	2	5	3	5	1	16	5	5	4	2	1	17	2	2	1	3	2	10	107
41	5	5	5	2	5	22	5	2	5	4	4	20	3	5	4	5	4	21	1	3	5	5	4	18	1	2	5	3	4	15	2	3	1	5	1	12	108

42	5	4	3	3	3	18	3	5	4	4	5	21	5	5	4	1	3	18	2	3	2	3	5	15	1	1	5	1	5	13	1	5	1	3	4	14	99	
43	5	4	3	5	5	22	5	5	5	4	5	24	4	4	5	4	4	21	3	3	3	2	3	14	1	5	4	5	4	19	4	3	3	3	3	16	116	
44	4	5	4	3	5	21	5	5	5	5	5	25	4	4	5	5	4	22	5	1	5	5	2	18	5	5	4	5	4	23	2	3	4	5	5	19	128	
45	4	5	5	5	4	23	5	5	4	5	5	24	4	4	5	4	5	22	5	3	4	2	1	15	1	2	5	2	3	13	4	5	4	2	4	19	116	
46	5	4	4	5	3	21	4	4	5	5	5	23	4	5	3	5	4	21	2	3	4	3	5	17	5	5	5	2	5	22	1	4	3	5	3	16	120	
47	4	5	3	3	4	19	5	5	2	4	4	20	4	5	3	3	3	18	3	1	4	2	5	15	5	3	5	1	2	16	1	2	1	5	1	10	98	
48	3	5	4	5	2	19	3	4	5	4	5	21	5	5	5	4	3	22	4	2	3	3	1	13	3	4	3	4	1	15	3	5	1	3	2	14	104	
49	5	5	3	2	4	19	5	5	5	5	5	25	4	4	4	5	4	21	3	3	5	4	5	20	1	5	5	5	4	20	1	3	2	3	5	14	119	
50	4	1	5	4	5	19	4	4	5	5	4	22	4	5	5	5	1	20	2	5	3	5	5	20	5	5	5	5	2	22	3	3	2	4	2	14	117	
51	5	5	4	4	4	22	4	5	1	1	4	15	4	5	5	3	4	21	2	3	3	2	4	14	2	5	5	5	3	20	1	2	2	5	1	11	103	
52	4	5	4	3	5	21	5	5	5	4	5	24	5	4	4	5	5	23	3	4	4	5	2	18	1	2	5	5	3	16	5	4	2	5	5	21	123	
53	5	3	4	5	5	22	5	5	1	4	4	19	5	5	5	5	4	24	1	3	5	3	2	14	3	5	5	3	1	17	4	2	3	5	1	15	111	
54	4	4	3	4	3	18	4	4	5	5	5	23	3	4	4	5	5	21	3	3	1	3	3	13	1	5	5	4	5	20	4	4	3	4	2	17	112	
55	4	5	3	3	5	20	5	5	5	5	5	25	4	4	5	5	3	21	2	2	4	4	2	14	2	5	4	3	3	17	4	4	1	5	2	16	113	
56	3	3	3	2	3	14	3	4	4	4	4	19	5	4	4	2	1	16	2	3	2	2	1	10	3	4	2	1	1	11	3	1	1	2	2	9	79	
57	5	2	3	4	5	19	3	4	5	5	5	22	4	4	5	4	4	21	3	4	2	2	3	15	5	5	5	3	1	19	4	4	3	5	5	21	117	
58	4	5	5	4	3	21	5	5	4	4	5	23	4	5	4	4	4	21	3	2	2	4	1	12	5	4	5	5	4	5	24	5	5	1	3	2	16	117
59	5	4	4	4	5	22	4	5	5	4	5	23	5	4	4	5	5	23	2	4	4	5	4	19	3	5	5	5	3	21	3	1	3	4	5	16	124	
60	5	5	4	5	5	24	5	5	5	4	2	21	4	5	4	4	5	22	3	4	4	3	5	19	3	5	5	4	4	21	4	3	3	4	5	19	126	
61	5	5	4	4	5	23	5	4	5	5	5	24	5	3	5	5	5	23	5	5	1	4	3	18	2	5	5	1	5	18	5	3	3	3	4	5	19	125
62	4	5	3	4	5	21	5	5	5	4	5	24	3	4	4	5	5	21	3	3	4	1	2	13	1	5	5	5	1	17	4	2	1	4	4	15	111	
63	2	5	5	2	1	15	3	4	5	5	2	19	4	5	5	5	4	23	4	4	3	5	3	19	5	5	5	2	1	18	4	5	4	2	5	20	114	
64	5	2	5	5	3	20	4	5	5	5	5	24	3	5	5	4	5	22	3	2	4	3	5	17	3	5	4	3	1	16	2	1	3	2	1	9	108	
65	5	1	3	5	5	19	5	5	5	5	5	25	5	5	5	4	3	22	4	2	4	5	2	17	3	5	5	5	1	19	5	5	1	5	4	20	122	
66	5	5	1	5	5	21	4	4	5	5	5	23	3	5	5	5	3	21	3	4	2	4	3	16	5	5	5	5	1	21	3	5	1	3	5	17	119	
67	5	5	4	5	3	22	5	5	1	5	5	21	5	5	4	4	4	22	2	4	3	5	4	18	3	5	5	5	2	20	1	4	3	3	5	16	119	
68	4	4	3	3	2	16	4	4	4	4	4	20	4	4	4	3	3	18	2	3	3	3	1	12	2	3	4	5	1	15	1	1	2	3	2	9	90	
69	4	5	3	3	4	19	5	5	5	5	5	25	1	3	4	5	1	14	2	2	3	3	2	12	3	4	5	5	1	18	4	5	3	1	5	18	106	
70	5	5	3	5	5	23	5	5	5	5	5	25	4	5	5	5	4	23	5	5	5	4	2	21	5	5	5	5	5	25	4	3	3	2	5	17	134	

ANEXO N° 09

ESCALA DE NIVELES DE CORRELACIÓN DEL
COEFICIENTE DE PEARSON

-1,00	Correlación negativa perfecta: -1
-0,90	Correlación negativa muy fuerte: -0,90 a -0,99
-0,75	Correlación negativa fuerte: -0,75 a -0,89
-0,50	Correlación negativa media: -0,50 a -0,74
-0,25	Correlación negativa débil: -0,25 a -0,49
-0,10	Correlación negativa muy débil: -0,10 a -0,24
0,00	No existe correlación alguna: -0,09 a +0,09
+0,10	Correlación positiva muy débil: +0,10 a +0,24
+0,25	<i>Correlación positiva débil: +0,25 a +0,49</i>
+0,50	Correlación positiva media: +0,50 a +0,74
+0,75	Correlación positiva fuerte: +0,75 a +0,89
+0,90	Correlación positiva muy fuerte: +0,90 a +0,99
+1,00	Correlación positiva perfecta: +1

ANEXO N° 10



Universidad Católica de Santa María

(51 54) 382038 Fax:(51 54) 251213 ✉ucsm@ucsm.edu.pe 🌐http://www.ucsm.edu.pe Apartado:1350

AREQUIPA - PERÚ

INFORME N° 0041 -CB- 2019

A : Doctora JOSEFINA SONIA NUÑEZ CHAVEZ
DECANA DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA

De : CENTRO DE INFORMACIÓN Y BIBLIOTECAS. SECCIÓN PROCESOS TÉCNICOS

Asunto : Evaluación de la Producción Intelectual

Expediente : 2019-0041

Fecha : 14 de enero de 2019

De acuerdo a lo dispuesto, informo a usted que la tesis:

INFLUENCIA DEL BIENESTAR BIOPSIICOSOCIAL EN EL DESEMPEÑO LABORAL DEL PERSONAL DE LIMPIEZA DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA, AREQUIPA -2018

Autor(es):

ARIAS LLAMOCA VANESSA HADE/SARAYA HERNANI KATHERIN ROSSI

Ha sido sometida a la plataforma de originalidad Turnitin obteniendo **3 %** en el sumario de coincidencias en el marco teórico pero las citas y referencias, se han hecho correctamente

Es cuanto informo para conocimiento y fines consiguientes

Universidad Católica de Santa María
Ing. AYME MIRTHA PÉREZ VÁSQUEZ
Coordinadora del Centro de Información y Bibliotecas
AREQUIPA