TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

MAESTRÍA EN MEDICINA OCUPACIONAL Y DEL MEDIO AMBIENTE

"ASOCIACIÓN ENTRE ESTRÉS LABORAL Y SOMNOLENCIA EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA FINANCIERA DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19"

Tesis para optar el grado académico de:

MAESTRO EN MEDICINA OCUPACIONAL Y DEL MEDIO AMBIENTE

Presentado por:

Fiorella Armas Elguera (0009-0005-5703-2972)

Silvana Pamela Quispe Rivas (0009-0005-9886-7167)

Asesor:

Fermin Paul Ruiz Gutierrez (0000-0001-6694-1602)

Lima – Perú

2025

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN

Lima, 22 de septiembre de 2025.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: **Maestro Fernando Carlos Soncco Llulluy**
Miembro: **Maestro Marco Antonio Bautista Macedo**
Miembro: **Doctor Jaime Alonso Rosales Rimache**

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: **"ASOCIACIÓN ENTRE ESTRÉS LABORAL Y SOMNOLENCIA EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA FINANCIERA DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19"**con código de proyecto **POS-60-2024-00402**

Presentada por la bachiler **QUISPE RIVAS SILVANA PAMELA y ARMAS ELGUERA FIORELLA**

Para optar por el Grado de **Maestro en Medicina Ocupacional y del Medio Ambiente**

Con la asesoría de: **Maestro Fermín Ruiz Gutierrez**

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado su desempeño en la sustentación, concluyen de manera unánime calificar a:

Tesista: **QUISPE RIVAS SILVANA PAMELA**			Nota (en letras): Trece
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Tesista: **ARMAS ELGUERA FIORELLA**			Nota (en letras): Trece
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Maestro Fernando Carlos Soncco Llulluy
Presidente del Jurado

Maestro Fermín Ruiz Gutierrez
Asesor

Maestro Marco Antonio Bautista Macedo
Miembro

Dr. Jaime Alonso Rosales Rimache
Miembro

ANEXO 21: DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE INFORME FINAL DE TESIS

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR
DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS[13]

Lima, 11 de Junio del 2025

Señor,
Carlos Zavalaga
Director General de Investigación, Desarrollo e Innovación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Yo: **Fiorella Armas Elguera y Silvana Pamela Quispe Rivas**, egresadas de la maestría **en Medicina ocupacional y del Medio ambiente** de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con el asesor de tesis **Mg. Fermín Ruiz Gutierrez**, declaramos que este informe final de tesis/trabajo de investigación titulado: "**Asociación Entre Estrés Laboral Y Somnolencia En Trabajadores De Una Empresa Financiera Durante La Pandemia Del Covid-19"**, sustentado para obtener el título/grado de **magister** es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero nuestra investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos [14], que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



Fiorella Armas Elguera
DNI: 47930891



Fermín Ruiz Gutierrez
DNI: 20114607



Silvana Pamela Quispe Rivas
DNI: 47515996

[13] En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
[14] Los documentos están en: https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Asociación entre estrés laboral y somnolencia en trabajadores de una empresa financiera durante la pandemia del COVID-19

Autores. Silvana Pamela Quispe Rivas; Fiorella Armas Elguera

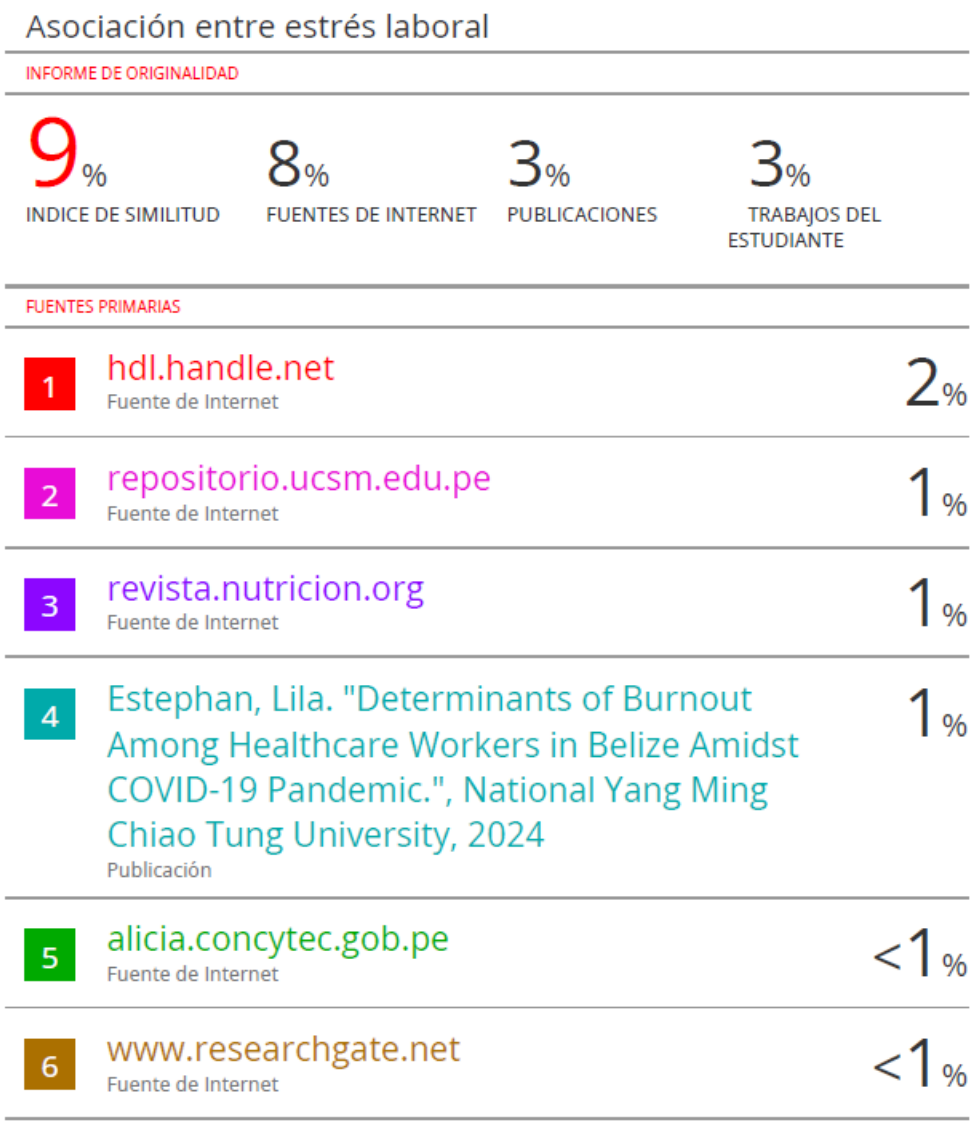
Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2802678219).

Código de registro. POS-60-2024-00402

Resultado de la evaluación. 9%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.



Asociación entre estrés laboral

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	8%	3%	3%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
2	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	revista.nutricion.org Fuente de Internet	1%
4	Estephan, Lila. "Determinants of Burnout Among Healthcare Workers in Belize Amidst COVID-19 Pandemic.", National Yang Ming Chiao Tung University, 2024 Publicación	1%
5	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	<1%
6	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DEDICATORIA

SILVANA

A mis padres, por su amor incondicional, su esfuerzo incansable y esa fe firme que me sostuvo incluso en los días difíciles.

A mi hermano, por ser mi refugio silencioso, por su lealtad sin palabras y por estar siempre, sin condiciones.

A mis angelitos, que me cuidan desde lo alto y cuya luz me acompaña cada día.

Y a Lucky, mi compañero fiel, que con su ternura y alegría ha sido mi soporte emocional en este camino.

FIORELLA

A mi abuelita, mi Mama, mi chica preciosa,

que sigue abrazando mi corazón con su ternura,

presente en cada uno de mis logros, como un susurro de amor constante.

A mis padres, hermano, sobrinas y a toda mi familia, por su amor que me sostiene y su alegría que me impulsa.

A mis abuelitos, que desde el cielo me acompañan con cariño infinito.

Gracias por ser parte de este camino, que no hubiera sido posible sin ustedes.

A todos ellos, este logro también les pertenece.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

AGRADECIMIENTO

A Dios, con su amor todo es posible

Al Dr. Yovera y al Dr. Ruiz por toda su paciencia y permitir que la presente Tesis sea posible.

Al Dr. Araujo por todo su soporte en la tesis.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE

1. RESUMEN 8

2. ABSTRACT 9

3. INTRODUCCIÓN 11

4. MÉTODO 13

Diseño de estudio 13

Participantes 13

Variables y procedimiento de estudios 14

Análisis de datos 17

Aspectos éticos 18

5. RESULTADOS 18

6. DISCUSIÓN 25

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 34

8. ANEXOS 39

Anexo 1: Instrumentos del estudio 39

Anexo 2: Constancia ética 44

Anexo 3: Resolución directoral 46

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

RESUMEN

Introducción: La población financiera es aquella que debido al rendimiento laboral de manera independiente, desencadenaría dormir menos de las horas recomendadas lo que condiciona a la acumulación de horas no recuperables, generando un déficit de sueño y a su vez un cuadro agudo de estrés.

Objetivo: Identificar la asociación entre estrés laboral y somnolencia en trabajadores de una empresa financiera durante la pandemia del COVID-19.

Métodos: Estudio transversal- analítico. Se aplicaron dos cuestionarios validados: Escala de somnolencia de Epworth, cuenta con 8 ítems y un puntaje total máximo de 24 puntos y el Cuestionario sobre el estrés laboral de la OIT – OMS, cuenta con 25 ítems y un puntaje total máximo de 153.3 puntos. Se calculó la Razón de prevalencia asociando somnolencia según presencia de estrés. Se realizó la regresión de Poisson con varianzas robustas.

Resultados: Incluimos a 4998 trabajadores en la evaluación. La edad media fue de 32 años y el 41% fue varón, la mayoría de los trabajadores fueron calificados con somnolencia moderada y un cuadro bajo de estrés.

La prevalencia de somnolencia en las personas que padecen de estrés **es 8 %** superior en comparación a las que NO padecen de estrés, con un IC 95 % entre 7 – 10 % y ajustado por la variable de región de procedencia. Siendo este resultado estadísticamente significativo ($p<0.001$)

Conclusión: Se concluye que el estrés laboral y somnolencia si estuvieron significativamente asociados.

Palabras claves: Estrés, somnolencia, trabajadores, empresa financiera, COVID-19

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Introduction: The financial sector workforce is composed of individuals whose job performance, often carried out independently, may lead to reduced sleep duration below the recommended hours. This results in the accumulation of non-recoverable sleep debt, ultimately causing a sleep deficit and contributing to acute stress episodes.

Objective: To identify the association between occupational stress and daytime sleepiness in employees of a financial company during the COVID-19 pandemic.

Methods: A cross-sectional analytical study was conducted. Two validated questionnaires were applied: the Epworth Sleepiness Scale, which consists of 8 items and a maximum score of 24 points, and the ILO-WHO Occupational Stress Questionnaire, which includes 25 items and a maximum score of 153.3 points. The prevalence ratio was calculated by assessing sleepiness in relation to the presence of stress. Poisson regression with robust variance was used for statistical analysis.

Results: A total of 4,998 workers were included in the analysis. The mean age was 32 years, and 41% were male. Most workers were classified as having moderate sleepiness and low levels of stress. The prevalence of sleepiness among individuals experiencing stress was 8% higher compared to those without stress, with a 95% confidence interval ranging from 7% to 10%, adjusted for the region of origin. This result was statistically significant ($p < 0.001$).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Conclusion: It can be concluded that occupational stress and daytime sleepiness were significantly associated.

Keywords: Stress, sleepiness, workers, financial company, COVID-19

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis