

Efectividad del programa educativo “Alianza con el estrés” en el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas de estrategias para afrontar el estrés en los alumnos del primer año de enfermería sección “A”, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión, Lima

Effectiveness “Alliance with stress” educational program on the level of knowledge, attitudes and practices of strategies to cope with stress in the freshmen nursing, section A, of the Faculty of Health Sciences, Universidad Peruana Union Lima

María Elena Villa Casapino¹, Flor Lucila Contreras Castro²

RESUMEN

Objetivo: El objetivo del estudio fue determinar la efectividad del programa educativo “Alianza con el estrés”, en el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas de estrategias para afrontar el estrés en los alumnos del primer año de Enfermería, sección A, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Peruana Unión, sede Lima. **Material y métodos:** Es un estudio de corte longitudinal, de diseño preexperimental, con preprueba y postprueba a un solo grupo. La muestra estuvo conformada por 27 estudiantes del primer año de Enfermería, quienes participaron de un programa educativo organizado en 15 sesiones teóricas y prácticas durante cuatro meses. **Resultados:** Los resultados obtenidos antes de aplicar el programa muestran que el 96.3% de los estudiantes presentó un nivel de conocimientos bajo sobre estrategias para afrontar el estrés, el 92.6% presentó actitudes positivas y el 7.4%, actitudes negativas y en relación a las prácticas, el 85.2% presentó prácticas medianamente favorables y el 11.1%, prácticas favorables. Después del programa, el 96.3% presentó un nivel de conocimientos entre medio y alto, el 77.8% presentó actitudes positivas, mientras que el 22.2%, actitudes negativas; y en relación con las prácticas, se mantuvieron las medianamente favorables y las favorables se incrementaron a 14.8%. El análisis con la prueba T para muestras relacionadas, considerando $\alpha=0.01$, reporta para el nivel de conocimientos ($t=10.987$, $p=0.000$), para las actitudes ($t=-2.408$, $p=0.023$) y para las prácticas ($t=0.581$, $p=0.566$). **Conclusiones:** El programa educativo “Alianza con el estrés” fue efectivo en el nivel de conocimiento sobre las estrategias para afrontar el estrés, a diferencia de las actitudes y prácticas, donde no hubo variaciones significativas.

Palabras Claves: Estrés, afrontamiento del estrés, prácticas de afrontamiento del estrés, conocimiento, actitudes, prácticas.

ABSTRACT

Objective: The objective of the study was to determine the effectiveness of the “Alliance to stress” educational program, level of knowledge, attitudes and practices of strategies to cope with stress in the first year students of nursing, section A, of the Faculty Health Sciences, Universidad Peruana Union, Lima headquarters. **Methods:** A longitudinal study of cut, pre experimental design with pre-test and post-test to one group. The sample consisted of 27 freshmen nursing, who participated in an educational program organized in 15 theoretical and practical sessions for four months. **Results:** The results before applying the program show that 96.3% of students showed a low level of knowledge on strategies for coping with stress, 92.6% had positive attitudes and negative attitudes 7.4%, and in relation to practices, 85.2% had moderately favorable practices and 11.1%, favorable practices. After the program, 96.3% had a level of knowledge between medium and high, 77.8% had positive attitudes,

¹ Profesora Asociada. Directora de Investigación de la EP de Enfermería. Universidad Peruana Unión. Lima, Perú.

² Profesora Principal. Directora de Unidad de Posgrado Ciencias de la Salud. Universidad Peruana Unión. Lima, Perú.

while 22.2%, negative attitudes; and practices regarding the medium remained favorable and favorable increased 14.8%. The analysis by T test for related samples considering $\alpha = 0.01$, reported for the level of knowledge ($t = 10,987$, $p = 0.000$), to attitudes ($t = 2408$, $p = 0.023$) and practices ($t = 0.581$, $p = 0.566$). **Conclusions:** “Alliance with stress” educational program was effective in the level of knowledge on strategies for coping with stress, unlike attitudes and practices where there were no significant variations.

Keywords: Stress, coping with stress, stress coping practices, knowledge, attitudes, practices.

INTRODUCCIÓN

El estrés constituye una de las situaciones más arraigadas de la persona, se acrecienta más por vivir en un mundo globalizado de cambios continuos y muy competitivos, donde los pensamientos están centrados en el trabajo, en el hogar, en los estudios, en la economía y otras preocupaciones más. Cuando estas situaciones no son afrontadas eficazmente, aparece el estrés en sus diferentes niveles.

Mansilla (2012) afirma que las consecuencias del estrés laboral no solo perjudican al individuo, sino también pueden producir un deterioro en el ámbito laboral, influyendo negativamente tanto en las relaciones interpersonales como en el rendimiento y la productividad, generando grandes pérdidas monetarias. El estrés puede inducir a la enfermedad, absentismo laboral, aumento de accidentes e incluso a la incapacidad laboral, ocasionando problemas considerables de planificación, logística y de personal en una empresa.

En el campo estudiantil y universitario, donde aún la etapa de la adolescencia está presente y muchas veces con cierta inmadurez para encarar los problemas, sumado al hecho de vivir rodeado de jóvenes por conocer, acumulo de trabajos académicos, exámenes etc., generan una serie de dificultades que convergen en el estrés (Barraza 2008).

Martín (2007), al evaluar a 40 estudiantes de la Universidad de Sevilla, en fechas cercanas a exámenes y en períodos sin exámenes, encontró que los niveles de estrés aumentaban durante el período de exámenes, con repercusiones en la salud como: ansiedad, consumo de cafeína o fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos. En relación al auto-concepto académico, disminuyó drásticamente durante la presencia del estresor. Asimismo, Martínez (2010) afirma que los estudiantes tienen una mala percepción sobre su rendimiento académico, cuando están en alguna situación estresante.

A pesar que el estrés académico es un problema de salud muy común entre los estudiantes universitarios,

las investigaciones, en este campo, son pocas y por la gran necesidad que merece tratar este tema, se decidió realizar el presente estudio, teniendo como objetivo determinar la efectividad del programa educativo “Alianza con el estrés” en el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas de estrategias para afrontar en estrés, en los alumnos del primer año de Enfermería, sección A, de la Facultad de Ciencias de la Salud, 2012.

Siendo la hipótesis de investigación: el programa educativo “Alianza con el estrés” es efectivo en la mejora del nivel de conocimiento, actitudes y prácticas de estrategias para afrontar el estrés, en los alumnos del primer año de Enfermería sección A, de la Facultad de Ciencias de la Salud.

MATERIAL Y MÉTODOS

Esta investigación es de diseño preexperimental, porque se aplicó un programa educativo a un grupo con las mismas características a quienes se les aplicó un pre y postest.

La muestra estuvo conformada por 27 estudiantes del primer año de Enfermería, sección A, de ambos sexos, comprendidos entre los 16 a 20 años de edad, quienes procedían de diferentes lugares del país. El instrumento fue tomado de los estilos de afrontarlo de Frydemberg & Levis (citado por Solis & Vidal, 2006, Canessa, 2002): “Resolver el problema” y “Referencia hacia los otros”, siendo modificado por la autora, de acuerdo a las características del presente estudio y validado por expertos en el área.

El instrumento estuvo conformado por diez preguntas de conocimientos sobre el estrés, diez preguntas sobre las actitudes frente al estrés y catorce preguntas sobre prácticas de estrategias para afrontar el estrés. La recolección de los datos se realizó en dos momentos: antes y después del programa. Los ítems sobre las prácticas al finalizar el programa fue llenado por el familiar o tutor del estudiante.

Una vez obtenidos los datos en el pre y post test, se utilizó el software estadístico SPSS, versión 20, para su respectivo análisis, el mismo que permitió tabular y organizar los datos en tablas y gráficos.

El contraste de hipótesis se realizó a través de la prueba t de Student para muestras relacionadas previa comprobación de los supuestos de normalidad.

RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de conocimientos sobre estrategias para afrontar el estrés de los alumnos del primer año de enfermería, antes y después del programa “Alianza con el estrés”.

Nivel de conocimientos	Antes		Después	
	N	%	N	%
Bajo	26	96.3	1	3.7
Medio	1	3.7	16	59.3
Alto	0	0.0	10	37.0
Total	27	100	27	100

En la tabla 1 se observa que antes de iniciar el programa “Alianza con el estrés” el 96.3%, de los estudiantes del primer año de Enfermería, presentaron un nivel bajo de conocimientos sobre el estrés y el 3.7%, un nivel medio. Luego de aplicado

el programa, el 96.3% de los estudiantes obtuvo un nivel de conocimientos entre medio y alto (59.3 % un nivel medio y 37 % nivel alto) y el 3.7 % presentó un nivel bajo.

Tabla 2

Análisis de la Prueba T de Student para el nivel de conocimientos de los estudiantes del primer año de enfermería sobre las estrategias para afrontar el estrés antes y después del programa “Alianza con el estrés”.

	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% intervalo de confianza para la (-)				
				Inferior	Superior			
Conocimientos antes y después del programa	9.037	4.274	.823	7.346	10.728	10.987	26	.000

En la tabla 2, se observa que el valor $t=10.987$ con 26 gl muestra que la diferencia de las puntuaciones obtenidas para el nivel de conocimientos, antes y después del programa, es significativa, con $p=0,000$ y

un $\alpha=0.01$. Es decir, el nivel de conocimientos de los alumnos se incrementó significativamente, después de haber participado en el programa “Alianza con el estrés”, rechazándose así la hipótesis nula.

Tabla 3

Actitudes de los alumnos del primer año de enfermería hacia las estrategias para afrontar el estrés antes y después del programa “Alianza con el estrés”, 2012.

Actitudes	Antes		Después	
	N	%	N	%
Negativas	2	7.4	6	22.2
Positivas	25	92.6	21	77.8
Total	27	100	27	100

La tabla 3 muestra que el 7.4%, de los estudiantes del primer año de enfermería, presentó actitudes negativas hacia el uso de estrategias para afrontar el estrés antes del programa, y el 92.6% presentó

actitudes positivas. Después de aplicado el programa, las actitudes negativas se incrementó a 22.2%, y las actitudes positivas disminuyeron a 77.8%.

Tabla 4

Análisis de la Prueba T de Student para las actitudes de los estudiantes del primer año de enfermería hacia las estrategias de manejo del estrés antes y después del programa "Alianza con el estrés".

	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% nivel de confianza para la (-)				
				Inferior	Superior			
Actitud antes y después del programa	-1.185	2.558	.492	-2.197	-.173	-2.408	26	.023

La tabla 4 muestra el análisis de la prueba T para muestras relacionadas en el rubro de actitudes, con valor t negativa, $p=0.023$ contrastado con $\alpha=0.01$, lo

que significa que el programa no fue efectivo en las actitudes.

Tabla 5

Prácticas de estrategias para afrontar el estrés de los alumnos del primer año de enfermería antes y después del programa "Alianza con el estrés".

Prácticas	Antes		Después	
	N	%	N	%
No favorables	1	3.7	0	0
Medianamente favorables	23	85.2	23	85.2
Favorables	3	11.1	4	14.8
Total	27	100	27	100

La tabla 5 muestra que antes del programa "Alianza con el estrés", el 3.7% de los alumnos, del primer año de Enfermería, tenía prácticas no favorables para afrontar el estrés, el 85.2% tenía prácticas medianamente favorables y el 11.1% prácticas

favorables. Después del programa, ningún alumno presentó prácticas no favorables, se mantuvieron las prácticas medianamente favorables en 85.2% y se incrementaron a 14.8% las prácticas favorables.

Tabla 6

Análisis de la Prueba T de Student para el nivel de prácticas de estrategias para afrontar el estrés antes y después del programa "Alianza con el estrés".

	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Prácticas después y antes del P.	.481	4.309	.829	-1.223	2.186	.581	26	.566

Al aplicar la T de Student, para las prácticas, se obtuvo un valor $t=0,581$ con un $p=0.566$ con $\alpha=0.01$. Esto indica que no existen diferencias significativas

antes y después del programa, aceptando así la hipótesis nula. Lo que se puede resaltar es que si existe diferencia porcentual positiva.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en la investigación sobre el nivel de conocimientos de estrategias para afrontar el estrés de los estudiantes del primer año de Enfermería durante el pretest, revelaron poca información al iniciar sus estudios en la universidad, pues la mayoría obtuvo un nivel de conocimientos bajo, siendo el promedio general de 6.67. Sus respuestas mostraron desconocimiento en los siguientes aspectos: tipos de estrés, fases del estrés, causas más frecuentes del estrés y estrategias más adecuadas para afrontar el estrés.

Luego de aplicado el programa "Alianza con el estrés", el promedio del nivel de conocimientos se elevó a 15.7, mejorando las respuestas en los rubros: tipos de estrés, fases, causas y adecuado afrontamiento del estrés.

Estos hallazgos, coinciden con los resultados encontrados por Arpasi (2012), en un estudio realizado en cuidadores del hospital San Isidro Labrador, quien informó que después de aplicar un programa educativo sobre prevención de úlceras por presión, el 100% de los cuidadores obtuvieron un nivel de conocimientos entre muy bueno y excelente. Asimismo, Concha (2008), en un estudio realizado con estudiantes del 6° grado de primaria y familiares a quienes aplicó el programa "Come lo nuestro", reportó un aumento en el grado de conocimientos entre bueno y excelente.

Los resultados positivos obtenidos en el nivel de conocimientos, en la presente investigación, probablemente se debe a las características de la muestra, pues estuvo conformada por jóvenes cuyas edades estaban comprendidas entre 16 y 20 años, así como afirma Papalia, Wendkos & Duskin (2005), quienes señalan que la capacidad de aprendizaje en los jóvenes alcanza niveles importantes, permitiendo adquirir con facilidad los conocimientos que se les brinda, siendo esta una etapa propicia para la inclusión de nuevos conceptos y técnicas. Asimismo, Ortega & Franco (2010) manifiestan que el proceso del aprendizaje se facilita durante esta etapa, debido a la plasticidad sináptica del cerebro o facilidad que las neuronas tienen para incrementar su capacidad constante de comunicación entre ellas.

En relación a las actitudes hacia las estrategias de afrontar el estrés de los estudiantes, se encontró que después del programa "Alianza con el estrés", las actitudes negativas se incrementaron en un 14.8% y las actitudes positivas disminuyeron en ese mismo porcentaje. Este resultado difiere con lo encontrado por Miranda (2011), en el estudio realizado en

estudiantes del 3^{er} año de Enfermería en quienes aplicó el programa "Ejercicio es vida", obteniendo un 100% en actitudes positivas hacia la práctica de ejercicios antes y después del programa. Esto puede explicarse por la diferencia en el nivel de estudios que cursaban ambos grupos de estudiantes; el grupo con actitudes positivas cursaba el tercer año de su carrera, por lo tanto, contaba con mayor conocimiento sobre prevención y promoción de la salud que es importante para iniciar la actitud al cambio; sin embargo, el grupo que participó, del presente estudio, estaba iniciando su formación profesional, por tanto, sus actitudes no estaban bien fortalecidas.

Otro factor que puede haber influido en las actitudes negativas, de los estudiantes, es la etapa de desarrollo en la que se encontraban, pues correspondía a la etapa final de la adolescencia e inicios de la etapa adulta joven, pues como mencionan Papalia et al. (2009), las actitudes y la toma de decisiones, fundamentada en una base neurológica cerebral en estas edades, son inestables, pues existe subdesarrollo de los sistemas corticales frontales, llegando a estar inmaduros hasta el final de la adolescencia. Esta inmadurez produce cambios en el intelecto, haciendo que por momentos se muestren curiosos, inventivos y que, en otras circunstancias, pueden mostrar conductas negativas u opositoras.

Asimismo, la tercera parte de los estudiantes vivían lejos de la familia, solos o con amigos, probablemente, como menciona Bueno (2007), con dificultades en su etapa de adaptación como estudiantes universitarios, problemas en su relacionamiento con los pares, preocupaciones del hogar paterno, ansiedad por su futuro, problemas académicos, muchos de ellos todavía con incertidumbre, dificultad para tomar decisiones, inseguridad, reflejándose en sus actitudes negativas.

La actividad académica, vivida por los estudiantes de la muestra de estudio, puede considerarse como otro factor que influyó en los resultados, pues como menciona Gonzales et al. (2010), las actitudes negativas de estudiantes se presentan en estados de ansiedad y estrés elevados causados por exámenes, trabajos acumulados, complejidad en entender algunas materias, conflictos entre compañeros, etc.

En relación a las prácticas, el grupo de estudiantes, quienes mostraron prácticas no favorables al inicio del programa "Alianza con el estrés", cambió a prácticas favorables al término del mismo y el otro grupo que inició con prácticas medianamente favorables, se mantuvo igual al finalizar el programa. Se puede resaltar que ningún estudiante presentó prácticas no favorables, luego de aplicado el programa.

El factor que puede haber influido para que se mantuvieran las prácticas en medianamente favorables y no se incrementaran a prácticas favorables es la edad de los estudiantes, entre 17 y 20 años, pues como mencionan Papalia (2005) y Du Gas (2000), los jóvenes constituyen el sector más sano de la población, por lo tanto, suelen considerarse indestructibles y tener capacidades físicas ilimitadas. A esta edad prevalece la idea de “no puede sucederme a mí”, y no le dan importancia al cuidado de su salud. Es por este motivo que probablemente no hayan tomado en cuenta la práctica de lo aprendido durante el programa.

Se puede concluir que el programa educativo “Alianza con el estrés” fue efectivo en la mejora del nivel de conocimientos sobre las estrategias para afrontar el estrés, y no fue efectivo para las prácticas y actitudes hacia las estrategias para afrontar el estrés debido a factores externos que no fueron controlados,

recomendándose tomarlos en cuenta en estudios posteriores.

Declaración de financiamiento y de conflicto de intereses:

El estudio fue financiado por los autores, quienes declaran no tener algún tipo de conflicto de interés en la investigación realizada.

Correspondencia:

Elena Villa Casapino

Universidad Peruana Unión. Carretera Central
Km. 19.5 Ñaña. Lima. Perú.

e-mail: villa_me@upeu.edu.pe

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arpasi, O. (2012). Efectividad del programa educativo "Cuidando con amor" en los conocimientos, actitudes y prácticas, sobre prevención de úlceras por presión de los cuidadores de pacientes adultos mayores del Hospital San Isidro Labrador, EsSalud. (*Tesis de maestría*). Universidad Peruana Unión. Perú.
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 20(2), 270-289. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=79926212>.
- Bueno, G., (2007). El estudiante universitario y su entorno familiar. *Griot*, 29-35. Recuperado en: <http://revistagriot.uprp.edu/archivos/2007101106.pdf>.
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las escalas de afrontamiento para adolescentes de Frydenberg Lewis en un grupo escolares de Lima Metropolitana. *Persona*, 5(2002), 191-233. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118132008>.
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las escalas de afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima Metropolitana. *Persona*, 5, 191-233.
- Concha, M. (2007). Efectos del programa "Come lo Nuestro", en los conocimientos, actitudes, y prácticas sobre el consumo de quinua, cañihua y kiwicha en los alumnos del sexto grado de primaria y sus familias del Colegio Adventista del Titicaca, Puno. (*Tesis de maestría*). Universidad Peruana Unión. Perú.
- Du Gas, B. (2000). *Tratado de enfermería práctica*. México: Mc Graw-Hill Interamericana.
- González, R., Fernández, R., González, L. & Freire, C. (2010). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Fisioterapia*, 32(4), 151-158. Recuperado de http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?f=10&pidet_articulo=13151536&pidet_usuario=0&pcontactid=&pidet_revista=146&ty=97&accion=L&origen=zonadelectura&web=http://zl.elsevier.es&lan=es&fichero=146v32n04a13151536.pdf001.pdf.
- Mansilla, F. (2012). *Manual de riesgos psicosociales en el trabajo: Teoría y práctica*. España: Editorial Académica Española.
- Martin, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 87-99. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2351037>.
- Martínez, J. (2010). Estrategias de afrontamiento ante el estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Eumed.net*, 2(18), 1-4. Recuperado de: <http://www.eumed.net/rev/ced/18/jamg.htm>.
- Miranda, K. (2011). Efectividad del programa educativo "Ejercicio es vida" en los conocimientos, actitudes y prácticas sobre el ejercicio físico, que poseen los estudiantes del 3° año de enfermería de la Universidad Peruana Unión, abril -junio 2010. (*Tesis de maestría*). Universidad Peruana Unión. Lima.
- Ortega, C., Franco, J. (2010). Neurofisiología del aprendizaje y la memoria. Plasticidad neural. *MedPub Journals*, 6(1),2. doi: 10.3823/048.
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2005). *Psicología del desarrollo, de la infancia a la adolescencia*. México, D.F.: McGraw Hill.
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo, de la infancia a la adolescencia*. México, D.F.: McGraw Hill.
- Solís, C., & Vidal, A. (2006). Estilos y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermilio Valdizán*, 7(1), 33-39.

Recibido: 15/11/2014 Aceptado: 15/03/2015
--

NORMAS GENERALES PARA PRESENTACIÓN DE ARTÍCULOS

La Revista Científica, de Ciencias de la Salud, publica artículos originales empíricos y teóricos, comunicaciones originales cortas, reportes de casos en las áreas de Enfermería, Psicología, Nutrición y Medicina. Todo investigador, quien desee colaborar en la revista, deberá considerar las siguientes indicaciones:

1. Los manuscritos deben enviarse a la dirección de la revista: Universidad Peruana Unión, Altura Km 19.5 Carretera Central, Ñaña, Lima, Perú, tel.: 01-6186300, Anexos 3072 - 2227, o escribir al correo electrónico: revistasalud@upeu.edu.pe. Deberán ser originales e inéditos y se asume que toda persona, quien figure como autor, ha dado su conformidad para que el manuscrito sea publicado.
2. Los manuscritos recibidos, para publicación, son sometidos a un proceso de revisión por pares. El manuscrito es enviado a dos revisores nacionales o extranjeros, pares de los investigadores, quienes realizan las correcciones u observaciones que sean pertinentes; luego el manuscrito es devuelto a los autores para que realicen las correcciones o respondan a las observaciones realizadas. En el caso que los revisores emitan opiniones contradictorias, se envía a un tercer revisor. Luego, el manuscrito es sometido a una revisión de la redacción y, finalmente, pasa a la diagramación. La versión diagramada, tal como será publicada, se envía a los autores para su corrección o aprobación.
3. El manuscrito debe ser presentado mediante una carta dirigida al Editor Jefe de la Revista Científica de Ciencias de la Salud, firmada por uno de los autores, solicitando la evaluación para ser considerada su publicación. La carta debe incluir el título del trabajo, el nombre completo de los autores y tipo de trabajo. Junto con la carta de presentación, se debe entregar un original impreso y la versión electrónica se debe enviar a la página web http://revistasinvestigacion.upeu.edu.pe/index.php?journal=rc_salud
4. Se debe adjuntar una declaración jurada, firmada por todos los autores (DECLARACIÓN JURADA Autores Artículos), constando que el artículo presentado es propiedad intelectual de los autores y que no ha sido publicado ni presentado para evaluación en otra revista, cediendo los derechos de autor a la Revista Científica de Ciencias de la Salud, una vez que el artículo sea publicado.
5. El artículo debe ser redactado en castellano, portugués o inglés, impreso en papel bond blanco de medida ISOA4 (212x297 mm), en una sola cara, tipo de letra Times New Roman, tamaño de fuente 12 picas, a doble espacio, con márgenes de 25 mm. Cada parte del artículo debe empezar en página aparte, numeradas en forma consecutiva. En el caso de citas textuales, el párrafo correspondiente, dentro del texto, se destacará colocándolo entre comillas o escribiéndolo con letra itálica. Las tablas, gráficos y figuras, con su título correspondiente, se colocan al final del texto en páginas aparte y no deben ser insertados en el texto.

6. ESQUEMAS DE PRESENTACIÓN:

Investigaciones originales: Resumen; Abstract; Introducción; Material y métodos; Resultados; Discusión; Referencias bibliográficas; Tablas y figuras. La extensión total del manuscrito, incluyendo las referencias bibliográficas, no debe ser mayor de 14 páginas escritas en una sola cara sin incluir tablas, gráficos ni figuras. Se acepta como máximo de diez tablas y figuras; el número máximo de referencias bibliográficas es 40.

Comunicaciones cortas: Contienen las mismas partes que una investigación original. La extensión total del manuscrito, incluyendo las referencias bibliográficas, no debe ser mayor de 6 páginas escritas en una sola cara, sin incluir tablas ni figuras. Se acepta como máximo de seis tablas y figuras; el número máximo de referencias bibliográficas es 20.

Reporte de casos: Resumen, Abstract, Introducción, Presentación del caso, Conclusiones, Referencias bibliográficas. La extensión total del trabajo, incluyendo las referencias bibliográficas, no debe ser mayor de seis páginas escritas en una sola cara, sin incluir tablas, gráficos ni figuras. Se acepta como máximo de seis tablas, gráficos y figuras; el número máximo de referencias bibliográficas es 20.

7. Los resúmenes (en el idioma original e inglés) se presentan cada uno en hoja aparte, teniendo una extensión máxima de 200 palabras y deben ser escritos en un solo párrafo. Al final se deben agregar de 3 a 5 palabras clave o keywords, que ayuden a clasificar el artículo.
8. La información a los autores e instrucciones para la presentación de manuscritos, donde se detallan las normas de formato y contenido de los artículos, que se presentarán a la Revista, se pueden obtener de la página electrónica: http://revistasinvestigacion.upeu.edu.pe/index.php?journal=rc_salud
9. El estilo de la revista se basa en la 6ª edición revisada del Manual de Publicaciones de la APA.
10. Una vez que el autor ha sido notificado acerca de la aprobación de su trabajo para su publicación, no se administrarán modificaciones ni agregados.
11. Los nombres y direcciones de correo-e, introducidos en esta revista, se usarán exclusivamente para los fines declarados por esta revista y no estarán disponibles para ningún otro propósito u otra persona.
12. Política de acceso abierto: Esta revista provee acceso libre inmediato a su contenido bajo el principio de que hacer disponible gratuitamente la investigación al público, siempre y cuando cite correctamente dentro de su manuscrito, el artículo consultado, lo cual fomenta un mayor intercambio de conocimiento global.